



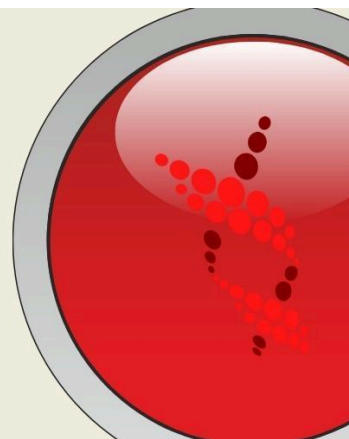
Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2_ПРАКТИКА КОНФРОНТАЦИИ,
РЕСУРСИРОВАНИЯ И ПСИХОЭДУКАЦИИ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

для выполнения домашних заданий

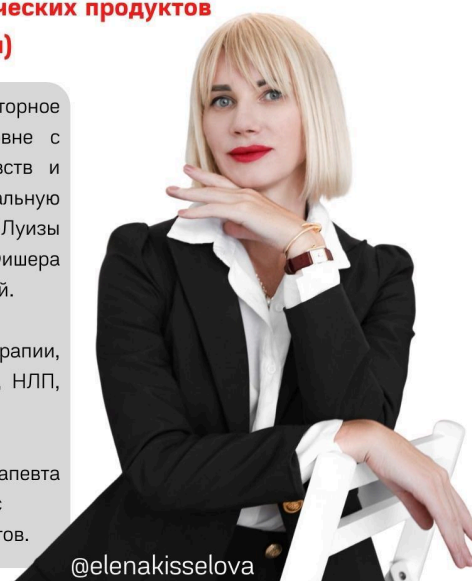


Курс-система "ДНК ПСИХОТРАВМЫ" создан психологом, канд.психол.наук, преподавателем, научным руководителем магистерской программы Московского Института Психоанализа, автором трансформационных психологических продуктов **ЕЛЕНОЙ НИКОЛАЕВНОЙ КИСЕЛЕВОЙ** (г.Москва, Россия)

В основе курса - метод переработки травматического опыта через повторное его переживание на эмоциональном, телесном, поведенческом уровне с помощью драматической импровизации, спонтанного выражения чувств и трансформации образов, с опорой на когнитивно-процессуальную травматерапию Патриции Рейсик (США), метод конфронтации с травмой Луизы Реддеманн (Германия), многоуровневую травматерапию Готтфрида Фишера (Германия), метод когнитивно-образной травматерапии О.В. Защириной.

В практике курса соединяются практики аналитической психотерапии, психодрамы, эриксоновского гипноза, эмоционально-образной терапии, НЛП, практик арт-терапии.

Главное преимущество курса - практика: возможность для терапевта проработать собственный травматический опыт и получить опыт работы с техниками, позволяющими уверенно прорабатывать психотравму у клиентов.



@elenakisselova

ПОСЛЕ ОБУЧЕНИЯ НА 2 СТУПЕНИ КУРСА ВЫ:

- будете спокойно и уверенно **НЕ ТОЛЬКО ДИАГНОСТИРОВАТЬ, НО И ЗАКРЫВАТЬ** психотравмы Ваших клиентов
- на сессиях будете четко понимать, Ваш ли клиент, и какие у Вас с ним задачи, **СОСТАВЛЯТЬ и ПРЕДЛАГАТЬ СТРАТЕГИЮ и ПРОГРАММУ терапии**
- существенно **ПОВЫСИТЕ ВАШ ЧЕК**, поскольку сможете предлагать пакеты сессий, наполненных проверенными техниками
- присоединитесь к сообществу @HappyPsyLab, получите **ДОСТУП К СУПЕРВИЗИЯМ ЕЛЕНЫ КИСЕЛЕВОЙ** и сможете вести свои вебинары на нашем Youtube-канале и получать **ПОМОЩЬ В СОЗДАНИИ СОБСТВЕННЫХ PSY-ПРОДУКТОВ**

После прохождения 2 ступени Вас **НА УРОВНЕ 3 - PRO** ждет ценная и глубокая работа с **ТРАНСГЕНЕРАЦИОННОЙ ПСИХОТРАВМОЙ** - практикой осознания переданных через поколение ролей, сценариев, эмоций и телесных паттернов, а далее Вы познакомитесь с практической методикой **преодоления ПСИХОТРАВМЫ БУДУЩЕГО** через осознанное

созидание, работу с экзистенциальными страхами. Вы завершите курс, создав свой собственный психологический продукт, релевантный Вашей мета-личности и миссии.

Пожалуйста, помните о том, что, начиная работу с психотравмой, мы:

1. всегда сначала создаем ресурс, и только когда уверены, что клиент готов, идем «в глубину»;
2. работа с травмой ведется в атмосфере безопасности и принятия;
3. важно создавать границы переживания, контейнировать его.



Курс-система Елены Киселевой

ДНК
ПСИХОТРАВМЫ
СТУПЕНЬ 2

*"ЖЕЛАЮ ВАМ ГЛУБОКИХ ОСОЗНАНИЙ
И БЕРЕЖНОЙ ЭФФЕКТИВНОЙ РАБОТЫ !"*

Психолог Елена Киселева



Ваши фамилия, имя (отчество)

Напишите свои имя и фамилию КИРИЛИЦЕЙ и/или ЛАТИНИЦЕЙ
так, как вы хотели бы, чтобы было написано в Вашем сертификате об
окончании СТУПЕНИ 2:

ВАШЕ ФОТО (вставьте здесь):

ЗАПОЛНИТЕ НЕБОЛЬШУЮ АНКЕТУ СПЕЦИАЛИСТА

(мы оставляем сведения строго конфиденциальными)

Год рождения:

Страна, город:

Профессиональный статус (обучаетесь, консультируете, преподаете), уточните, где:

Ваша специализация в психологии:

Когда проходили супервизию (специалист, даты приблизительно):

Когда проходили личную терапию (даты приблизительно):

Есть ли у Вас в настоящее время существенные проблемы со здоровьем, включая
обострение хронических заболеваний, какие:

Принимаете ли Вы регулярно психоактивные или успокаивающие препараты:

Какое дополнительное специальное обучение в области психологии Вы проходили
(тренинги, курсы, др.):

Есть ли у Вас свои авторские продукты, какие:

Ссылки на Ваши социальные сети:

Какую цель ставите перед собой на курсе:

Берете ли на себя ответственность за свое психоэмоциональное и физическое состояние в
период прохождения курса: да/нет

ВАША ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЦЕЛЬ НА ГОД, 5 ЛЕТ, 10 ЛЕТ?

1. Запишите здесь свои цели
2. Опишите свой идеальный образ, как профессионала

ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ:

1. Мы разместили задания кратко и компактно – однако, для своего удобства Вы можете добавлять в тетрадь необходимое Вам дополнительное количество страниц.
2. Просмотрите видео zoom-занятия, отметьте в своем конспекте важные для Вас моменты. Обратите внимание на правила выполнения практики: формат выполнения, необходимое шкалирование и т.д..
3. Посмотрите презентацию лекции и чеклисты к ней на портале.
4. Здесь, в рабочей тетради, разместите скрин экрана jamboard, фото или рисунок практики от руки. Старайтесь не размещать фото текста, так как очень трудно давать обратную связь по незнакомому почерку.
5. Опишите свои инсайты.
6. Вы можете разместить результаты практики, проделанной с коллегой, клиентом или самостоятельно для себя.
7. Все записи практик остаются доступны для Вас в кабинете в течении 4 месяцев с даты старта курса.

ПРОГРАММА 2 СТУПЕНИ

МОДУЛЬ II

Занятие 1 ВВОДНОЕ. "ЛИНИЯ ЖИЗНИ"

15 февраля, вторник, 19:00 мск

Киселева Е.Н.

Занятие 2 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ОНЛАЙН

17 февраля, четверг, 10.00 мск

Сошникова Н.А.

Занятие 3 ОСНОВЫ ПСИХИАТРИИ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ

19 февраля, суббота, 10.00 мск

Ермаченкова О.В.

Занятие 4 ПСИХОТРАВМА САМОИДЕНТИФИКАЦИИ (11-15 лет)

22 февраля, вторник, 19:00 мск

Киселева Е.Н.

Занятие 5

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОТРАВМЫ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

24 февраля, четверг, 19:00 мск

Ермаченкова О.В.

Занятие 6 СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ ТРАВМЫ САМОИДЕНТИФИКАЦИИ НА УРОВНЕ ТЕЛА

26 февраля, суббота, 10.00 мск

Сошникова Н.А.

Занятие 7

СПЕЦИФИКА РАБОТЫ С ВЕДУЩИМИ НЕГАТИВНЫМИ ЭМОЦИЯМИ (ГНЕВ, ОБИДА) С ПОМОЩЬЮ ПРАКТИК АРТ-ТЕРАПИИ

1 марта, вторник, 19:00 мск

Гетманская В.В.

Занятие 8 СЕССИЯ «ВОПРОСЫ-ОТВЕТЫ», СУПЕРВИЗИЯ

3 марта, четверг, 10.00 мск

Киселева Е.Н.

МОДУЛЬ III

Занятие 1 ПСИХОТРАВМА НЕСОВЕРШЕНСТВА (5-11 лет)

10 марта, четверг, 10.00 мск

Киселева Е.Н.

Занятие 2 ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ПСИХОТРАВМАМИ В РЕЗУЛЬТАТЕ ИНЦЕСТА И НАСИЛИЯ

15 марта, вторник, 19.00

Ермаченкова О.В.

Занятие 3 МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ В РАБОТЕ СПЕЦИАЛИСТА-ПСИХОЛОГА

17 марта, четверг, 10.00

Гетманская В.В.

Занятие 4 ПРОЯВЛЕНИЕ ПСИХОТРАВМЫ НЕСОВЕРШЕНСТВА В ТЕЛЕ

19 марта, суббота, 10.00

Сошникова Н.А.

Занятие 5 СЕССИЯ «ВОПРОСЫ-ОТВЕТЫ», СУПЕРВИЗИЯ

22 марта, вторник, 19:00 мск

Киселева Е.Н.

МОДУЛЬ IV

Занятие 1 ПСИХОТРАВМА ПРИВЯЗАННОСТИ (0-5 лет)

24 марта, четверг, 10.00 мск

Киселева Е.Н.

Занятие 2 СПЕЦИФИКА АНАЛИЗА КЛИЕНТСКИХ РИСУНКОВ в практике диагностики и закрытия психотравм

26 марта, суббота, 10.00 мск

Гетманская В.

Занятие 3 ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ТРАВМОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ

29 марта, вторник, 19:00 мск

Ермаченкова О.В.

Занятие 4 САМЫЕ ГЛУБОКИЕ ПЕРВИЧНЫЕ ЭМОЦИИ И ИХ ЛОКАЛИЗАЦИЯ В ТЕЛЕ

31 марта, четверг, 10.00 мск

Сошникова Н.А.

Занятие 5 СЕССИЯ «ВОПРОСЫ-ОТВЕТЫ», СУПЕРВИЗИЯ

5 апреля, вторник, 19:00 мск

Киселева Е.Н.

► ТЕСТИРОВАНИЕ ПО БЛОКАМ ВОПРОСОВ ОТ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

Занятие 6 ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

7 апреля, четверг, 10.00 мск Киселева Е.Н.

СТУПЕНЬ 2 МОДУЛЬ II

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 Вводное занятие «Линия Жизни» (15.02.22, Киселева Е.Н.)



11-16
ФОТО и
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ
ИСТОРИЯ

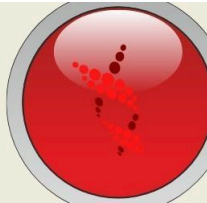


Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



ПРАКТИКА «ФОТО + ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ 11-16: ТРАВМА САМОИДЕНТИФИКАЦИИ»

Линия
жизни
период
детства

Рисунок (образ)
"Я БЕЗ ТРАВМЫ" и
его расшифровка

Какой ресурс дало событие

Как можно использовать этот ресурс
для поддержки себя

Ваш
рисунок
"Я без травмы
самоидентифи-
кации"



11-16 лет
Психотравма самоидентификации

Травматическое событие:
эмоциональная история



Ваше фото периода 11-16 лет

Где событие сохранено в теле

Какой симптом в настоящем
усиливает

Дата выполнения _____

Делали с клиентом / самостоятельно _____

**ЗАПОЛНИТЕ СХЕМУ, ПОДБЕРИТЕ ФОТО ПЕРИОДА 11-16 лет
НАПИШИТЕ СВОЮ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ИСТОРИЮ ПО СХЕМЕ, СВЯЗНЫМ
ТЕКСТОМ**

(пишем откровенно, сильно, не стесняясь в выражениях, стараемся припомнить и выразить все чувства, которые были в тот момент. Вы будете сопротивляться, не хотите писать, откладывать и т.п., потому что поднимется много сильных чувств, которые не хочется испытывать - гнев, ярость, вина, стыд. Но все эти чувства, как токсичные отходы отравляют нашу жизнь. Поэтому наберитесь терпения и сделайте это).

- Что из происходившего в то время с Вами, особенно запомнилось.
- Что Вы (или с Вами) делали.
- Что Вы в тот момент чувствовали?
- Как это повлияло на сегодняшнюю ситуацию?

- Поэтому сейчас Вы думаете/делаете/ведете себя...
- И чувствуете при этом...
- Как проявляется это событие/его последствия сегодня на телесном уровне?
- Какой вывод (выводы) можно сделать из этой истории, какой инсайт (инсайты) Вас посетил(и).

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 2
Основы психологического консультирования онлайн
(17.02.2022, Сошникова Н.А.)



Дата выполнения _____

Задание 1

1. Найдите и разместите в рабочей тетради картинку, которая ассоциируется у Вас с «вызовом» в онлайн-консультировании. Разместите картинку здесь:

2. Обоснуйте свой выбор.
3. В чем основная сложность на настоящий момент?

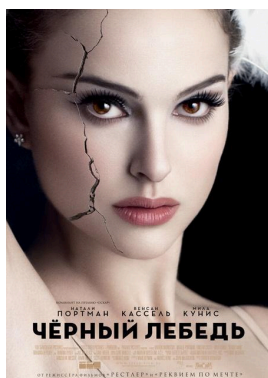
Задание 2

Составьте здесь список (минимум 5 пунктов) Ваших личных этических норм, на которые Вы будете опираться/опираетесь в своей работе терапевта.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 3

Основы психиатрии для психологов (19.02.2022, Ермаченкова О.В.)



Дата выполнения _____

1. Посмотрите фильм «Черный лебедь».
2. Запишите здесь признаки увиденного Вами психического расстройства. К каким психическим расстройствам Вы можете отнести эти признаки?
3. Обоснуйте свой ответ.

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 4

Психотравма самоидентификации 11-16 лет

(22.02.2022, Киселева Е.Н.)



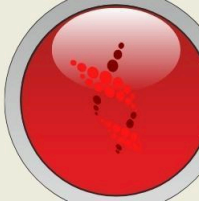
**ПРАКТИКА
"ТРАВМА-
ЭКСПОЗИЦИЯ"**

Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

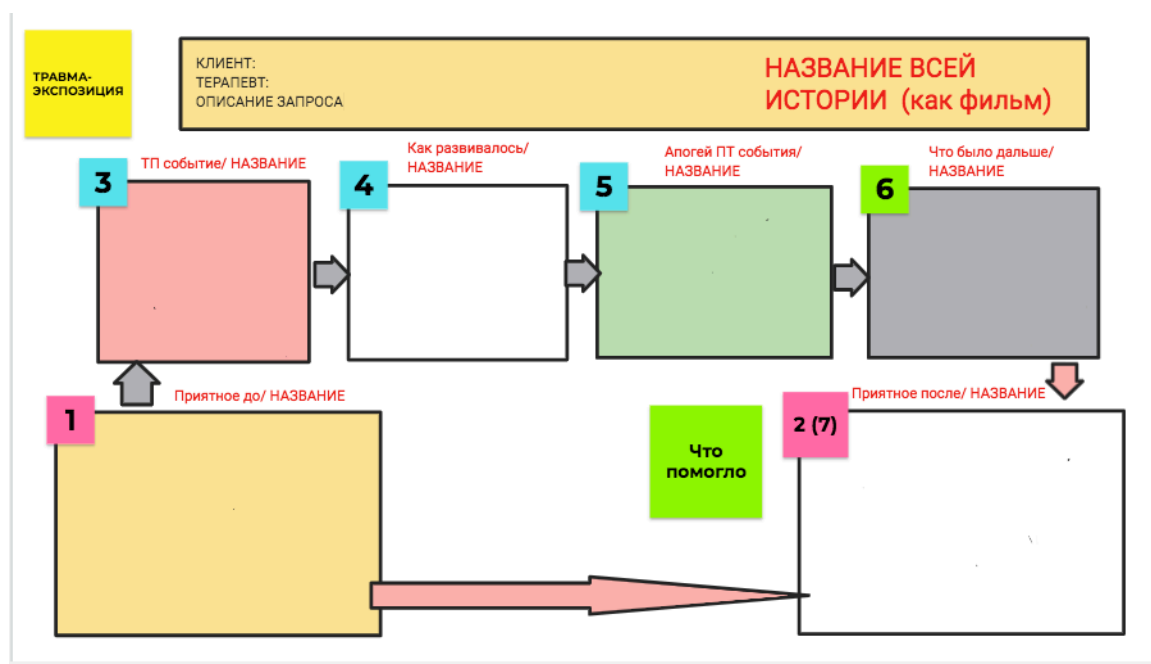
СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий



ПРАКТИКА «ТРАВМАЭКСПОЗИЦИЯ»

СХЕМА ПРАКТИКИ (внимательно посмотрите видеозапись занятия!)



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ТРАВМАЭКСПОЗИЦИИ

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ "ТРАВМАЭКСПОЗИЦИЯ"

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 4 (продолжение)



МЕТАФОРИЧЕСКИЙ РИСУНОК «Я БЕЗ ТРАВМЫ САМОИДЕНТИФИКАЦИИ»

Дата выполнения _____

РИСУНОК ВАШЕГО СОСТОЯНИЯ

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ:

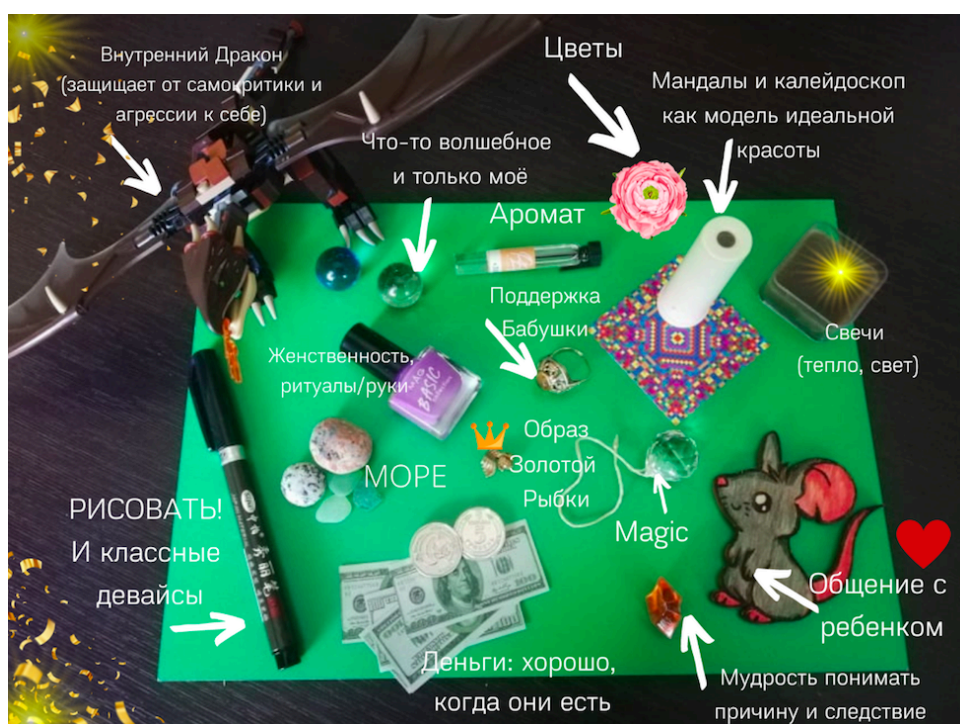
1. Дайте название Вашей работе
2. Напишите, какой ресурс она в Вас включает?
3. Как Вы планируете использовать этот ресурс?

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 5

Особенности формирования психотравмы в подростковом возрасте
(24.02.2022, Ермаченкова О.В.)



ПРАКТИКА «КАРТА РЕСУРСОВ»



(на фото пример работы клиента)

Дата выполнения _____

РИСУНОК ИЛИ ФОТО ВАШЕЙ КАРТЫ

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 6

Специфика проявления травмы самоидентификации на уровне тела
(26.02.2022, Сошникова Н.А.)



ПРАКТИКА «ТЕЛЕСНЫЕ ПАТТЕРНЫ ТРАВМЫ»

Дата выполнения _____

1. Сделайте и разместите здесь 2 фото в полный рост: 1) анфас и 2) в профиль
2. Рассмотрите фото и определите, присутствуют ли:
 - структуры существования
 - структуры потребности
 - структуры воли
3. Как они выражаются?
4. Опишите свои инсайты по практике.



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 7

Специфика работы с ведущими негативными эмоциями практиками
арт-терапии (01.03.2022, Гетманская В.В.)



УНИВЕРСАЛЬНАЯ ПРАКТИКА ПРОРАБОТКИ НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИЙ (ГНЕВ, ОБИДА, СТЫД)

Дата выполнения _____

ФОТО ВАШЕЙ РАБОТЫ

(разместите здесь фото или ссылку на него)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ:

1. Какими были чувства и эмоции в процессе отработки техники: до практики, во время и после – отследите и опишите эмоциональные изменения. ВОПРОСЫ К РИСУНКУ ВЫ НАЙДЕТЕ В ЧЕКЛИСТЕ
2. Если отработка техники проходила в паре, добавьте свои чувства и эмоции как терапевта: когда предлагали клиенту выполнить практику и в процессе ее проведения.
3. Наблюдения и основные выводы о работе с практикой:
 - Кому, как и когда вы можете предложить такую арт-практику?
 - Как собираетесь применять?
 - Как практика расширяет набор ваших терапевтических инструментов?
 - Какие вопросы/трудности возникли в процессе выполнения арт-практики?
 - Как вы поможете клиенту отследить эмоции до практики, во время и после - и зафиксировать изменения?
 - Какой важный ресурс Вам лично удалось вынести из арт-практики?

3. Свой рисунок трансформации гнева и обиды разместите на “Линии Жизни” в соответствующей возрастной схеме.

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 7 (продолжение)



МЕТАФОРИЧЕСКИЙ РИСУНОК «Я БЕЗ ТРАВМЫ САМОИДЕНТИФИКАЦИИ»

Дата выполнения _____

РИСУНОК ВАШЕГО СОСТОЯНИЯ

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ:

1. Дайте название Вашей работе
2. Напишите, какой ресурс она в Вас включает?
3. Как Вы планируете использовать этот ресурс?

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ II. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 8

Итоговая сессия модуля II (03.03.2022, Киселева Е.Н.)



ПРАКТИКА «ФОТО + ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ 5-11: ТРАВМА НЕСОВЕРШЕНСТВА»

линия жизни
период
детства

Рисунок (образ)
"Я БЕЗ ТРАВМЫ" и
его расшифровка

Какой ресурс дало событие

Ваш
рисунок
"Я без травмы
самоидентифи-
кации"

Как можно использовать этот ресурс
для поддержки себя

➔

5-11 лет
Психотравма несовершенства

➔

Травматическое событие:
эмоциональная история



Ваше фото периода 11-16 лет

Где событие сохранено в теле

Какой симптом в настоящем
усиливает

Дата

выполнения _____

**ЗАПОЛНИТЕ СХЕМУ, ПОДБЕРИТЕ ФОТО ПЕРИОДА 5-11 лет
НАПИШИТЕ СВОЮ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ИСТОРИЮ ПО СХЕМЕ, СВЯЗНЫМ
ТЕКСТОМ**

(пишем откровенно, сильно, не стесняясь в выражениях, стараемся припомнить и выразить все чувства, которые были в тот момент. Вы будете сопротивляться, не хотите писать, откладывать и т.п., потому что поднимется много сильных чувств, которые не хочется испытывать - гнев, ярость, вина, стыд. Но все эти чувства, как токсичные отходы отравляют нашу жизнь. Поэтому наберитесь терпения и сделайте это).

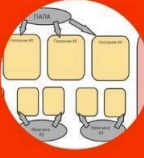
- Что из происходившего в то время с Вами, особенно запомнилось.
- Что Вы (или с Вами) делали.
- Что Вы в тот момент чувствовали?
- Как это повлияло на сегодняшнюю ситуацию?
- Поэтому сейчас Вы думаете/делаете/ведете себя...

- И чувствуете при этом...
- Как проявляется это событие/его последствия сегодня на телесном уровне?
- Какой вывод (выводы) можно сделать из этой истории, какой инсайт (инсайты) Вас посетил(и).

СТУПЕНЬ 2 МОДУЛЬ III

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1

Психотравма несовершенства 5-11 лет, работа с интроектами
(10.03.2022, Киселева Е.Н.)

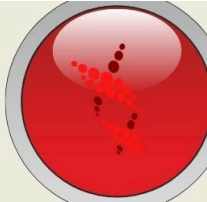


ПОСЛАНИЯ
МУЖСКИХ
ФИГУР

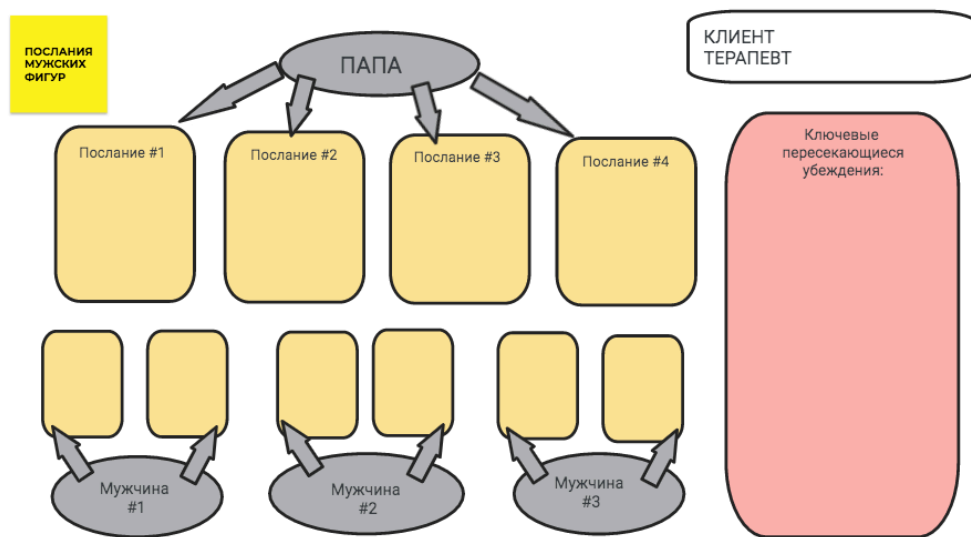


Курс-система Елены Киселевой
ДНК ПСИХОТРАВМЫ
СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



ПРАКТИКА «ПОСЛАНИЯ МУЖСКИХ ФИГУР»



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даёте ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 (продолжение)



**КОНФРОНТАЦИЯ
С НЕГАТИВНЫМ
ИНТРОЕКТОМ**

Курс-система Елены Киселевой

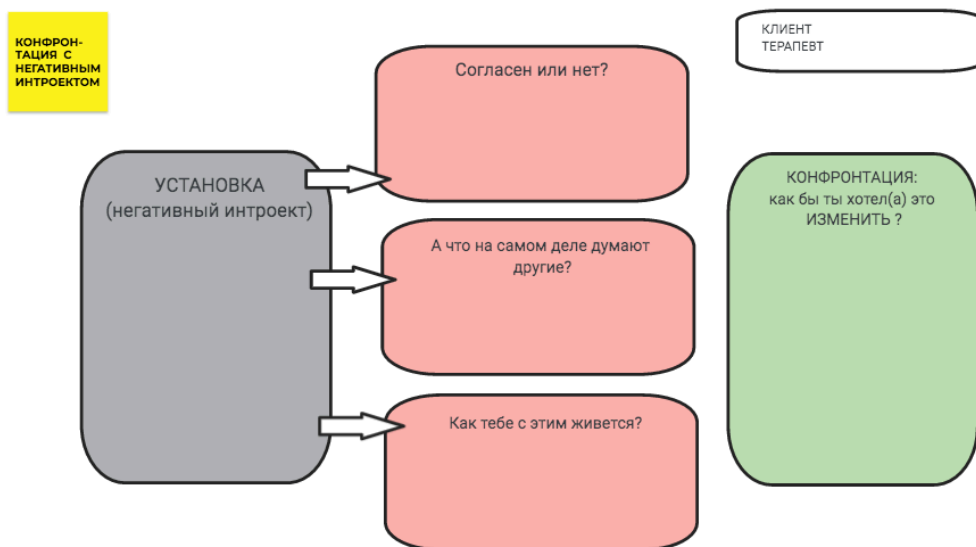
ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



ПРАКТИКА «КОНФРОНТАЦИЯ С НЕГАТИВНЫМ ИНТРОЕКТОМ»



Дата выполнения _____

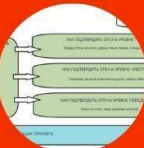
СХЕМА ВАШЕЙ КОНФРОНТАЦИИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 (продолжение)



**ПОЗИТИВНЫЕ
МЫСЛИ
О СЕБЕ**

Курс-система Елены Киселевой

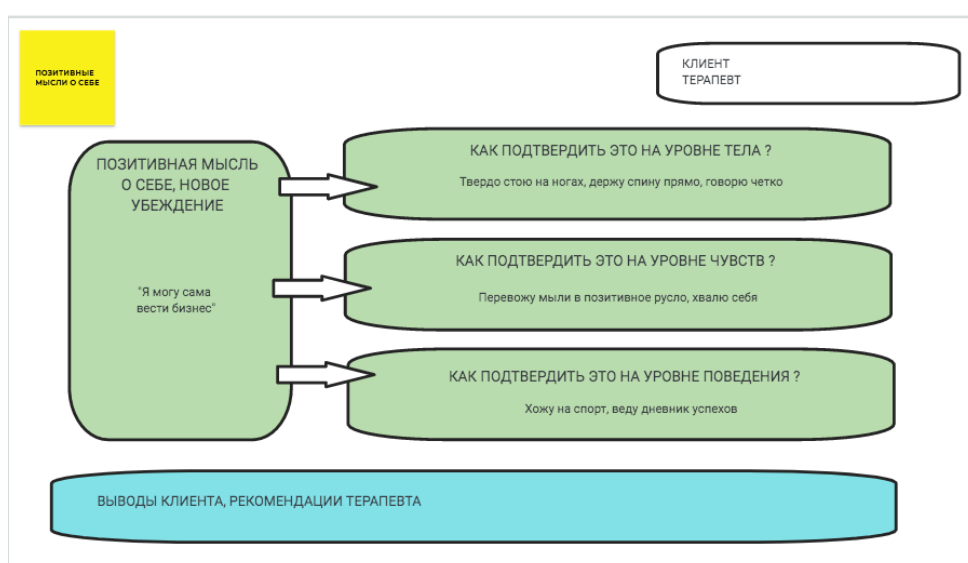
ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



ПРАКТИКА «ПОЗИТИВНЫЕ МЫСЛИ О СЕБЕ»



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 (продолжение)



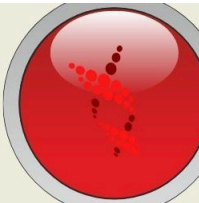
**ПРАКТИКА
"ИНТРУЗИОННАЯ
МОДЕЛЬ"**

Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



ПРАКТИКА «ИНТРУЗИОННАЯ МОДЕЛЬ»



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 2

Особенности работы с психотравмами в результате инцеста и насилия
(15.03.2022, Ермаченкова О.В.)



**РАБОТА С НАСИЛИЕМ
И ИНЦЕСТОМ**

Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий

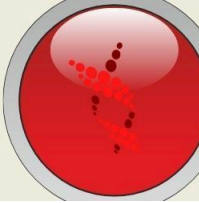


СХЕМА РАБОТЫ С НАСИЛИЕМ



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 3
Метафорические карты в работе специалиста-психолога
(17.03.2022, Гетманская В.В.)



ПРАКТИКА с МАК «ПОЗИТИВНЫЕ МЫСЛИ О СЕБЕ В КОНТЕСТЕ УСПЕХА И ДЕНЕГ»

Дата выполнения _____

Вы видите 3 карты, соответствующие 3 архетипам

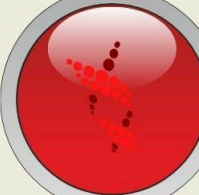


Проанализируйте и запишите:

1. Какими качествами обладает каждая фигура: МУДРЕЦ, ГЕРОЙ, ПОМОЩНИК?
2. Кому эта фигура соответствует в реальной жизни (если нет реального референса, то кем могла бы быть)
3. Какое позитивное послание несет эта фигура? Сформулируйте и запишите.

4. Зафиксируйте свои инсайты: когда и как Вы можете использовать эти позитивные послания в жизни?

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 3 (продолжение)

	МЕТАФОРИЧЕСКИЙ РИСУНОК СОСТОЯНИЯ "Я БЕЗ ТРАВМЫ НЕСОВЕРШЕНСТВА"	Курс-система Елены Киселевой ДНК ПСИХОТРАВМЫ СТУПЕНЬ 2 РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ для выполнения домашних заданий 	
---	---	--	---

**МЕТАФОРИЧЕСКИЙ РИСУНОК «Я БЕЗ ТРАВМЫ
НЕСОВЕРШЕНСТВА»**

Дата выполнения _____

РИСУНОК ВАШЕГО СОСТОЯНИЯ

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ:

1. Дайте название Вашей работе
2. Напишите, какой ресурс она в Вас включает?
3. Как Вы планируете использовать этот ресурс?



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 4

Проявление психотравмы несовершенства в теле. Работа с личными границами
(19.03.22, Сошникова Н.А.)



ПРАКТИКА «ТЕЛЕСНЫЕ ПАТТЕРНЫ ТРАВМЫ»

Дата выполнения _____

5. Сделайте и разместите здесь 2 фото в полный рост: 1) анфас и 2) в профиль
6. Рассмотрите фото и определите, присутствуют ли:
 - структуры сексуальности
 - структуры мнения
 - структуры солидарности
7. Как они выражаются?
8. Опишите свои инсайты по практике.

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ III. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 5

Итоговая сессия модуля III (22.03.2022, Киселева Е.Н.)



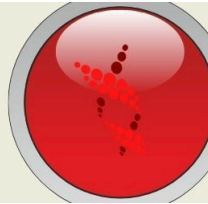
0-5
ФОТО и
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ
ИСТОРИЯ

Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий



ПРАКТИКА «ФОТО + ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ 0-5: ТРАВМА ПРИВЯЗАННОСТИ»

ЛИНИЯ
ЖИЗНИ
ПЕРИОД
ДЕТСТВА

Ваш
рисунок
"Я без травмы
привязанности"



➔

0-5 лет
Психотравма привязанности (мать)

➔

Ваше фото периода 0-5 лет



Дата _____

выполнения _____

**ЗАПОЛНИТЕ СХЕМУ, ПОДБЕРИТЕ ФОТО ПЕРИОДА 0-5 лет
НАПИШИТЕ СВОЮ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ИСТОРИЮ ПО СХЕМЕ, СВЯЗНЫМ
ТЕКСТОМ**

(пишем откровенно, сильно, не стесняясь в выражениях, стараемся припомнить и выразить все чувства, которые были в тот момент. Вы будете сопротивляться, не хотите писать, откладывать и т.п., потому что поднимется много сильных чувств, которые не хочется испытывать - гнев, ярость, вина, стыд. Но все эти чувства, как токсичные отходы отравляют нашу жизнь. Поэтому наберитесь терпения и сделайте это).

- Что из происходившего в то время с Вами, особенно запомнилось.
- Что Вы (или с Вами) делали.
- Что Вы в тот момент чувствовали?
- Как это повлияло на сегодняшнюю ситуацию?

- Поэтому сейчас Вы думаете/делаете/ведете себя...
- И чувствуете при этом...
- Как проявляется это событие/его последствия сегодня на телесном уровне?
- Какой вывод (выводы) можно сделать из этой истории, какой инсайт (инсайты) Вас посетил(и).

СТУПЕНЬ 2 МОДУЛЬ IV

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 Психотравма привязанности 0-5 лет, работа с сублимностями (24.03.2022, Киселева Е.Н.)



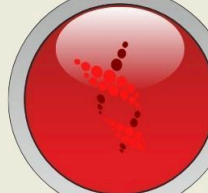
**ПРАКТИКА
"РАНЕННЫЕ
ДЕТИ"**

Курс-система Елены Киселевой

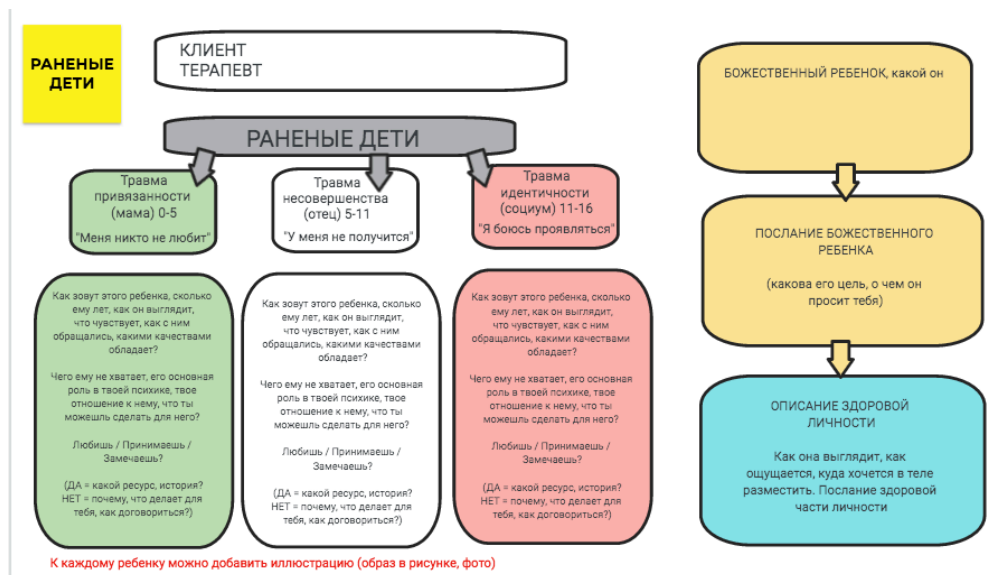
ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



ПРАКТИКА «РАНЕННЫЕ ДЕТИ»



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ «РАНЕННЫЕ ДЕТИ»

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 (продолжение)



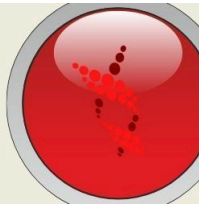
**ПРАКТИКА
"РАНЕННЫЕ
ДЕТИ" по Лопухиной**

Курс-система Елены Киселевой

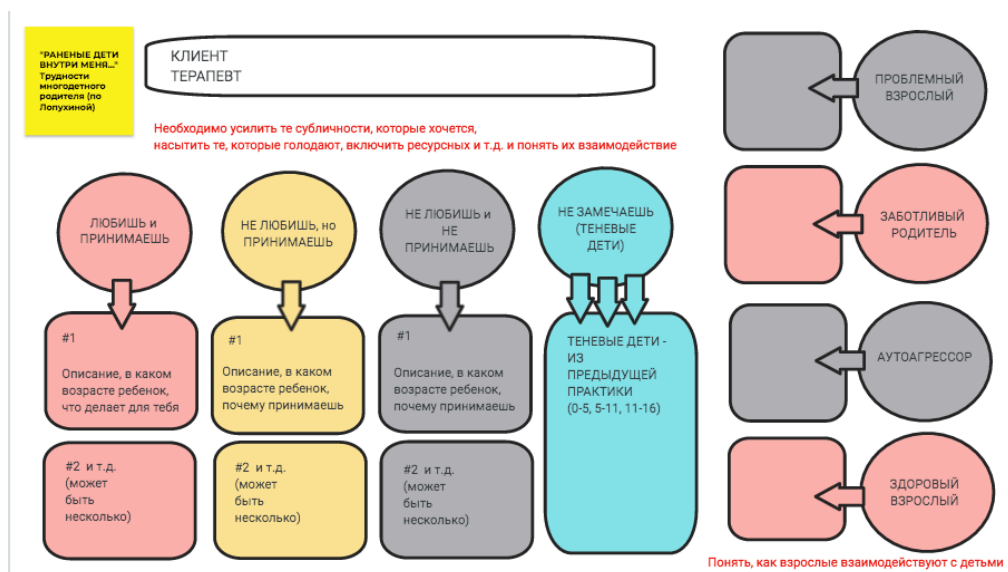
ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий



ПРАКТИКА «РАНЕННЫЕ ДЕТИ» (валидация по Лопухиной)



Дата выполнения _____

СХЕМА ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото, скрин или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ "РАНЕННЫЕ ДЕТИ"

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 (продолжение)



МЕТАФОРИЧЕСКИЙ
РИСУНОК СОСТОЯНИЯ
"Я БЕЗ ТРАВМЫ
ПРИВЯЗАННОСТИ"

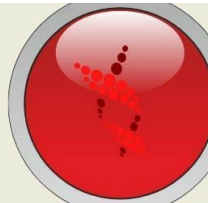


Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий 



Дата выполнения _____

РИСУНОК ВАШЕГО СОСТОЯНИЯ

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ:

1. Дайте название Вашей работе
2. Напишите, какой ресурс она в Вас включает?
3. Как Вы планируете использовать этот ресурс?



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 1 (продолжение)



ПРАКТИКА «ЗДОРОВАЯ ЛИЧНОСТЬ»

Дата выполнения _____

РИСУНОК или КОЛЛАЖ ВАШЕЙ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ

(может содержать в себе изображения уже сделанных Вами метафорических рисунков)

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

НАПИШИТЕ ЗДЕСЬ ВАШИ ИНСАЙТЫ ПО ПРАКТИКЕ,
ОПИШИТЕ ВАШУ ЗДОРОВУЮ ЛИЧНОСТЬ



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 2

Специфика анализа клиентских рисунков в практике диагностики и закрытия психотравм (26.03.2022, Гетманская В.В.)



АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ
ЗАНЯТИЕ: АНАЛИЗ
РИСУНКОВ
КЛИЕНТА



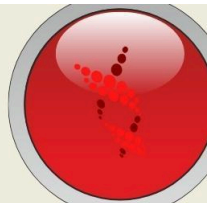
Курс-система Елены Киселевой

ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

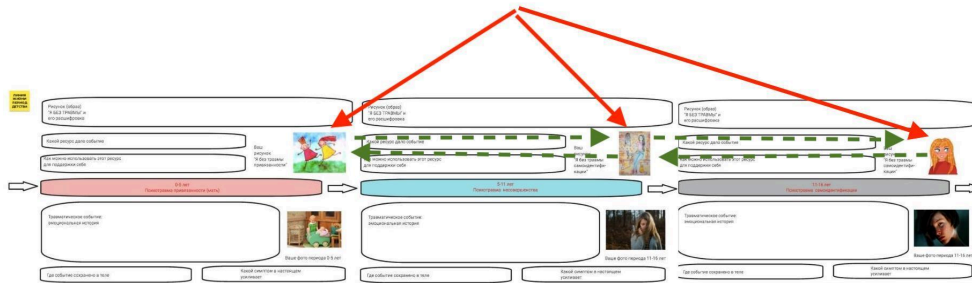
РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий





Дата выполнения _____

1. Проанализируйте рисунки Вашей «Линии Жизни» в динамике.



2. Определите, какие ресурсы Вы получили, освободившись от травмы.
3. Опишите свои наблюдения по практике анализа рисунков:
 - Какие трудности возникли у Вас при интерпретации / в формулировании вопросов?
 - В чем арт-терапия может Вас усилить, как специалиста?
 - Как арт-терапия облегчает выход из травмы?

СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 3

Теория и практика терапевтической работы с психотравмой привязанности
(29.03.22, Ермаченкова О.В.)



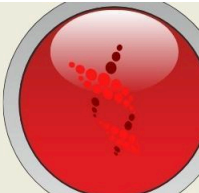
**РАБОТА С
ПСИХОТРАВМОЙ
ПРИВЯЗАННОСТИ**

Курс-система Елены Киселевой

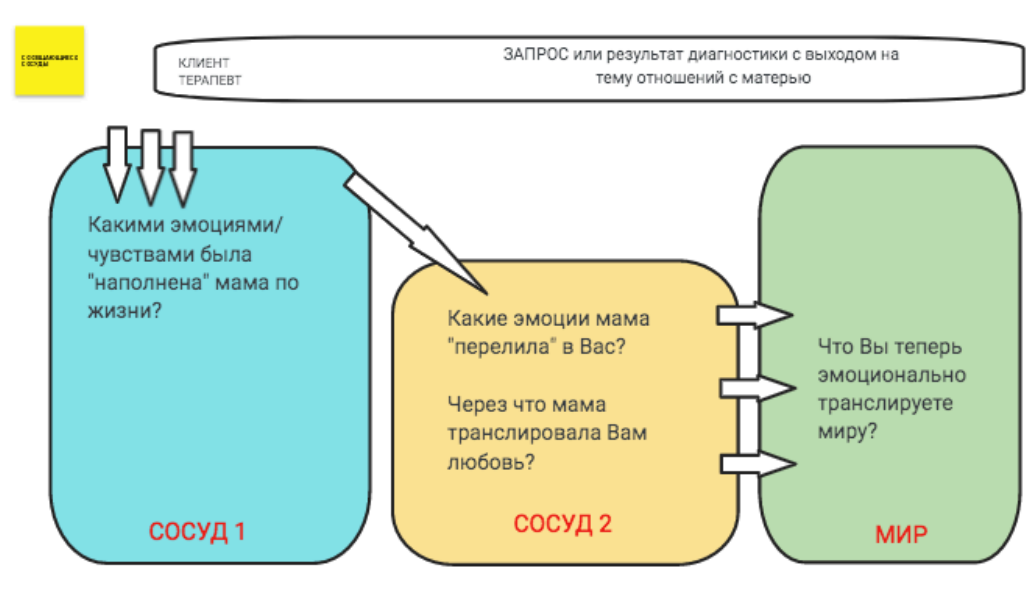
ДНК ПСИХОТРАВМЫ

СТУПЕНЬ 2

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ
для выполнения домашних заданий



ПРАКТИКА, ТРАНСФОРМИРУЮЩАЯ ЧУВСТВА К МАТЕРИ «СООБЩАЮЩИЕСЯ СОСУДЫ»



Дата выполнения _____

РИСУНОК ВАШЕЙ ПРАКТИКИ

(можно вставить сюда в документ фото или ссылку на файл.

NB: если Вы даете ссылку на свой гуглдиск, не забудьте открыть доступ к файлу)

ОТВЕТЬТЕ НА ВОПРОСЫ:

1. Как Вы видите, какие основные эмоции/чувства испытывала по жизни Ваша мама?
2. Какие чувства она транслировала и передала Вам?
3. Через что Ваша мама транслировала Вам любовь?
4. Что Вы теперь транслируете миру?
5. Напишите свои инсайты по практике. Каково их значение и полезность, как Вы можете использовать их в своей жизни?



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЮ 4

Самые глубокие первичные эмоции и их локализация в теле.

Работа с личными границами (31.03.2022, Сошникова Н.А.)



УПРАЖНЕНИЕ «ДНЕВНИК ТЕЛЕСНОЙ ПРАКТИКИ»

Даты выполнения: с _____ по _____

Задание 1. В течении недели делайте упражнения и заполняйте таблицу.
В конце недели письменно подведите итог, зафиксируйте инсайты.

Дата	Упражнение	Эмоции	Комментарии/рефлексия
День 1			
	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		
День 2			
	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		
День 3			
	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		
День 4			
	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		
День 5			
	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		
День 6			
	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		
День 7			

	№ 1		
	№ 2		
	№ 3		

Задание 2. Внесите телесные симптомы и инсайты по телу в схему «Линия Жизни».



СТУПЕНЬ 2_МОДУЛЬ IV. ЗАДАНИЕ К ЗАНЯТИЯМ 5 и 6

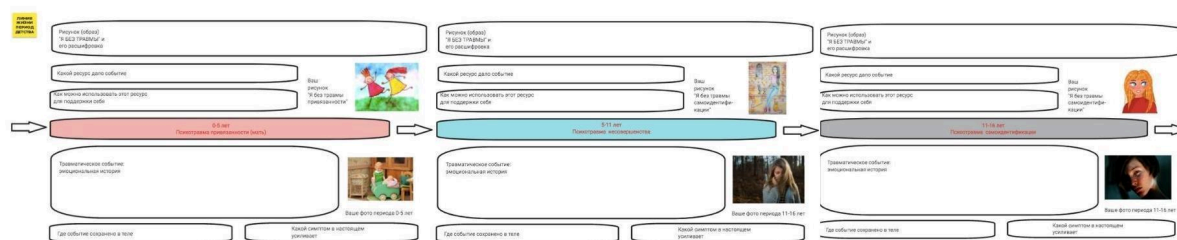
Итоговая сессия модуля IV (05 и 07.04.2022, Киселева Е.Н.)



Дата выполнения _____

Задание 1.

Проверьте заполнение рабочей тетради, выполнение всех практик. Дополните, если необходимо, схему «ЛИНИЯ ЖИЗНИ».



Задание 2.

Внимательно просмотрите инсайты выполненных практик и эмоциональные истории. Напишите небольшое эссе по материалам модуля.

- Что изменилось в Вас за период работы на курсе?
- Какие силы и ресурсы Вы открыли в себе – и через работу с какими психотравмами Вам удалось это сделать?
- Что изменится, если Вы будете постоянно подкреплять осознанные Вами ресурсы?
- Как Вы видите Ваш путь в работе с психотравмами в дальнейшем?

- Представьте, что Вы сейчас можете обратиться к себе в будущем, давая себе мотивирующее, вдохновляющее пожелание – как самому важному, драгоценному для Вас человеку. Что Вы могли бы себе пожелать?

ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ СЕРТИФИКАТА ПО КУРСУ 2 СТУПЕНИ ОТ МЕЖДУНАРОДНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПЛАТФОРМЫ «PSY HUB UNIVERSITY»

1. Отправьте заполненную рабочую тетрадь на адрес elenakisselova@gmail.com
2. Примите участие в финальной интервизионной работе и ее презентации на финальном занятии
3. Ответьте на вопросы теста (не менее 60% правильных ответов)

Студенты курса "ДНК Психотравмы" также имеют возможность подкрепить свои знания удостоверением о повышении квалификации (свидетельство гос. образца (144 часа) с занесением в ФИС ФРДО от Новосибирского Института Группового Анализа). Подробности уточняйте у куратора курса.

