

## TRAUMA ASISTIDO CON CABALLOS Y PERROS



Un curso de 60 horas

Duración: De enero a junio de 2022

Online: los jueves de 18:30h a 20:30h a través de plataforma Zoom. Los materiales y las grabaciones de las clases estarán disponible en google Classroom del curso.

Presencial: 3 días , 17, 18 y 19 de JUNIO en Masia Les Feixes, Granollers de Rocacorba. Girona

Empezamos el jueves 13 de Enero y la última clase es el jueves 26 de Junio 2022-

Un curso de 60 horas.

Precio: 170€/mes. De Enero a Junio de 2022. Descuento del 10% si se paga el importe completo al empezar.

Certificado final privado si asistencia al 80% de las clases online + Asistencia al módulo presencial, + cuestionario de evaluación.

Incluye una sesión personal privada a cada participante. Si pueden desplazarse con los animales y sinó online.

La larga experiencia en formación y sesiones online aporta el conocimiento necesario para aportar el saber y la experiencia necesaria para la integración de los contenidos.

Una introducción al trauma desde el punto de vista fisiológico y de intervención somática. Pensado para aquellas personas que ya tienen experiencia en el acompañamiento a personas.

Cinco meses y medio online, dos horas a la semana, donde daremos la teoría y haremos práctica en los facilitadores y un módulo presencial de 3 días en junio para incluir los perros y caballos en la intervención.

Para aquellos que quieran adquirir más conocimiento y práctica sobre trauma y la interacción precisa con caballos y perros, pero también para los que no acompañan con animales. El módulo presencial les aportará una información muy valiosa sobre ellos como facilitadores en las intervenciones en trauma.

Un curso para dar más precisión a lo pequeño. Al lenguaje debajo el lenguaje corporal. Para aprender a conversar de forma silenciosa con las personas que acompañamos y los animales que nos ayudan.

Los animales nos aportan exactitud en nuestras acciones y nos permiten percibir con más precisión los cambios importantes a nivel de presencia y trauma.

**IMPORTANTE:** Aprender sobre trauma significa repasar los propios. Estaremos atentos a lo que se despierta en cada uno de los participantes. Si es necesario aconsejaremos que el participante haga un trabajo personal aparte.

No es un curso de terapia grupal.

## Programa

- Trauma: ¿Que es?

El trauma no reside tanto en la experiencia en si, sino en como es vivida, en los recursos disponibles en el momento de la experiencia. El trauma es individual.

- Tipos de trauma

El trauma puede dejar una impronta similar en determinados tipos de experiencia, hay puntos en común. Dependiendo siempre de las circunstancias individuales en la que se encuentran las personas que las viven.

- Supervivencia. Instinto.

El Trauma reside en el sistema nervioso autónomo, que es el encargado de nuestra seguridad, de mantenernos vivos en cada momento. Está íntimamente ligado al cerebro reptiliano, a nuestra parte más instintiva.

- Fisiología del sistema nervioso. Simpático/Parasimpático.

Para poder comprender y reparar debemos entender cómo funciona este sistema, y cómo podemos acceder a él para poder trabajar.

- Activación y descarga

Debemos aprender cómo podemos ver y percibir la activación, en nosotros y en las personas que acompañamos. En que debemos fijarnos, que debemos mirar y cómo cada persona expresa la activación de forma distinta. Aprenderemos a sostener la activación de forma segura para poder llegar a la descarga, ayudando al sistema nervioso a volver a la regulación natural.

- Ventana de resiliencia. Capacidad.

La ventana de resiliencia es la zona donde el sistema nervioso es capaz de regularse. Las personas traumatizadas tienen poca capacidad de regulación, poca gestión del estrés. Cuando ayudamos a la fisiología, la persona amplía su capacidad de gestión, su ventana de resiliencia.

- Biología de la conexión: Teoría Polivagal de Stephen Porges

La teoría polivagal es una gran herramienta para trabajar de forma práctica y ofrece grandes posibilidades. Está basada en el efecto de la conexión en el sistema nervioso. Una mirada biológica a lo que representa para nosotros conectar, los beneficios a nivel neurobiológico.

Aprenderemos a usarla para establecer esa conexión con la persona que acompañamos o cualquier otra, lo que va a permitir sostenerla para poder afrontar el trabajo.

Este aprendizaje vendrá de la práctica usando la mirada, la voz, el tacto. Practicaremos para hacer de estas herramientas un instrumento disponible para nosotros en cada momento.

- Mirada: conexión versus amenaza

Investigaremos sobre la mirada. Miraremos y sentiremos el efecto de muchas miradas. Entenderemos lo que provocan desde el punto de vista polivagal.

- Voz: simpática/parasimpática

Otra herramienta que llevaremos puesta. Aprenderemos sobre como podemos usar la voz y el ritmo para conectar.

- Tacto: sostén/ bloqueo

El contacto como elemento de conexión. Y veremos que en algunos casos el tacto puede ser fuente de gran activación.

- Opciones de respuesta a la amenaza

Delante a la amenaza hay varias maneras de hacerle frente. Cada comportamiento tiene sus ventajas y desventajas. Veremos como son cada una, las dinámicas que se establece y como se relacionan.

- Comportamiento depredador/presa

Miraremos cómo se comportan varios animales para poder entender las estrategias comportamentales que han desarrollado. Miraremos que tenemos de uno y de otro.

- Presencia y regulación. Conciencia.

Este va a ser una parte importante del curso. Trauma es la incapacidad de estar presente. Y estar presente significa estar conectado y tener la posibilidad de sostener lo que se está sintiendo. Sentir el cuerpo, estar enraizado y conectado. Aprendizaje para nosotros y también en las personas que acompañamos. Base para todo el trabajo posterior.

- Importancia de la capacidad reguladora y presencia del facilitador.

El lenguaje del trauma es corporal. Entablamos una conversación silenciosa con el otro y necesitamos conocer bien este lenguaje. Nuestra capacidad de autorregulación es básica para ayudar a la regulación del otro.

En personas donde el sistema nervioso tiene poca regulación, cualquier cambio en nuestro sistema puede ser un estímulo difícil de gestionar o es un bálsamo.

- Tipos de apego.

El trauma se expresa fuertemente en las relaciones de cualquier tipo. Vamos al otro porque juntos estamos mejor. Pero al ir al otro nos dispara y nos pone en guardia.

Miraremos los distintos tipos de apego, veremos de donde vienen y cómo se expresan en las relaciones. Porqué me cuesta pedir ayuda, o porqué estoy siempre pendiente del otro.

- Violencia, agresiones y abusos. Estrés Post-traumático.

Todas las experiencias que tocan directamente el cuerpo dejan una fuerte impronta. El shock vivido necesita ser descargado para mantener el sistema regulado, y no sufrir los síntomas del estrés postraumático.

- Recuperación del espacio personal. Límites

La reparación del espacio personal y de los límites es básico. Desde el cuerpo, escaneando el espacio desde todas las direcciones y velocidades, podremos ver que parte del espacio ha quedado rota y la repararemos.

- Trauma sexual.

Afrontar el trauma sexual desde el cuerpo es una gran ayuda, no necesitamos escuchar la historia. El cuerpo nos va a guiar de una manera precisa.

En este tipo de trauma suelen confluír dos aspectos que pueden traumáticos. La propia agresión y la gestión de la experiencia a posteriori, de cómo el entorno, la familia dan soporte o no.

Tendrá mucha importancia también la edad en la que sucede.

- Gestión del estrés. Comportamientos de compensación. Adicciones a sustancias, trastornos alimentarios.

La dificultad en la gestión del estrés o un estrés mantenido más allá de la capacidad, pueden llevar a los individuos a intentar calmar, compensar la fisiología a través de sustancias o comportamientos que proporcionan un alivio momentáneo, pero que cuando se repite en momentos de estrés pueden ser difíciles de cambiar.

El trauma puede no llevar a la adicción, pero debajo de cada adicción hay un trauma.

## ASISTIDO CON ANIMALES



Los animales aportan una espontaneidad, experiencia y realidad que no aparece en las relaciones entre humanos.

La gestión de la presencia, el momento preciso y la gestión del espacio son los apartados más importantes que nos ofrecen en trauma.

El trabajo con perros, que son depredadores podrá mostrar una parte sobre nosotros. Son más parecidos al humano a nivel de gestión. Importancia de la manada y de como se organiza el grupo.

El trabajo con caballos aporta mucha información sobre el estado nervioso simpático/parasimpático. Con más precisión que los perros. Como animal con el miedo como emoción básica su feedback es muy preciso.

Como humanos podemos desarrollar más nuestro lado depredador o presa, y es importante saberlo detectar.



Sistemas nerviosos animales:

- Humanos, caballos, perros. Diferencias y similitudes.
- Interacción entre sistemas
- Lenguaje animal: tensión, focalización, respiración

Importancia del facilitador en la sesión, responsable de la seguridad de todos. Gestión desde el propio sistema nervioso.

Esquema de sesiones de trauma asistido con animales

Necesidades según el nivel de presencia y regulación del sistema nervioso de la persona.

Con esta formación tendreis un esquema básico de interacción entre distintos sistemas nerviosos. Un punto donde empezar.

De vosotros, de vuestra formación actual y sobretodo de vuestra capacidad de gestión personal y presencia para trabajar en distintos ámbitos.

Y de la experiencia en la gestión de perros y caballos.

Profesora:



Marta Cirera Baqués.

Especialista en trauma asistido con animales. Formadora internacional. Especialista en la recuperación del espacio personal.

Más información en: <http://www.somatiche.es/marta-2/>

Llámame si tienes cualquier duda. Es importante conocer bien el curso para que sea lo que buscas y puedas disfrutarlo a tope.

Mi teléfono 0034629848735

Mi mail: [marta@somatiche.com](mailto:marta@somatiche.com)

Espero veros en alguna ocasión.

