

Tervendades Väärkohtlemise Traumat

Lapsepõlves oleme väga tundlikud - väike puudutus või hooletus teatud hetkedel, tehtud sobimatu kavatsusega, jõulisemalt öeldud sõna, võib tunduda lapsele väärkohtlemisena. Mis on normaalne ühele inimesele, võib tunduda teisiti teisele inimesele.

Me ei pea kogema tugevat füüsilist või verbaalset vägivalda, vägistamist või muid sarnaseid tegusid, et pidada tegevust väärkohtlemiseks. Minu vaatenurgast tähendab väärkohtlemine igasugust piiride rikkumist või isiklikku ruumi sisenemist ilma inimese nõusolekuta. Baromeeter on lõppkokkuvõttes see, kuidas ohver seda tegu tajus.

Väärkohtlemist jõustatakse läbi süü- ja häbitunde, mistõttu ohvril ei jää muud valikut kui sulguda, et oma viimaseid ressursse kaitsta. Tavaliselt kõige enam meie olemusest on mõjutatud meie emotsioonid ja seksuaalsus. Hiljem hakkab see blokeering avalduma eriti intiimsuhetes - väärkohtlemine jätkub, seksuaalprobleemid (nagu enneaegne ejakulatsioon, frigiidsus, orgasmi saamise võimatus), võib tekkida probleeme rasestumisega ja pere loomise kohustusega.

Reedel tutvustame peamisi mõisteid, mida töötoa käigus kasutama hakkame - Mis on trauma ja selle peamised tunnused, millised on trauma liigid ja kuhu saab väärkohtlemise trauma paigutada. Mis on Hinge Killustumine ja millised on peamised kaitsemehhanismid, mis on väärkohtlemisega seotud. Iga osaleja saab selgeks ja saab teada, mis on peamine väärkohtlemise trauma selle blokeeringu tuuma taga, mis takistab praegust elu ja mis on tagasilööki meie isiksuse suurima potentsiaali realiseerimisel.

Teisel päeval uurime osalejate kõige olulisemat väärkohtlemise traumat selles elus ja selgitame välja põhjuse, mis võib olla ka varasemas elus, mis neil oli selle inimesega, kes neid väärkohtles. Uurime, kuidas destruktiivsed programmid meie lapsepõlves kujunevad ja kuidas need mõjutavad meie elu täiskasvanuna. Ma tutvustan algorütm, kuidas töötada Sisemise Lapse väärkohtlemisega, teen ette ühe näidise ja pärast seda saavad osalejad meetodit harjutada ja tagasisidet saada.

Kolmandal päeval läheme veelgi sügavamale eelmistesse eludesse, kus on ohver-väärkohtleja dünaamika ja olenevalt oma fookusest saad avastada, kuidas sa iga rolli mängisid või siis keskendud lihtsalt ühele poolele. Kõige sügavam väärkohtlemine ja esimene on see, mida ma nimetan "esimeseks kohtumiseks pimedusega". See juhtub pärast seda, kui lahkume Allikast (meie esimene kodu) ja kogeme esimest kaotus traumat. Olles haavatavad ja üksi, oleme lihtne saak pimedusele kui me siseneme dualsusesse - see on koht kus toimub esimene väärkohtlemine; see, kuidas me seda väärkohtlemist kogeme, on see kuidas meelitame ligi oma järgmisi kogemusi eludes, mis hiljem välja kooruvad.

Töötuba uurib neid haavu õrnalt ja kaastundlikult, kasutades regressiooniteraapiat ja gestaltteraapiat.

Selle kahetsusväärse sündmuse tervendamine vabastab avastamata ressursse ja ühendab meid uuesti meie olemuse loomingulise potentsiaaliga.

Peamised eesmärgid:

Teooria

- Trauma ja Hinge Killustumine
- Väärkohtlemise trauma - definitsioon, tüübid, karakteristik ja toimetuleku mehhanismid
- Süü- ja häbitunde uurimine
- Seksuaalne väärkohtlemine
- Ohver-väärkohtleja suhe alates Draama Kolmnurgast ja kuidas me saame sellest välja, liikudes Positiivsesse Kolmnurka.
- Teadlikkus peamistest väärkohtlemise traumast põhjustatud praeguse elu takistustest ja nendest vabanemise viisidest.
- Sisemise Lapsega töötamise algorütm, mis on kohandatud väärkohtlemise trauma jaoks.
- Eelmise elu väärkohtlemise traumad (väärkohtleja ja ohvri vaatenurk) ja mõjud olevikus.
- Mis on Ürgne Trauma ja kuidas me kogesime esimest väärkohtlemist.
- Töötamine pimedusega.

Seminaril osalemise peamised eelised

- Avastame, kuidas regressiooniteraapias väärkohtlemise traumasid käsitletakse ja kui kiiresti tunnete selle kaasaegse psühhoteraapia eeliseid.
- Selguse saamine ja väärkohtlemise trauma taga peituvate psühholoogiliste mehhanismide mõistmine ning mõnede lahenduste tutvustamine ohvri valu vähendamiseks.
- Juhendatud teekond, et teada saada, mis on peamine väärkohtlemise trauma, mis teid täiskasvanuna praegu takistab, ja mida saate teha, et alustada tervenemisprotsessi ja taaskasutada isiklikke ressursse.
- Juhendatud teekond peamise ohvri või väärkohtleja varasema elu avastamiseks, mis teid kõige enam takistab
- Audentne kogemus kasutades regressiooniteraapia demo sessiooni, milles julge osaleja avastab personaalseid aspekte juhatatud rännakul. Jagamine, tagasiside ja selgitus kasutatud tehnikatele.

Selles praktilises osas töötoas, kasutame järgmisi **terapeutilisi tehnikaid**:

- Mitmesugused regressiooniteraapia tehnikad.
- Gestalteraapia - fenomenaalne lähenemine, eksperiment.
- Töötamine kehaga - hingamine, tunnete väljendamine kasutades keha (näiteks viha väljendamine lüües patja), trauma väljendamine läbi kehaasendite. Kehalised tehnikad on loodud eesmärgiga lahendada blokeeringuid.
- Grupikujutiste meetodid.

Sisenedes sellele teekonnale ilma ootusteta, täiesti avatud, sellele, mis üles tuleb, suurendab kindlasti teie kogemust.

Biograafiline informatsioon



Victor Chirea on psühhoterapeut, spetsialiseerunud gestaltteraapias ja on sertifitseeritud regressiooni terapeut, EARTH Regressiooniteraapia ühingu liige. Ta on hetkel osa EARTH kolleži komiteest, üle 6 aasta oli ta juhatuse liige ja on endine EARTH president. Pärast elektroonika ja telekommunikatsiooni eriala lõpetamist, alustas ta oma teist eriala - psühholoogia. Ta jätkas õpinguid kliinilise psühholoogia ja psühholoogilise nõustamise magistriõppes ning lõpetas ka didaktilise personali ettevalmistamise osakonna eriala.

Varsti pärast seda avalikustas ta raamatu Regressiooniteraapia - Hinge Killustumine. Tagajärjed ja kadunud osade taasintegreerimine.

Tema terapeudiline lähenemine on holistiline, kombineerides teadusliku informatsiooni ja uurimisandmete ühendamise vaimsete lähenemistega. Palverännakutel jõudis ta erinevatesse vaimsetesse keskustesse Indias ja Tiibetis, kus tal oli võimalus kohtuda valgustunud meistritega.

Ta õppis ja praktiseeris budistlikke meditatsioonitehnikaid meister Tanpai Rinpoche Acharya juhendamisel.

Oma vabal ajal meeldib talle käia retriitidel mägedes, maalida või õpetada Ki-Aikido't (olles Sensei) enda füüsilise tervise ja meelerahu jaoks.

Hetkel on tal enda erapraksis, kus ta on terapeut ja samuti on ta õpetaja, valmistades ette tulevasi regressiooni terapeute, Rumeenia Regressiooniteraapia Instituudis, mille ta lõi aastal 2016.

Rohkem informatsiooni kodulehelt:

<https://www.victorchirea.ro>