

کارگاه تخصصی درمان هیجان‌مدار برای اختلال استرس پس از سانحه

ویژه همکاران روان‌شناس و مشاور

اگر با مراجعانی مواجه هستید که تروما، دلبستگی آسیب‌دیده، گسست هیجانی یا علائم اختلال استرس پس از سانحه را تجربه می‌کنند، این کارگاه برای شما طراحی شده است.

در این دوره، شرکت‌کنندگان با یک نگاه بالینی، کاربردی و پروتکل‌محور به فهم و درمان اختلال استرس پس از سانحه در چارچوب درمان هیجان‌مدار می‌پردازند و می‌آموزند چگونه از مرحله تثبیت تا پردازش و ادغام، مداخله‌ای ایمن و مؤثر ارائه دهند.

سرفصل‌های کارگاه

بخش نخست: مفهوم‌سازی تروما در بستر دلبستگی

در این بخش، شرکت‌کنندگان با بنیان‌های نظری و بالینی تروما در پیوند با الگوهای دلبستگی آشنا می‌شوند.

محورهای آموزشی این بخش شامل موارد زیر است:

- تبیین پروتکل: نگاه خرد و کلان به اختلال استرس پس از سانحه در چارچوب درمان هیجان‌مدار
- نورویولوژی کاربردی: تحلیل مسیرهای عصبی ترس و چگونگی پردازش خاطرات تروماتیک در سیستم لیمبیک
- سنجش و ارزیابی بالینی: پروتکل تشخیص افتراقی بین آسیب‌پذیری‌های دلبستگی و نشانه‌های اختلال استرس پس از سانحه پیچیده

بخش دوم: مرحله تثبیت و تنش‌زدایی، فاز نخست پروتکل

این بخش بر ایجاد ایمنی، تنظیم هیجان و کاهش فعال‌سازی‌های شدید تروما تمرکز دارد.

- پنجره تحمل و تنظیم هیجانی: فنون عملی برای مدیریت بیش‌برانگیختگی و کم‌برانگیختگی مراجع در جلسات
- تکنیک لنگرگاه امن: آموزش روش‌های ایجاد امنیت درونی و بین‌فردی برای کاهش پاسخ‌های اجتنابی
- مهار چرخه‌های واکنشی: شناسایی و توقف الگوهای خودتخریبی ناشی از تروما، از جمله ستیز، گریز و انجماد هیجانی

بخش سوم: بازسازی تجارب و پردازش گره‌های تروماتیک، فاز دوم پروتکل

در این مرحله، تمرکز بر دسترسی ایمن به هیجان‌های بنیادین و پردازش تجربه‌های تروماتیک است.

- مداخلات تانگوی درمان هیجان‌مدار: پیاده‌سازی ۵ حرکت اصلی تانگو برای پردازش خاطرات تروماتیک
- مواجهه ایمن: استفاده از تکنیک‌های شیرجه‌زنی هیجانی برای دسترسی به هیجان‌های اولیه و گسسته
- حل جراحت‌های دلبستگی: پروتکل اختصاصی برای ترمیم زخم‌های عاطفی که در طول وقوع تروما ایجاد شده‌اند

بخش چهارم: ادغام روایت و تثبیت تغییرات، فاز سوم پروتکل

این بخش به ساخت روایت منسجم، تحکیم تغییرات درمانی و پیشگیری از عود می‌پردازد.

- بازسازی هویت و روایت‌گری: پیوند زدن قطعات گسسته تجربه تروماتیک به یک روایت منسجم و قدرتمند
- شریک عاطفی به مثابه تنظیم‌گر: آموزش چگونگی تبدیل همسر به منبع اصلی تسکین و امنیت برای مراجع آسیب‌دیده
- پروتکل پیشگیری از عود: تثبیت الگوهای تعاملی ایمن و ادغام دستاوردهای درمانی در زندگی روزمره

بخش پنجم: مدیریت حرفه‌ای و کاربست بالینی

در این بخش، شرکت‌کنندگان مهارت‌های بالینی خود را در مواجهه با تروماهای پیچیده تقویت می‌کنند.

- حضور تنظیم‌گر درمانگر: مدیریت انتقال متقابل و حفظ ثبات بالینی در مواجهه با تروماهای سهمگین
- بررسی موارد بالینی واقعی و تمرین عملی مداخلات پروتکل اختلال استرس پس از سانحه تحت نظارت

مشخصات دوره

- مدرس: دکتر مینا نظری کمال، روانشناس بالینی و متخصص تروما
- تعداد جلسات: ۵ جلسه ۴ ساعته
- مجموع زمان آموزش: ۲۰ ساعت آموزش تخصصی
- شیوه برگزاری: آنلاین
- زمان برگزاری: جمعه‌ها، ساعت ۹ تا ۱۲
- تاریخ شروع: جمعه ۳ مهرماه ۱۴۰۵
- شهریه: ۱,۵۰۰,۰۰۰ تومان
- گواهینامه: دارد

ثبت‌نام و دریافت اطلاعات بیشتر

- بله و تلگرام: minakamalpsy@
- تلفن: ۰۹۱۹۱۲۳۰۶۵۳
- وبسایت: sedayejooy.ir
- کانال: sedayejooy@