

Метод «Корасон». Голос как инструмент понимания себя и катализатор психотерапевтического процесса

Вид образования: дополнительное профессиональное образование (повышение квалификации).

Цель: совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

Категория слушателей: специалисты со средним и высшим профессиональным образованием (педагогическое психологическое, социально-педагогическое).

Форма обучения: дистанционная.

В результате обучения участники усовершенствуют или получают следующие профессиональные и личностные **компетенции:**

- овладеть основными практиками метода «Корасон»;
- понять их психотерапевтические возможности;
- получить опыт состояния осознанности и любящего присутствия;
- приблизиться к аутентичному звучанию собственного голоса;
- научиться использовать голос для налаживания отношений с людьми, понимания себя и улучшения собственной жизни;
- научиться применять освоенные практики для повышения эффективности психотерапевтического процесса.

Учебно-тематический план:

Наименование дисциплины	Всего (акад.ч)	В том числе		Форма контроля
		лекции (акад.ч.)	практика (акад.ч.)	
Метод «Корасон». Голос как инструмент понимания себя и катализатор психотерапевтического процесса	54	14	40	Супервизия

Календарный учебный график:

объем ОП (кол-во ак.ч.)	период ОД (кол-во учебных дней)	даты начала и окончания ОД	время начала и окончания ОД (чч.мм)	ЕОН (кол-во ак.ч.)	ЕНОН (кол-во ак.ч.)	кол-во выходных дней	срок и форма ИОМ
54	7	дд.мм.гг начала программы – дд.мм.гг окончания программы	Все дни 10:00 – 11:20 11:30 – 13:00 или 10:30 – 11:50 12:00 – 13:30 или	8	48	1	дд.мм.гг, супервизия

			14:30 – 15:50				
			16:00 – 17:30				

ОП – образовательная программа

ОД – образовательная деятельность

ЕОН – ежедневная образовательная нагрузка

ЕНОН – еженедельная образовательная нагрузка

ИОМ – итоговое оценочное мероприятие

Учебная программа:

- Теоретические основы и психотерапевтические механизмы метода.
- Освоение состояния незнания и внутренней тишины.
- Три базовые артикуляции метода «Корасон»:
 - наполнение и раскрытие сердечного центра, усиливающего эмпатию и сочувствие;
 - укрепление связи между мыслительными и эмоциональными процессами, прояснение мышления, налаживание любящей коммуникации;
 - наполнение центра солнечного сплетения, установление здоровых личностных границ.
- Приемы работы с энергетическим наполнением и перераспределением энергии.
- Запуск аутентичных процессов.
- Раскрытие аутентичного звучания голоса человека.
- Способы интеграции звучания, визуализации, намерения, жестов.
- Способы интеграция мыслей, чувств, телесных ощущений.
- Работа по преодолению трудностей в коммуникации.
- Развитие способности к аутентичному диалогу и гармоничному общению.
- Работа по укреплению целостности личности и гармонизации способа жизни.
- Приемы преодоления сопротивления клиента и привнесения динамики в психотерапевтический процесс.
- Три артикуляции метода «Корасон»:
 - заземление, баланс и восстановление чувства безопасности;
 - усиление эмоциональной стабильности;
 - центрирование энергетического поля, его очищение от блоков напряжения, восстановление циркуляции жизненной энергии.
- Приемы синхронизации звуков, «исцеляющих» фраз и телесных движений.
- Интеграция элементов метода «Корасон» с другими методами психологического консультирования, психотерапии, психокоррекции и коучинга.
- Психотерапевтический практикум: использование метода «Корасон» в работе с сексуальными травмами и насилием, чувствами вины и стыда, глубокими родовыми травмами и базовыми инстинктами выживания, «замершей» интуицией и запретом на свободу выбора.
- Расширение инструментария:
 - использование согласных;
 - беззвучное звучание, создание артикуляций в воображении.
- Новые артикуляции метода «Корасон»:
 - расслабление и ощущение легкости;
 - внутреннее озаренное знание, эстетика духовного сознания;
 - чувство защищенности и безопасности;
 - устойчивость и концентрация внимания;
 - точность и острота мышления;
 - осознанность в принятии решений;
 - чувственный контакт с миром и усиление интуиции;

- развитие силы и выносливости.
- Напитывающее общение: использование голоса для «исцеления души и тела».
- Искусство аутентичного диалога: первые шаги в практике.
- Психотерапевтический практикум: использование метода «Корасон» в работе с глубокими родовыми травмами и базовыми инстинктами выживания, «замершей» интуицией и запретом на свободу выбора.

Формы работы: обучение через погружение, освоение многообразных практик метода «Корасон», проживание и рефлексия непосредственного опыта под руководством ведущих программы.