**ТОП полный курс**

**I сессия. Введение**

* история ТОП, отличия ТОТ (телесно-ориентированной терапии) и ТОПТ (телесно-ориентированной психотерапи)
* принципы ТОП
* контакт и его виды, базовые навыки телесного контакта
* основные понятия ТОП
  + отличия от других школ
  + топография психики
  + формирование "патологии" (расщепление)
  + процессуальная и структурная работа
  + 3 принципа терапевтической работы
  + Понятие блоков и зажимов, их нейрофизиология
* Базальное напряжение, его диагностика
* картография тела (телесная диагностика)
* базовые опоры

**II сессия. Вегето-терапия В.Райха**

* История В.Райха,
* Принципы Райхианского подхода
* Понятие блоков и зажимов, их нейрофизиология
* Структура блоков
* Практическая проработка блоков:
* Глазной
* Стоматический
* театр прикосновений
* Горловой
* Грудной
* Диафрагмальный
* Брюшной и поясница
* Тазовый

**III сессия. Биоэнергетика А. Лоуэна**

* основные понятия биоэнергетики
* история, биоэнергетика в России
* Структуры характера, описания
* диагностика (по типам)
* Практическая проработка заземлений и энергетизаций

**IV Фельденкрайз**

**IV сессия. Агрессия**

* понятие агрессии, ее социальные и культуральные деформации
* диагностика агрессии и ее конверсий
* практическая проработка
* работа с симптомом, демонстрация
* доверие в терапевтическом контакте
* практики на экспрессию

**V сессия. Детско-родительские отношения. Регресс.**

* Детско-родительские отношения как основа отношений с миром и с собой
* Матрицы рождения, их влияние и диагностика
* Практическая проработка
* Регресс в ТОП, его влияние на структуру работы и возможности терапии
* Практики возрастного регресса

**VI сессия. Кризис**

* Понятия кризиса и стресса, клиентские и терапевтические мифы о стрессе
* Ресурс 2й матрицы в работе горя
* Практики танатотерапии, отпускание, "смерть" как ресурс
* Горе и горевание, фазы горя; кризис и горе как период трансформации
* Практика заземления в работе горя
* Работа с бессилием и отчаянием
* патологическая работа горя, диагностика
* Практика работы с патологическим и «забытым» горем

**VII сессия. Работа с сексуальными процессами в ТОП**

* Сексуальная энергия, основные понятия
* Фазы развития сексуальной энергии и их связь с характером
* Понятие сексуалности и сексуальной искушенности, мифы и искажения
* Практическая проработка
* Диагностика сексуальных конверсий в ТОП и отношениях, семье
* Мужское и женское взамодействие в ТОП, работа с переносом и контрпереносом

**VIII сессия. Психотерапия в ТОП, работа с мотивацией**

* Мотивация терапевта, ее влияние на профессионализацию и эффективность
* Виды запросов, система РЭТ
* "Клуб самоубийц": связь психосоматических расстройств, систем наказаний и суицидальных «идей»
* Сенсорная депривация в ТОП
* Практика с демонстрацией

**IX сессия. Работа с запросом в ТОП**

* Формирование запроса, первые 5 минут консультации
* Три фокуса внимания в работе
* Измененные состояния сознания
* Повседневность ИСС, картография ИСС
* Границы консультирования (деньги, время, пространство)
* Уровни организации психики
* Дыхание в ТОП, паттерны дыхания, диагностика, практика
* Работа с позвоночником

**X сессия. «Первая помощь», работа с болью, контролем. Сны**

* Понятие контроля, основа контроля, что контролируем
* Практика работы с контролем
* Понятие боли, разделение боли и чувств, понятие канала восприятия
* Сон, структура ритмов сна, В-ритм и гамма, шум и синхронизация
* Ядерные сны, бессознательное и коллективное бессознательное, эволюция сна
* Работа со сновидениями
* Процессуальная работа
* Телесные метафоры

**XI сессия. Работа с голосом**

Структура голосового выражения

Практика работы сголосом

Работа с сопротивлением

Экзамен