



SKUPINOVÁ SENZOMOTORICKÁ TERAPIE

Komu je terapie určena?

Skupinová senzomotorická terapie je vhodná pro traumatizované děti, tedy děti s emocionálními a behaviorálními problémy, které jsou následkem opuštění, týrání, zanedbávání, násilí nebo jiných nepříznivých zkušeností.



Jedná se o léčbu zaměřenou na seberegulaci, zvládnání psychického rozrušení a rozvoj tolerance s pomocí pohybu, dechu, vnímání vlastního těla a psychických potřeb. Terapie je zaměřená na léčbu neurobiologických dopadů vývojového traumatu u dětí.

Užívá se k psychologické léčbě dětí a dospívajících, pro které je hlavním problémem zvládnání emocí, chování a mezilidských vztahů.

Práce ve skupině se zaměřuje na:

- techniky pro zklidnění,
- emocionální regulaci,
- rozvoj schopnosti tolerance,
- rozvoj mezilidských vztahů,
- rozvoj sociálních dovedností.

Děti jsou rozděleny do skupin podle věku:

- Děti od předškolního věku do 12 let.
- Dospívající ve věku 12 – 15 let.
- Dospívající ve věku 15 – 18 let.

Skupina má vždy maximálně 8 dětí nebo dospívajících, většinou dohromady dívky i chlapci. V některých případech mohou být skupiny rozděleny dále podle pohlaví.

Cíl skupinové senzomotorické terapie

Cílem je zlepšení celkového stavu dětí a obnova jejich fungování, což se projevuje na jejich emocionálním stavu, chování i vztazích s druhými.

Výsledkem skupinové senzomotorické terapie je:

- sebezpoznání dětí a dospívajících včetně rozpoznání vlastních emocionálních potřeb a hranic. Díky tomu dochází i k nenucenému nárůstu respektu k sobě samému i k druhým lidem.
- Během terapie se u dětí přirozeně rozvíjí tolerance k nepříznivým emocionálním stavům i situacím a děti se učí, jak nepříjemné stavy i situace zvládat.
- Terapie umožňuje zpracovat hluboce uložené traumatické prožitky.
- Rozvoj sociálních dovedností.
- Rozšíření schopnosti integrace a míry tolerance nepříjemných a bolestivých emocionálních stavů.
- Rozvoj sebekontroly a schopnosti sebe-regulace.
- Snížení výskytu krizových situací a nutnosti psychiatrické hospitalizace nebo psychofarmakologické medikace.
- Spojením pohybu, vnímání sebe sama a vztahu k druhým dochází k nárůstu nových neurálních cest a propojení funkčních oblastí mozku, zejména kortikálních a subkortikálních částí. Dochází k rozvoji schopnosti učení a prefrontálního kortexu.
- Obnova správného fungování sensorického, motorického, limbického a endokrinního systému. Tedy např. omezení až eliminace senzomotorického neklidu, spánkových poruch, poruch příjmu potravy, deprese i úzkostí, omezení agresivních impulzů i chování, zdravé uspokojování potřeb, větší schopnost adaptace a integrace aj.

Organizace skupinové terapie

Terapie probíhají 1x týdně v odpoledních hodinách, je nutné, aby terapie jednotlivých skupin dětí probíhaly vždy ve stejný den i hodinu.

Na danou skupinovou terapii v určeném termínu dochází vždy stejná skupina dětí nebo dospívajících.

Podpořte realizaci projektu

1. finančním darem na dárcovský účet: **286148894/0300**
2. předejte informaci o našem projektu dalším lidem, kteří by nás mohli podpořit.

DĚKUJEME.