**Программа системной терапии и повышения квалификации**

**«Основы семейной психологии в рамках системно-феноменологического подхода»**

**Цели программы:**

* **Повышение квалификации** работников помогающих профессий (психологи, социальные работники, медики, педагоги, консультанты, коучи, консультанты взаимной поддержки, руководители деятельности, опорные лица и др.)
* **Личностный рост и поддерживающая психотерапия** для широкой аудитории
* **Супервизия** работников помогающих профессий

С помощью системно-феноменологического подхода можно работать с разными видами зависимостей, конфликтами, негативными программами, унаследованными в семье, сложными эмоциональными состояниями и т.д.

Участники программы получают диплом государственного образца о прохождении курса с указанием пройденных модулей. **Для работников помогающих профессий** есть возможность пройти два дополнительных методических модуля и при успешном завершении программы\* далее применять метод в своей профессиональной деятельности.

**Организаторы программы:** Центр психологического консультирования  [Restart](http://restart.planet.ee/) и учебный центр [Eterna Koolituskeskus](http://www.eterna.ee).

**Автор программы и преподаватель** семинаров и групп практики:

* **Анжелика Ленсмент**, **автор и** **руководитель программы**, доктор философии  Ph.D., магистр психологии M.Sc, системный семейный психотерапевт, сертифицированный преподаватель-расстановщик Института консультирования и системных решений (ИКСР)

Программа состоит из **7  модулей**, каждый модуль включает **двухдневный семинар и двухдневную практику** (занятия проходят один раз в месяц в выходные: в субботу 11:00-19:00, в воскресенье 10:00-18:00 с перерывом на обед).

**Содержание программы:**

**1 модуль «Семья и законы по которым она живет»**

* Целостность (право на принадлежность к семейной системе)
* Иерархия в семейной системе
* Привязанности внутри семейной системы
* Баланс «давать» и «брать» в отношениях
* К чему приводит нарушение законов функционирования семьи: конфликты, ссоры, обиды, разводы.

**2 модуль «Окна в мир ребенка»**

* Ребёнок в родительской семье.
* Привязанность и любовь.
* Последствия нарушения привязанности.

**Методический модуль** «**Основные этапы работы в Клиент-центрированной Семейной Расстановке»**

Модуль по выбору, обязателен для участников, кто желает применять расстановочной метод в профессиональной деятельностии пройти сертификацию.

**3 модуль «Ребенок и семья, из которой он приходит»**

* Судьба и жизненные сценарии родителей: за кем и за чем идёт ребёнок?
* Формирование сексуальной идентичности
* Cепарация от родителей и начало самостоятельной жизни

**4 модуль «Успешные отношения в паре»**

* Основные условия стабильных и успешных отношений в паре.
* Дети в паре.
* Развод и его последствия.
* Как минимизировать негативные последствия развода.
* Создание новой семьи: как не повторить ошибки и трансформировать негативный опыт в позитивное знание.

**5 модуль «Родовые системы и ресурсы рода»**

* Условия процветания рода
* Родовые память, родовые сценарии и отягощения
* Передача ресурсов от старших младшим
* Переплетения в родовой системе
* Исключенные члены рода

**6 модуль «Травмотерапия. Терапия травм и нарушений привязанности»**

* Работа с различными видами травм
* Детские травмы
* Травмы привязанности
* Травмы потери
* Посттравматические стрессовые расстройства

**7 модуль «Психосоматика. На что указывает симптом?»**

* Причины психосоматических заболеваний.
* Связь симптома с нарушениями внутри семейной системы.
* На что указывает симптом и как это исправить: путь от симптома к здоровью.

**Методический модуль экзамен-супервизия.**

Модуль по выбору, обязателен для участников, кто желает применять расстановочной метод в профессиональной деятельностии пройти сертификацию.

**На данный момент утверждена дата проведения первого семинара: 26-27.04.2025.** В скором времени появиться график занятий на всю программу.

**Место проведения занятий:** Таллинн, Тулика 19. Как семинары, так и практики могут быть пройдены в формате онлайн!

Язык проведения занятий – русский. При наличии эстоноязычной части аудитории предлагается параллельный перевод на эстонский язык.

**Стоимость:**

**Двухдневный семинар – 170 евро**

**Двухдневная практика – 150 евро**

**Скидки** (не суммируются):

Для участников из одной семьи – скидка обоим 20%

Привести своего друга-новичка – скидка обоим 10% (скидка распространяется на весь данный модуль, включая практику)

Скидка за предоплату (за 1 неделю) 10 евро

**\*Работникам помогающих профессий** будет выдано **свидетельство о повышении квалификации государственного образца с указанием возможности применения метода системных расстановок** при выполнении следующих условий:

* + Пройти **все семь модулей программы** и **два дополнительных методических модуля** (модуль после второго модуля программы и модуль-супервизия\*\* в конце программы)
  + Пройти **личную терапию в группе** (**4** системных расстановки в качестве клиента и **30 ак.ч.** в качестве заместителей/наблюдателей/ассистентов, через участие в открытых или закрытых группах, профильных семинарах, мастер-классах и конференциях по системным расстановкам).

\*\* Супервизия - это профессиональный анализ практического применения слушателем методов семейной психологии и консультирования в рамках системно-феноменологического подхода. Супервизию принимает комиссия в составе руководителя программы Анжелики Ленсмент, Ph.D. и еще одного сертифицированного психотерапевта-расстановщика. Запись об успешном прохождении супервизии заносится в сертификат о повышении квалификации.

**Täiendkoolituse programm: „Perepsühholoogia ja -nõustamise alused süsteemse fenomenoloogilise lähenemise raames”**

**Programmi eesmärk:**

• Abistavate erialade töötajate kvalifikatsiooni tõstmine (psühholoogid, sotsiaaltöötajad, arstid, õpetajad, konsultandid, tegevusjuhid, tugiisikud jne)

• Isiklik kasv ja toetav psühhoteraapia laiale auditooriumile

• Abistavate kutseala spetsialistide supervisooon

Süsteemse fenomenoloogilise lähenemise meetodi ehk konstellatsioonide abil on võimalik töötada erinevat tüüpi sõltuvuste, konfliktide, suguvõsas päritavate negatiivsete programmidega, keerukate emotsionaalsete ja füsioloogiliste seisunditega.

Programmis osalejad saavad kursuse läbimisel riiklikult tunnustatud tunnistuse, kuhu on märgitud läbitud moodulid. Abistavate elukutsete töötajatel on võimalus läbida kaks täiendavat metoodilist moodulit ning programmi edukal läbimisel\* saavad süsteemset fenomenoloogilist meetodit oma kutsetegevuses edasi rakendada.

**Programmi korraldajad:** Psühholoogiline nõustamise keskus Restart ja Eterna Koolituskeskus.

**Programmi autor ja koolitaja:** Anželika Lensment, filosoofia doktor Ph.D., psühholoogia magister M.Sc., süsteemne pereterapeut, sertifitseeritud süsteemsete konstellatsioonide spetsialist ja õppejõud (Nõustamise ja süsteemsete lahenduste instituut IKSR, Moskva)

Programm koosneb seitsmest moodulist, iga moodul sisaldab kahepäevast seminari ja kahepäevast praktikat. Iga mooduli maht on 32 akadeemilist tundi. Õppepäevad kestavad 11.00-19.00 või 10:00-18:00 koos lõunapausiga. Kogu õppetöö toimub nädalavahetustel (laupäev-pühapäev) kord kuus. Programmi kogumaht on 224 akadeemilist tundi:

* Seitse kahepäevast seminari (8 ak.tundi päevas, kokku 112 ak.tundi) teooria, meetodi ja tehnikate omandamine koolitaja juhendamisel.
* Seitse kahepäevast praktika päeva (8 ak.tundi päevas, kokku 112 ak.tundi) et harjutada tehnikaid ja töötada läbi kliendina oma vajaduste ja teemadega, sertifitseeritud süsteemsete konstellatsioonide spetsialisti juhendamisel.

**Toimumiskoht:** Tulika 19 Tallinn. Nii seminarid kui ka praktikad võib läbida online vormis!

**Täiendkoolituse kava:**

1. **Perekond ja selle toimimise seadused**

• Kuuluvuse seadus

• Hierarhia peresüsteemis

• Kiindumused peresüsteemis

• "Andmise-võtmise" tasakaal suhetes

• Perekonna düsfunktsionaalne käitumine: konfliktid, tülid, solvumised, lahutused.

1. **Lapse maailm**

• Laps perekonnas

• Kiindumus ja armastus

• Kiindumushäire

**Meloodiline moodul.**

1. **Laste ja vanemate vahelised suhted**

• Vanemate saatus ja elustsenaariumid: keda ja mida laps järgib?

• Seksuaalse identiteedi kujunemine

• Eraldumine vanematest ja iseseisva elu algus

1. **Edukas paarisuhe**

• Eduka ja stabiilse paarisuhte põhitingimused

• Lapsed paarisuhtes

• Lahutus ja selle tagajärjed

• Kuidas minimaliseerida lahutuse negatiivseid tagajärgi

• Uue pere loomine: kuidas mitte korrata vigu ja muuta negatiivsed kogemused positiivseks teadmisteks

1. **Suguvõsa süsteemid ja ressursid**

• Suguvõsaõitsengu tingimused

• Esivanemate mälu, suguvõsa stsenaariumid ja raskused

• Ressursside ülekandmine vanematelt noorematele

• Põimingud suguvõsa süsteemis

• Suguvõsast väljaheidetud liikmed

1. **Traumateraapia. Traumad ja kiindumushäired**

• Erinevat tüüpi traumadega tegelemine

• Lapsepõlvetraumad

• Kiindumushäired

• Kaotamise traumad ja lein

• Traumajärgsed stressihäired

1. **Psühhosomaatika. Mida sümptom näitab?**

• Psühhosomaatiliste haiguste põhjused

• Sümptomite seos peresüsteemi häiretega

• Millele sümptom viitab ja kuidas seda parandada: tee sümptomist tervenemiseni.

**Metoodiline moodul-supervisioon.**

Koolituse ajakava (muutused on võimalikud): hetkel on kinnitatud esimese seminari toimumise aeg 26-27.04.2025

Toimumiskoht: Tallinn, Tulika 19

Moodulid on vene keeles, (piisava osalejate arvu korral eesti keelse tõlkega)

**Täiendkoolituse õppemaks** (ilma KM-ta):

Kahepäevane seminar (16 ak.t) - 170 eurot

Kahepäevane praktika (16 ak.t.) – 150 urot

**Soodustused** (ei summeerita):

Samast perest osalejatele - mõlemale 20% soodustust

Soovita oma algaja sõber – mõlemale 10% allahindlust

Ettemaks 1 nädal – miinus 10 eurot

Kordusosalemine - 50% allahindlus

Seminari salvestus - 50% allahindlust

\* **Abistavate erialade töötajatele** väljastatakse riiklik täiendõppe tunnistus, mis näitab süsteemse konstellatsiooni meetodi kasutamise võimekust järgmiste tingimusel täitmise korral:

* Läbitud **programmi seitse moodulit** ja **kaks täiendavat metoodilist moodulit (sh. supervisioon\*\*)**
* Läbitud **personaalne- ja rühmateraapia** (4 süsteemset konstellatsiooni kliendina ja 30 ak.t. rühma liikmena/assistentidena, osaledes avatud või suletud rühmades, erialaseminaridel, ja süsteemsete konstellatsioonide konverentsidel).

\*\* Supervisioon on õppuri perepsühholoogia ja nõustamismeetodite praktilise rakendamise professionaalne analüüs süsteem-fenomenoloogilise lähenemise raames. Supervisiooni võtab vastu komisjon, kuhu kuuluvad programmi juht Anželika Lensment, Ph.D. ja veel üks diplomeeritud psühhoterapeut-konstellatsioon. Täienduskoolituse tunnistusele kantakse märge supervisiooni eduka läbimise kohta.