|  |  |
| --- | --- |
|  Логотип 1.jpg PSYCHODRAMA ASSOCIATION, Kiеvwww.psychodrama.kiev.ua | CLPE5_Pic1PSYCHODRAMA - INSTITUT für EUROPA e. V. (PIfE), Berlinwww.pife-europe.eu  |

**Психотерапевтическая мастерская**

***РАБОТА С ТРАВМОЙ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ***

***Мы довольно часто используем телесные метафоры в обыденной речи для описания своего переживания жизненных ситуаций:***

***из меня всю кровь высосали,***

***меня от этого тошнит,***

***я это не перевариваю,***

***мне перекрыли кислород,***

***камень на сердце,***

***в печенках сидит,***

***руки чешутся что-то сделать и т.п.***

***И даже говоря о реальной боли, мы используем метафоры: что-то колет, режет, давит, тянет. Это наше переживание боли, ее метафора. В этих выражениях не всегда явно описан внутренний конфликт. А именно он порождает телесные симптомы: это остановленные импульсы к действию, заблокированная в теле переживания, страхи, обиды.***

***При работе с симптомом важно найти способ, с помощью которого конфликт будет очевидным: что с чем борется, что хочется сделать и что мешает, прислушаться к симптому.***

 ***Метод психодрамы, как метод живого действтия, прямого контакта с симптомом, помогает найти способы коррекции переживаний.***

**Цели группы:**

* ***Открыть действенность методов психодрамы при лечении психосоматических симптомов.***
* ***Умение» услышать» и «увидеть» коммуникативное послание психосоматических симптомов.***

**Содержание:**

* ***Теоретическая часть о психосоматических заболеваниях и проявлениях.***
* ***Изучение «слабых мест» собственного тела.***
* ***Открытие защитных механизмов, с помощью которых может быть ослаблено воздействие обусловленных стрессом симптомов.***

***Методы*: драматические постановки, обмен ролями, теоретические блоки, «зеркало», работа со скульптурой, практические упражнения с обратной связью. Мастерская ориентирована на действие и предполагает активное участие присутствующих.**

***Ведущие*:**

 ***Людмила Литвиненко* *– руководитель Кризисного центра медико-психологической помощи Института психологии имени Г.С.Костюка НАПН Украины, н.с. лаборатории консультационной психологии и психотерапии; основательница школы психодрамы в Украине, психодрама-терапевт,* *обучающий тренер, супервизор.***

***Марина Билык – психодрама-терапевт, когнитивно-поведенческий терапевт-интерн.***

**Количество участников max. 16 человек**

***Время работы мастерской***:

**1 раз в неделю (Вт или ПТ - по договоренности с группой ) с 18.00-22.00.**

***Формат работы: открытая группа.***

**Предварительная регистрация:** **lulimak@mail.ru****, 050 353 21 12,** **marulja@gmail.com** **096 776 19 10** [**https://www.facebook.com/BilykCBT**](https://www.facebook.com/BilykCBT)Интересующие вопросы можно задать по скайп: Marina Bilyk