

TOY – officiel uddannelsesplan 2023/2024



Traume Orienteret Yoga - Praktiker

Overordnet mål med TOY uddannelsen – At gøre det immobile mobilt

- Deltagerne vil få en forståelse af forskellige kliniske perspektiver på indvirkning/senfølger af komplekse samt udviklings traumer samt behandlings resistent PTSD gennem en livscyklus.
- Deltagerne vil lære gennem supervision, færdighedstræning og egen individuel undersøgelse, hvorfor samt hvordan TOY kan bruges som, supplerende behandlingsmetode mod komplekse samt udviklings traumer samt behandlings resistent PTSD i alle opsætninger og med alle aldersgrupper.
- Deltagerne vil tilegne sig den nødvendige viden og færdigheder til at oprette og udfører et helt TOY program/forløb.

Modul 1:

- Introduktion til metoden
- Traume teori
- Praksis under vejs
- Krops tegning
- TOY manualen
- Ahimsa, Prathyahara
- Score for interoception – eget skema
- Interoception
- Sprog – undervisnings teknik
- Gruppe arbejde

Modul 2:

- Nervesystemet
- Praksis
- Vagus nerven
- Kranie nerver
- Principper for undervisning
- Gruppe arbejde – undervise i små grupper
- Temas

Modul 3:

- Relationelle
- Toy Facilitator
- Undervise i grupper
- Toy meditation
- Toy afspændning
- Åndedrættet

Modul 4:

- Undervisning i grupper
- Traume bevægende yoga
- Hands on touch
- Yoga interventioner
- Implementering
- Opstart på Masterclass

Modul 5:

- Undervisning i grupper
- Hjemmeside/logo/bevis
- Forberedelse til Masterclass
- Opsamling og repetition
- Afholdelse af Masterclass
- Overrækkelse af beviser
- Afslutning