

## CYKL SZKOLEŃ

### *„EMDR w terapii zaburzeń złożonych – dysocjacja, complex trauma”*

Prowadząca: **Dolores Mosquera**

Dolores Mosquera jest psychologiem i psychoterapeutą, dyrektorem Instytutu Badań nad Traumą i Zaburzeniami Osobowości (INTRA-TP), akredytowanym przez EMDR Europe trenerem. Autorka wielu książek i artykułów na temat zaburzeń osobowości, Complex trauma i dysocjacji.

#### **Terminy kolejnych części cyklu**

<b>Tytuł</b>	<b>Termin warsztatu</b>
1. EMDR w terapii zaburzeń dysocjacyjnych – Podejście Progresywne	20-21.02.2021
2. Praca z częściami zdysocjowanymi – przewodnik dla terapeutów EMDR	08-09.05.2021
3. Terapia EMDR w pracy z zaburzeniami osobowości	02-03.07.2021
4. Praca w podejściu EMDR w przypadku samookaleczeń i tendencji samobójczych	04-05.09.2021

*Warsztaty będą odbywały się w wersji online, ale istnieje szansa, że jedna z części (w drugiej połowie roku) odbędzie się w wersji „fizycznej” - będziemy Państwa na bieżąco informować, jeśli zaistnieje taka możliwość.*

**Koszt uczestnictwa w cyklu szkoleń:** 2 214,00 zł (1 800,00zł plus VAT)  
płatne w 4 ratach po 553,50 zł, nie później niż 3 tygodnie przed terminem każdej, kolejnej części.

#### **Warunki Uczestnictwa**

***Warsztaty adresowane są do członków PTT EMDR, którzy ukończyli drugą część podstawowego szkolenia EMDR (bądź mają zaświadczenie o ukończeniu teoretycznej części szkolenia EMDR-level 2) i mają uregulowane wszelkie należności wobec Stowarzyszenia.***

1. Wysłanie Karty Zgłoszenia. Link do Karty: <https://szkolenia.vitamelius.pl/>
2. Otrzymanie potwierdzenia przyjęcia zgłoszenia, informacji o szkoleniu i płatnościach
3. Opłacenie kwoty stanowiącej koszt szkolenia na konto podane w przesłanym mailu
4. Otrzymanie potwierdzenia rejestracji wraz z materiałami i linkiem do logowania

**Opisy kolejnych części cyklu znajdziecie Państwo poniżej.**

## CZĘŚĆ 1

### **EMDR w terapii zaburzeń dysocjacyjnych – Podejście Progresywne**

**Termin warsztatu:** 20-21.02.2021 w godzinach 10.00 – 17.00

**Termin płatności:** 553,50 do 29.01.2021

Zaburzenia dysocjacyjne należą do jednych z najtrudniejszych przypadków w praktyce terapeutycznej. Często można usłyszeć opinie, że EMDR w takich sytuacjach można stosować jedynie do pracy z traumatycznymi wspomnieniami, a i to dopiero po długiej fazie stabilizacji i zastosowaniu innych metod leczenia.

Podczas tych warsztatów, dzięki wykorzystaniu rzeczywistych przypadków klinicznych, zilustrowane zostaną różne formy interwencji EMDR wobec klientów dysocjacyjnych, które zostały zastosowane zgodnie z „Podejściem Progresywnym” (Gonzalez & Mosquera, 2012). Korzystając z tego modelu, warsztaty pokażą, w jaki sposób terapeuci EMDR mogą bezpiecznie korzystać z szerokiej gamy interwencji EMDR już od wczesnej fazy przygotowawczej. Naszym celem będzie dostarczenie kompleksowego modelu stosowania terapii EMDR w leczeniu zaburzeń dysocjacyjnych, rozszerzenie modelu AIP o rodzaje dysfunkcyjnie przechowywanych informacji, które można znaleźć u osób z najcięższymi formami traumatyzacji i fobii dysocjacyjnych. Terapeuci EMDR nauczą się włączać nowe interwencje do swojej pracy klinicznej na różnych etapach leczenia. W szczególności nauczą się wdrażać określone interwencje kliniczne w oparciu o „progresywne protokoły” dla zaburzeń dysocjacyjnych.

#### **Kluczowe treści programu**

1. Terapia EMDR i praca z dysocjacją, rozszerzony model AIP.
2. Praca z fobiami dysocjacyjnymi: identyfikacja fobii dysocjacyjnych i strategii klinicznych na różnych etapach leczenia.
3. Umacnianie klienta: wykorzystanie Dorosłego JA w pracy EMDR.
4. Zrozumienie i bezpieczne badanie wewnętrznego systemu Pacjenta z zaburzeniami dysocjacyjnymi: narzędzia i interwencje kliniczne
5. Strategia „Koniuszka palca” i inne narzędzia do stopniowego i bezpiecznego przetwarzania urazów.

## CZEŚĆ 2

### Praca z częściami zdysocjowanymi – przewodnik dla terapeutów EMDR

**Termin warsztatu:** 08-09.05.2021 w godzinach 10.00 – 17.00

**Termin płatności:** 553,50 zł do 16.04.2021

Wielu terapeutów EMDR często zgłasza różnorodne problemy w pracy z pacjentami z zaburzeniami dysocjacyjnymi, zwłaszcza w zakresie opracowywania planu leczenia, konstruowania sesji czy radzenia sobie z konfliktem wewnętrznym pacjenta. Często ten ostatni element, będący konsekwencją konfliktu między wewnętrznymi, najczęściej zdysocjowanymi częściami, może stanowić szczególne wyzwanie dla terapeuty. Kiedy części „utkną” w traumatycznym wspomnieniu, nie jest łatwo znaleźć drogę wyjścia między lawinowo pojawiającymi się trudnościami.

Podczas warsztatów zostaną opisane koncepcje, które pomogą terapeutom zrozumieć pacjentów z zaburzeniami dysocjacyjnymi i okażą się pomocne w przygotowaniu planu terapii. Zilustrowane zostaną różnorodne techniki i narzędzia, wykorzystywane na różnych etapach pracy, pozwalające na bezpieczne interwencje w przypadku różnych typów problemów klinicznych, które będą pojawiać się w pracy z różnymi częściami dysocjacyjnymi. Przedstawiony zostanie model konceptualizacji opracowany specjalnie dla zaburzeń dysocjacyjnych, a także, dostosowany do kilku typowych trudności i problemów (Mosquera, 2019), „przewodnik”, pomagający w realizacji planu terapii.

#### **Kluczowe treści programu**

1. Kluczowe pojęcia w pracy z zaburzeniami dysocjacyjnymi
2. Jak przygotować plan pracy-terapii: podstawowe zasady i schematy pracy
3. Organizacja sesji: kroki służące ustaleniu schematu pracy
4. Ważne aspekty rozwoju Dorosłego JA: jedna rzecz na raz
5. Schemat eksploracji systemu wewnętrznego i zrozumienia konfliktu. Formy adaptacji tego schematu, zależne od rodzaju części, z którymi pracujemy
6. Praca ze skomplikowanymi częściami. Co sprawia, że niektóre części są trudniejsze niż inne? Kroki w pierwszym kontakcie i formy kontynuacji pracy.
7. Wspólne aspekty najbardziej skomplikowanych części
8. Praca z nieufnymi i przerażonymi częściami
9. Praca z częściami krytycznymi i kontrolującymi

### **CZĘŚĆ 3**

#### **Terapia EMDR w pracy z zaburzeniami osobowości**

**Termin warsztatu:** 02-03.07.2021 w godzinach 10.00 – 17.00

**Termin płatności:** 553,50 zł do 11.06.2021

Zaburzenia osobowości są zwykle wyzwaniem dla terapeutów. Klienci z tą diagnozą często prezentują zachowania wysokiego ryzyka, trudności w samoregulacji, impulsywność i poważne problemy w relacjach międzyludzkich. Niektórzy klienci, szczególnie ci z zaburzeniami osobowości typu borderline, prezentują również zachowania samookaleczające, myśli samobójcze oraz ryzyko i/lub historię prób samobójczych. Inni, tak jak pacjenci z antyspołecznym zaburzeniem osobowości, wykazują słabą kontrolę impulsów i agresywne reakcje, które mogą być przerażające zarówno dla nich samych, jak i terapeutę.

Biorąc pod uwagę wyzwania, jakie stawiają przed nami zaburzenia osobowości i silny wpływ, jaki ponowne przetwarzanie może wywołać u naszych klientów, terapeuci muszą być w stanie rozpoznać problemy wynikające z przeciwprzeniesienia. Zrozumienie tych problemów i radzenie sobie z nimi jest kluczowe i pozwala uniknąć utknięcia podczas przetwarzania EMDR. Terapeuci pracujący z zaburzeniami osobowości muszą bardzo uważać na to, co praca z tym typem zaburzeń wywołuje w nich samych i muszą być w stanie spojrzeć ponad reakcjami obronnymi tak pacjenta, jak i swoimi własnymi.

Warsztat ma na celu pomóc uczestnikom zrozumieć zaburzenia osobowości z perspektywy modelu AIP. Bazując na prezentacji i przykładach klinicznych omówiona zostanie konceptualizacja przypadku i wybór celów.

#### **Kluczowe treści programu**

- Jak dostosować terapię EMDR do tej konkretnej grupy
- Jak ustalić połączenie między objawami pacjenta (włączając w to typowe trudności w relacji terapeutycznej) a jego wczesnym dzieciństwem, charakteryzującym się wysokim wskaźnikiem zaburzeń przywiązania i poważnymi traumami.
- Jak zidentyfikować i kiedy zająć się najczęściej występującymi obronami, które pojawiają się podczas procedur EMDR.
- Jak kontynuować przetwarzanie w ramach okna tolerancji.

## CZĘŚĆ 4

### Praca w podejściu EMDR w przypadku samookaleczeń i tendencji samobójczych

**Termin warsztatu:** 04-05.09.2021 w godzinach 10.00 – 17.00

**Termin płatności:** 553,50 zł do 13.08.2021

Samookaleczenia i myśli samobójcze to prawdopodobnie dwa aspekty, które stanowią najtrudniejsze w obszarze relacji wyzwania dla terapeuty. Próby samobójcze i okaleczenia sprawiają, iż sytuacja na poziomie relacji staje się niezwykle złożona, a świadomość naszej reakcji emocjonalnej jako terapeutów jest centralnym aspektem interwencji.

Emocjonalna reakcja na możliwość podjęcia przez pacjenta próby samobójczej może być bardzo intensywna, a w konsekwencji terapeuta może zacząć stosować zachowania unikowe. Ponadto niektórzy pacjenci mogą próbować zrzucić na terapeutę odpowiedzialność za swoje życie. Jest to szczególnie ważna kwestia, ponieważ terapeuta, który ma tendencję do nadmiernego angażowania się, może w końcu przyjąć tę odpowiedzialność, co z perspektywy procesu terapeutycznego zawsze będzie drogą bez wyjścia. Podczas tych warsztatów zajmiemy się interwencjami, które pozwolą na zarządzanie tymi aspektami i zapobieganie tego typu reakcjom.

Samobójstwo i samookaleczenie (lub zamiar podjęcia takich zachowań) często są mylone lub utożsamiane. W rzeczywistości wiele osób, które dokonują samookaleczeń, nie chce umierać, a takie zachowania pomagają im tolerować cierpienie i właśnie utrzymać się przy życiu. Jednak jeśli pacjenci nie mają środków, aby zarządzać swoimi emocjami i rozwiązywać problemy, zachowania takie zwiększają ryzyko na podjęcie ostatecznego rozwiązania, czyli próby samobójczej.

Myśli samobójcze i zachowania autodestrukcyjne często wiążą się ze wspomnieniami trudnych i traumatycznych przeżyć, które można zrozumieć z perspektywy modelu AIP i pracować z nimi, wykorzystując terapię EMDR (Shapiro, 1995; 2001).

Wykorzystanie terapii EMDR może zapewnić skuteczny sposób eliminacji samookaleczeń. Gdy zachowania destrukcyjne wynikają z braku umiejętności regulacyjnych, konieczne jest zapewnienie pacjentowi adaptacyjnych informacji i narzędzi. Praca nad wspomnieniami, które są podstawą takiej rozregulowania, ma w wielu przypadkach kluczowe znaczenie. Niejednokrotnie emocje, uczucia, przekonania czy wspomnienia o samookaleczeniach wiążą się z określonymi doświadczeniami. Zidentyfikowanie i przetworzenie takich wspomnień może położyć kres samookaleczaniu.

Celem pracy nie będą same zachowania autodestrukcyjne, ale okoliczności

towarzyszące ich pierwszym wystąpieniom, źródła negatywnych przekonań związanych z problemem oraz wspomnienia, które można zidentyfikować np. za pomocą Mostu Afektywnego.

Podczas tego warsztatu będziemy badać różne etapy myśli samobójczych i jak z nimi pracować. Ocena ryzyka życiowego jest priorytetem u pacjenta z takimi zachowaniami. Zajmiemy się również zachowaniami samookaleczania i regulacją emocjonalną z perspektywy EMDR.

### **Kluczowe treści programu**

1. Integracja między zarządzaniem myślami samobójczymi, zachowaniami samookaleczającymi i rozregulowaniem emocjonalnym z modelem AIP
2. Konceptualizowanie różnych zachowań autodestrukcyjnych i prób samobójczych z perspektywy modelu AIP.
3. Przygotowanie planu terapii z pacjentami, u których występują myśli samobójcze i samookaleczenia.
4. Konkretne interwencje w przypadku samookaleczania się i myśli samobójczych.
5. Umiejętności poprawy regulacji emocjonalnej i strategii radzenia sobie.
6. Przykłady kliniczne.