



Trauma Center Trauma Sensitive Yoga 20 hours Foundational Workshop

Live Online in Italiano:

Giovedì 20 marzo 2025 dalle 17.00 alle 18.30

Sabato 22 marzo 2025 dalle 9.00 alle 17.00

Domenica 23 marzo 2025 dalle 9.00 alle 17.00

Il Trauma Center Trauma Sensitive Yoga (TCTSY) è un trattamento basato sul corpo, di utile supporto in caso di Disturbo Post-Traumatico da Stress (PTSD), trauma complesso e dello sviluppo. La sua efficacia, studiata e dimostrata scientificamente, si è rivelata consistente anche in caso di disturbo traumatico altamente resistente al miglioramento. Inoltre è d'aiuto nella regolazione emotiva e in caso di traumi relazionali.

Il TCTSY è un intervento unico basato sulla solida ricerca emersa dal Trauma Center di Boston e l'unico programma di yoga accettato come trattamento basato sull'evidenza per il trauma da SAMSHA / NREPP. Il programma istituito nel 2003 ha aiutato migliaia di persone sopravvissut* ad affrontare gravi disturbi da stress post-traumatico (PTSD), traumi complessi e inter-relazionali, dai veterani militari a chi è sopravvissut* ad abusi cronici. Il modello ha dimostrato di ridurre significativamente i sintomi di PTSD per le persone con traumi complessi e di migliorare significativamente la qualità della loro vita. Gli interventi di TCTSY sono rivolti a bambini, adolescenti e persone adulte, indipendentemente dall'età, dall'identità di genere, dall'etnia, dal tipo di corpo e di abilità fisica.

In un recente articolo (Zaccari et al., 2023) viene messo in evidenza come, nel contesto della terapia per persone sopravvissute al trauma, l'intervento di TCTSY possa essere considerato equivalente a uno di Cognitive Processing Therapy.

Il seminario di base di 20 ore di Trauma Center Sensitive Yoga (TCTSY) contribuirà a spiegare alle persone che parteciperanno i concetti chiave e le applicazioni pratiche del TCTSY (Trauma Center, Trauma Sensitive Yoga) e

La lettera di completamento del workshop di 20 ore, seminario da intendersi come occasione di sviluppo delle conoscenze teoriche e della pratica personale e non come certificazione, permetterà di accedere alla formazione di 300 ore (interamente online) per divenire facilitator certificat*, ovvero TCTSY-F, con il Center for Trauma and Embodiment presso il Justice Resource Institute (JRI) di Boston (US).

Per avere maggiori informazioni su specifiche inerenti il programma di certificazione, che attualmente include la parte pratica e di supervisioni in italiano, è possibile consultare il sito www.traumasensitivelyoga.com alla sezione *Trainings*.

Il workshop di base di 20 ore è approvato come Continuing Education da Yoga Alliance (20 CECs). E' possibile richiedere i Crediti ECM per gli Psicologi come Evento Estero (Crediti 10).

A chi si rivolge il workshop

- **Professionisti della salute mentale** (ad esempio psicologi, psichiatri, educatori professionisti, operatori sociali e riabilitatori psichiatrici) che desiderano imparare a integrare elementi di TCTSY nel loro lavoro clinico. Non è necessario essere insegnante di yoga per poter partecipare.
- **Insegnanti di yoga**, che desiderano creare sessioni di yoga Trauma Informed e consapevoli secondo un modello validato. **NOTA BENE:** per motivi etici e deontologici, questo seminario non qualifica gli insegnanti di yoga non clinici ad offrire interventi per il trauma, incluso l'uso del termine TCTSY o l'uso del termine "trauma" durante le lezioni di yoga.

Struttura e modalità

- Stile seminario con spazio per la discussione e la riflessione
- Sessioni di discussione in piccoli gruppo e grande gruppo
- Esempi clinici
- Piccoli gruppi per iniziare a sperimentare l'approccio e condividerlo con altr* participant*
- Domande e risposte

Pre-workshop e approfondimento individuale

Il seminario prevede 17 ore di formazione sincrona e 3-5 ore di approfondimento individuale.

Un mese circa prima del workshop le/i participant* riceveranno il collegamento a una cartella di Google Drive che conterrà i materiali pre-workshop e successivamente, una volta concluso il workshop, le diapositive ed eventuale altro materiale.

Questo workshop comprende circa 3-5 ore di apprendimento individuale, incluso pre e post lettura in inglese, preparare la pratica dell'insegnamento e facilitare alcune basiche forme di yoga l'ultimo giorno del seminario, ecc.).

TCTSY- Trainer

Alessia Piazza, Psicologa Psicoterapeuta, Facilitator, Trainer e Mentor TCTSY, Insegnante di Mindfulness, Insegnante di Yoga RYT500.

alessiapiazza@hotmail.com

+39 339 6445839

www.alessiapiazza.com

Argomenti del workshop

1) Comprendere il trauma

Inquadramento generale sul Trauma - Inquadramento diagnostico - Dal PTSD al Trauma complesso

Sintomi del trauma e trauma complesso come esperienza vissuta

Trattamenti del Trauma e TCTSY come trattamento basato sul corpo

2) Fondamenti teorici del TCTSY

Teoria dell'attaccamento e Teoria del trauma

Neurofisiologia e biologia del trauma

3) Connettere la teoria alla metodologia - Inquadramento trauma-informed

Metodi, il linguaggio di TCTSY, scelta, interocezione e capacità di agire

Potere, oppressione e intersezionalità

Esperienza di insegnamento da una lente trauma-informed

Studi di ricerca sul TCTSY

4) Per una pratica responsabile ed etica

Pratica TCTSY e facilitazione pratica

Elementi chiave della metodologia TCTSY

Ambito di applicazione insegnati di yoga e professionisti della salute mentale

Trattamento del trauma vs. TCTSY

Marketing responsabile - Gestire le aspettative

Adattamento di una lezione di yoga generale da una lente informata sul trauma

Come introdurre elementi di TCTSY nella propria pratica di terapia clinica

Quota di partecipazione al workshop

- *Early Bird* entro il 20/02/2025: Euro uro 325 euro (tasse incluse)
- *Dopo* il 20/02/2025: Euro 360 euro (tasse incluse)

Bonifico bancario intestato a Alessia Piazza con causale

“TCTSY marzo 2025 - Nome e Cognome”.

IBAN IT74S0306932900000017082183

Per rendere effettiva l'iscrizione vanno inoltrati via e-mail ad alessiapiazza@hotmail.com

entrambi i documenti qui di seguito elencati:

Modulo di iscrizione compilato e Ricevuta del bonifici bancario

Termini e condizioni di cancellazione

Fino al giorno 20 febbraio 2025 se richiesto è previsto il rimborso totale della quota. A seguire non verrà emesso rimborso.

Note Importanti

- Il seminario non è inteso come un intervento per partecipanti che hanno subito un trauma, lo spazio del seminario è infatti destinato a scopi didattici e non terapeutici;
- il seminario supporta le/gli insegnanti di yoga nel rendere le loro classi trauma-informed e i professionisti della salute mentale a integrare elementi di TCTSY importanti per il processo di guarigione di traumi complessi a livello personale, professionale e di carattere sistemico; al contempo il seminario non qualifica gli insegnanti di yoga non clinici ad offrire interventi terapeutici per il trauma e non qualifica come insegnanti di yoga i clinici non insegnanti di yoga;
- solo chi prosegue con la formazione delle 300 ore e diviene *facilitator certificata/o* può usare la dicitura TCTSY
- il materiale fornito è di proprietà esclusiva del Center For Trauma and Embodiment (CFTE at JRI) e non può essere né riprodotto, né ceduto a terzi;
- il seminario è live online e non verrà registrato.