



Vážení kolegovia,

po 5 úspešných TIR výcvikoch v rokoch 2017 - 2020, plánujeme jeho opakovanie pre ďalších záujemcov. TIR znamená TRAUMATIC INCIDENT REDUCTION ([www.tira.org](http://www.tira.org)), jedná sa o metodiku vyvinutú v USA zameranú (nielen) na spracovanie traumy (viac informácií nižšie). TIR je zastrešený Applied Metapsychology International ([www.appliedmetapsychology.org](http://www.appliedmetapsychology.org)). Dúfam, že vám uvedené informácie pomôžu sa rozhodnúť, či do toho pôjdete 😊.

Radi by sme Vás informovali, že vzdelávanie bude prebiehať v zmysle medzinárodných štandardov TIR. Každý účastník obdrží kópiu manuálu, pomocou ktorého budete vedieť TIR aplikovať vo svojej privátnej/nemocničnej praxi, prípadne v bežnom živote. Hlavným zameraním vzdelávania budú okrem potrebného rozsahu teórie najmä praktické cvičenia - práca vo dvojiciach. Lektor vám poskytne detailné inštrukcie a ponúkne spätnú väzbu každému účastníkovi. Výcvik je možné absolvovať len v jeho plnom rozsahu (4 dni vzdelávania/32 hodín). Pripájame rozvrh vzdelávacích aktivít ako aj časový harmonogram so základnými organizačnými informáciami. Treba počítať s tým, že štvrtok, piatok a sobotu skončíme o 17:00, ak sa podarí skôr – super, ale radšej sa pripravte a počítajte s koncom o 17:00 každý z týchto dní.

**Rámcový rozvrh – každý deň, od 8:00 do 17:00 (1,5h bloky s prestávkami + 1 veľká obedová 1h).**

Štvrtok 15.10.2020:

- Otvorenie a predstavenie, logistika, organizačné pokyny
- Predstavenie metódy TIR a jej metapsychologických konceptov
- Psychotraumatológia v kocke (základy neurofyziológie stresu a traumy)
- Zaradenie TIRu v reťazi záchrany (psychická prvá pomoc, krízová intervencia, následná starostlivosť)
- Workshop zameraný na komunikačné zručnosti – úvod do témy: vytvorenie bezpečného priestoru pre úspešnú konfrontáciu s traumatickou udalosťou

Piatok 16.10.2020:

- Pokračovanie workshopu zameraného na komunikačné zručnosti
- Vytvorenie podmienok pre úspešné sedenie s klientom, osnova sedenia
- Predstavenie techniky „odblokovania/unblocking“ – kofacilitačný nácvik
- Workshop zameraný na techniku „odblokovania“ – sebakúsenostná práca vo dvojiciach



Sobota 17.10.2020:

- Hľadanie predmetov na spracovanie
- Kľúčové aspekty úspešného použitia techniky TIR
- Indikácie a kontraindikácie použitia TIRu
- TIR protokol, dril protokolu a jeho nácvik na nenabitej udalosti so školiteľom
- Organizačné aspekty úspešných sedení za použitia techniky TIR

Nedeľa 18.10.2020:

- TIR – sebakúsenostná práca vo dvojici
- Čo robiť keď TIR nefunguje ako by sme potrebovali
- Práca s manuálom – prílohy
- Skúška
- Ukončenie - otázky, hodnotenie

Po úspešnom zložení skúšky (testy sa vyhodnocujú v USA) obdrží účastník medzinárodný certifikát o absolvovaní vzdelávania. Tento certifikát umožňuje pod supervíziou používať techniky TIR. Lektor vám odporúča sa obliecť neformálne a pohodlne. Vezmite si so sebou, pero, poznámkový blok a fľašu.

**Organizátor, kontaktná osoba a lektor:** MUDr. Branislav Chrenka, MHA – Inštitút TIR, Wolkrova 37, 851 01 Bratislava, [branislav.chrenka@modryanjel.sk](mailto:branislav.chrenka@modryanjel.sk), 0903821407, IČO: 45857008, DIČ: 1076092127, IBAN: SK50 0900 0000 0006 3085 7324

**Jazyk:** slovenčina

**Miesto konania výcviku:** Územný spolok Slovenského Červeného Kríža, Miletičova 59, 821 04 Bratislava

**Počet účastníkov:** max. 14

**Jedlo:** coffee breaks (káva, čaj, mlieko a pod... + drobné občerstvenie počas prestávok) budú zabezpečené organizátorom výcviku, obedy budú mimo miesta konania výcviku vo vlastnej réžii účastníkov

**Cena:** 430 EUR/osoba

Viac informácií tu: <http://www.modryanjel.sk/nasa-cinnost/nasledna-starostlivost/tir-traumatic-incident-reduction>

Teším sa na Vás!



TIR, alebo Traumatic Incident Reduction, je unikátna, individuálna, nehypnotická, regresná, repetitívna, expozičná, desenzibilizačná, vysoko štruktúrovaná a systematická metóda, vďaka ktorej klient traumatickú udalosť lokalizuje a opakovane prehráva až do jej spracovania a integrácie. Zahŕňa opakovanú expozíciu traumatickej spomienke za podmienok zaručujúcich bezpečnosť a minimalizujúcich rušivé prvky a vplyvy. Na konci, keď klient absolvoval TIR, počas ktorého bol v bezpečnom prostredí vystavený bolestivej spomienke alebo sledu súvisiacich spomienok, životné udalosti už viac nemajú tendenciu spúšťať bolestivý obsah týchto spomienok a u klienta dochádza k redukcii až vymiznutiu obťažujúcich symptómov.

TIR má korene v psychoanalytickej teórii. Protokol je vysoko fokusovaný, direktívny, kontrolovaný, no zároveň je podávaný v kontexte na klienta orientovaného, absolútne ne-interpretatívneho, rešpektujúceho a nesúdiaceho prístupu.

Napriek tomu, že je TIR známejší ako extrémne efektívny a rýchly nástroj na spracovanie následkov traumatických udalostí, vrátane post-traumatickej stresovej poruchy (PTSD), je rovnako preukázateľne účinný pri úľave od širokého spektra nežiadúcich strachov, obmedzujúcich presvedčení, smútku zo straty a úmrtia vrátane maladaptívneho smútenia, depresí, úzkostí a ostatných príznakov PTSD.

Green Cross | Academy of Traumatology schválila Traumatic Incident Reduction (TIR) – spolu s Kognitívne-behaviorálnou terapiou (KBT) a Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) – ako jeden z postupov liečby post-traumatickej stresovej. Green Cross Academy of Traumatology (Zelený Kríž – Akadémia Traumatológie, predtým známy ako Green Cross Foundation – Nadácia Zeleného Kríža) bola založená profesorom Charlesom Figleyom v roku 1997, aby spojila svetových lídrov na poli psychotraumatológie a zabezpečila implementáciu a dodržiavanie vysokých štandardov a odbornosti v tomto odvetví.

Traumatic Incident Reduction Association (TIRA) ko-sponzoruje toto vzdelávanie – intenzívny 4-dňový, zážitkový, 32-hodinový workshop pre pomáhajúcich profesionálov (lekárov, sestry, psychológov, psychoterapeutov, sociálnych pracovníkov, špeciálnych pedagógov a ostatných).

TIR Workshop ponúka zážitkové vzdelávanie, ktoré môže mať okamžitý dopad na váš profesionálny a osobný život. Prostredníctvom tohto intenzívneho zážitku v rámci malej skupiny si účastníci osvoja hlbšie porozumenie toho, aký má trauma dopad na jednotlivca a ako nastaviť terapeutický proces tak, aby došlo k aktivácii samoliečiacich schopností organizmu klienta. Okrem rozvoja klinických zručností opisujú mnohí účastníci tohto vzdelávania aj významný prínos vo sfére osobnostného rastu.