



# InspiRationalnie

Pedagogika – Adopcja – Balans & Szkolenia Edukacja

## Moduł 1.



### „TRAUMA I WIĘZI”

**Moduł I** daje podstawową wiedzę na temat budowy i funkcji różnych regionów mózgu w oparciu o teorię mózgu trójjedynego, wyjaśnia podstawowe pojęcia związane z traumą i funkcjonowaniem mózgu po traumatycznych przeżyciach. Pokazuje, w jaki sposób integrować i wykorzystywać w życiu codziennym fachową wiedzę z zakresu teorii przywiązania i neuronauki. Inspiruje do rozwoju i poszukiwania nowych niekonwencjonalnych rozwiązań, dzięki którym łatwiej jest dbać o własny dobrostan i regulację fizjologiczną swoją i osób z najbliższego otoczenia.

#### TEMATYKA

- Trauma – podstawowe pojęcia
- Pamięć traum przodków
- **Pamięć ciała**
- Orientacyjno – integracyjny model **SIBAM** P. Levine’a – pięć kanałów doświadczania, przetwarzania i porządkowania rzeczywistości
- Wpływ wczesnych urazów na późniejsze funkcjonowanie układu nerwowego w oparciu o teorię mózgu trójjedynego P. MacLeana
- Typy przywiązania u dzieci i dorosłych
- **Więzi** a stan fizjologiczny organizmu
- Rola dotyku w procesie tworzenia się więzi
- Niekorzystne doświadczenia z dzieciństwa rodziców i opiekunów, ich wpływ na terażniejszość
- **Psychohigiena**- niebezpieczeństwa związane z wtórną traumatyzacją (traumą zastępczą)
- Ugruntowanie jako narzędzie pozwalające skutecznie zarządzać i modulować objawy związane z traumą- podstawowe ćwiczenia stabilizujące i gruntujące.
- Pierwsza pomoc emocjonalna (**EmotionAid**)
- Czas na refleksje i pytania



# InspíRationalnie

Pedagogika – Adopcja – Balans & Szkolenia Edukacja

## Moduł 2.

### „BEZPIECZEŃSTWO W RELACJI – wspieranie systemu zaangażowania społecznego”

**Moduł II** daje podstawową wiedzę na temat budowy i funkcjonowania autonomicznego układu nerwowego w oparciu o Teorię Poliwagalną S. Porgesa. Wyjaśnione i omówione będą reakcje adaptacyjne autonomicznego układu nerwowego pojawiające się po traumatycznych przeżyciach oraz zależności między różnymi strategiami regulacyjnymi, a poczuciem bezpieczeństwa i jakością przywiązania. Uczestnicy dowiedzą się czym jest system zaangażowania społecznego i w jaki sposób wspierać jego prawidłowe funkcjonowanie.

#### TEMATYKA

- **Hierarchiczność** budowy autonomicznego układu nerwowego w oparciu o Teorię Poliwagalną Stephena Porgesa
- Autonomiczne reakcje adaptacyjne człowieka (dziecka i rodzica) – relacje, walka, ucieczka i zamrożenie z perspektywy Teorii Poliwagalnej
- **Neurocepcja** – pojęcie i znaczenie w kontekście poczucia bezpieczeństwa i umiejętności wchodzenia w relacje
- System społecznego zaangażowania - funkcje i sposoby stymulacji tworzących go nerwów czaszkowych.
- Przywiązanie a autonomiczny układ nerwowy- funkcjonowanie układu społecznego zaangażowania i jego rola w procesie wspierania więzi
- Ucho środkowe w relacji – rola mięśni ucha środkowego w rozumieniu głosu ludzkiego
- **Koregulacja** jej znaczenie i rola w zarządzaniu dobrostanem rodzica i dziecka
- Kompetencje regulacyjne i wrażliwość rodziców/opiekunów – rola neuronów lustrzanych w procesie tworzenia się więzi
- Świadomość własnego ciała, angażowanie nerwu błędnego i oddechu do uzyskania stanu większej równowagi psychicznej i fizjologicznej dziecka i rodzica
- Czas na refleksje i pytania



# InspíRationalnie

Pedagogika – Adopcja – Balans & Szkolenia Edukacja

## Moduł 3.

### „DYSOCJACJA – zdrowy mechanizm czy zaburzenie?”

**Moduł III** pozwoli uzyskać odpowiedzi na pytania dotyczące najstarszej filogenetycznie strategii regulacyjnej powiązanej z demobilizacją, dysocjacją, zamrożeniem, zamarciem itp. W jaki sposób potrafimy przetrwać jakieś traumatyczne zdarzenie? Co to jest dysocjacja i co wspólnego mają zaburzenia dysocjacyjne z traumą? Jaką wiedzę na temat dysocjacji powinien posiadać opiekun dziecka, które doświadczyło traumy? Co na temat dysocjacji powinien wiedzieć nauczyciel lub wychowawca i dlaczego? Kiedy dysocjacja jest zdrowym mechanizmem obronnym a kiedy staje się zaburzeniem?

#### TEMATYKA

- **Dysocjacja** – terminologia, objawy i ich rozumienie
- Obecność dysocjacji w rodzicielstwie adopcyjnym i zastępczym
- Dysocjacja a funkcjonowanie autonomicznego układu nerwowego i mózgu
- Znaczenie dysocjacji jako regulacyjnego mechanizmu adaptacyjnego
- Symptomy dysocjacji i ich rozpoznawanie
- **Rozumienie dysocjujących części** i ich wpływu na funkcjonowanie dziecka i opiekuna
- Codziennosc z dysocjującym dzieckiem – orientacja, komunikacja, relacje
- Ważność oddziaływań profilaktycznych i integracyjnych- wykorzystanie modelu SIBAM P. Levine’a
- Podstawowe techniki i ćwiczenia integracyjne
- Interwencje opiekuna pomagające w wyciszeniu, ugruntowaniu i integrowaniu dysocjujących dzieci
- Czas na refleksje i pytania



**Zielone Wzgórze**  
Fundacja Wsparcia i Rozwoju Rodziny



INSTYTUT  
**POLIWAGALNY**



Fundacja Adopcyjni



**Przystań**  
Gabinet Psychoterapii