



Trauma Center Trauma Sensitive Yoga 20 hours Foundational Workshop MILAN, ITALY

Sabato 15 Febbraio 2020 ore 9
Domenica, 16 Febbraio 2020 Ore 17

Questo seminario introduttivo di 20 ore di **Trauma Sensitive Yoga (TCTS Y)** contribuirà a spiegare ai partecipanti i concetti chiave e le applicazioni pratiche del TCTS Y (Trauma Center, Trauma Sensitive Yoga), risultato evidenced-based come intervento integrativo per il Trauma Complesso.

Al termine del workshop verrà inviata una lettera di completamento che sarà valida per richiedere il programma di certificazione TCTS Y-F (300 ore) del Center for Trauma and Embodiment presso JRI, Justice Resource Institute, Boston, USA.

Questo seminario è aperto a:

- **Clinici e professionisti della salute mentale** che desiderano imparare a incorporare elementi di TCTS Y nel loro lavoro clinico. Non è necessario essere insegnante di yoga
- **Insegnanti di yoga** che desiderano imparare a rendere le loro lezioni di yoga *trauma-informed*. NOTA BENE: per motivi etici, questo seminario non qualifica gli insegnanti di yoga non clinici ad offrire interventi per il trauma, incluso l'uso del termine TCTS Y o l'uso del termine "trauma" durante le lezioni di yoga.

Struttura del workshop: combinazione di teoria e pratica in piccolo gruppo (20 persone)

- Stile seminario con spazio per la discussione e la riflessione
- Sessioni di discussione di piccoli e grandi gruppi
- Esempi di insegnamento e clinici
- Prove di insegnamento
- Domande e risposte

Facilitatore del workshop: Krystyna Kowalski, Facilitatore TCTS Y certificato, Trainer Accreditato presso il Center for Trauma and Embodiment at JRI, supervisore / tutor del Programma di certificazione TCTS Y (300 ore), Yoga Therapist Certificato C-IAYT e Sociologa.

Il workshop sarà tenuto in inglese con la collaborazione, assistenza e traduzione consecutiva **italiana** dei Facilitator TCTSY italiani Simona Anselmetti (TCTSY-F, Psicoterapeuta e Supervisore EMDR, Insegnante di yoga) Agnese Donati (TCTSY-F, Psicoterapeuta, Istruttore di Mindfulness e Insegnante di Yoga) e Alessia Piazza (TCTSY-F, Psicoterapeuta Cognitivo-comportamentale, Istruttore di Mindfulness e Insegnante di Yoga).

PROGRAMMA DEL WORKSHOP

1) Comprendere il trauma

- Un overview sul Trauma - Inquadramento diagnostico - Dal PTSD al Trauma complesso
- Sintomi del trauma e trauma complesso come esperienza vissuta
- Trattamenti del Trauma e TCTSY come trattamento basato sul corpo

2) Fondamenti teorici del TCTSY

- Teoria dell'attaccamento e Teoria del trauma
- Neurofisiologia e biologia del trauma
- 3) Connettere la teoria alla metodologia - Inquadramento trauma-informed
- Metodi, il linguaggio di TCTSY, scelta, interocezione e capacità di agire
- Esperienza di insegnamento da una lente trauma-informed
- Studi di ricerca sul TCTSY

4) Per una pratica responsabile ed etica

- Ambito di applicazione per insegnanti e clinici di yoga
- Trattamento del trauma vs. Trauma informed vs. Trauma sensibile
- Marketing responsabile - Gestire le aspettative
- Adattamento di una lezione di yoga generale - da una lente informata sul trauma
- Come introdurre elementi di TCTSY nella propria pratica di terapia clinica

INFORMAZIONI PRATICHE

SEDE

Laboratorio di Consapevolezza, via Voghera 9a, Milano (raggiungibile facilmente con Metropolitana MM2 fermata Porta Genova).

QUOTA DI PARTECIPAZIONE AL WORKSHOP: euro 360

ORARI

Sabato 09:00 - 18:00

Domenica 09:00 - 17:00

MODULO DI ISCRIZIONE

da inviare a tctsyitalia@gmail.com

In caso di posti ancora disponibili verrà risposto con l'eventuale conferma della partecipazione e i dati per effettuare il bonifico. La registrazione sarà completata con l'avvenuta ricezione del pagamento.

Termini di cancellazione: sarà possibile il rimborso totale entro il 15 gennaio. Oltre quella data l'importo sarà rimborsato al 50%.

NOME _____ COGNOME _____

DATA E LUOGO DI NASCITA _____

RESIDENTE A _____ IN VIA _____ CAP _____

PAESE _____ CF _____

TELEFONO _____ EMAIL _____

PROFESSIONE _____

MOTIVO DELL'INTERESSE NEL WORKSHOP _____
