

Терапија различитости - родних, сексуалних и осталих односа

„TPPCOO терапија“



Посвећеност остваривању социјалне правде

Примењивати антирасистичку, феминистичку, квир и LGBTQIA+ афирмативну филозофију у терапијском раду. Помагати клијентима да деконструишу негативан утицај аматанормативности, хетеронормативности, мононормативности, цисродности, сексизма, патријархата, капитализма, ејблизма (на основу способности, укључујући неуроразличитости) и колонијално размишљање који утиче на све људе, укључујући хетеросексуалне људе. Промовисати пружање подршке и заузимања за све маргинализоване и угњетаване групе људи. Обављати психо-едукацију.



Демонстрирање културолошке скромности и културолошке компетенности

Континуирано радити на развоју свести о себи и клиничким компетенцијама. Професионално се усавршавати ради сталног одржавања културолошке компетенности. Задржати скромност уз ентузијазам за континуираним учењем. Стицати специфична знања о различитим маргинализованим популацијама као што су LGBTQIA+, кинкстери, неуроразличити људи, сексуални радници и они различитог расног и културног порекла. Не судити о другима на основу изгледа.



Разумевање специфичних штетних ефеката угњетавања

Темељно разумети различите начине на које опресија угњетавање функционише у друштву и како различито утиче на широк спектар људи, укључујући маргинализоване групе. Помагати клијентима да развију што више ресурса за бригу о себи и за своје благостање.



Поседовање знања о трауми, туги и стиђу

Радити на повећању психолошке резилијентности. Разумети физиолошке и психолошке ефекте индивидуалне, колективне и кумулативне трауме. Смањити симптоме посттрауматског стреса за жртве злостављања, напада, дискриминације и праксе конверзије. Темељно разумети тугу, укључујући и губитак који настаје услед промена. Разумети стид, његове ефекте и начине да се он ублажи.



Познавање савремене сексологије

Стицати и усавршавати специјализована знања о роду, полу, сексуалности и различитостима у везама, укључујући знање о сексуалним фантазијама, жељама и понашањима. Разумети био-психо-социјалне процесе секса.



Интегрисање сржних TPPCOO теорија

Укључивати знања о стресу мањина, стресу мањина унутар заједнице, социјалној сигурности, микроагресији и интерсекционалности. Примењивати технике усмерене на снагу у оквиру наших терапијских модалитета. Валидирати самоопредељење клијената.



Подстицање радости

Фокусирати се на самопоштовање кроз афирмативан став и приступе усмерене на саосећање и разумевање. Подстицати радост и понос на наше различитости, изградњу веза у заједници и коришћење микроафирмација у терапијском односу. Прихватити квалитет подршке у терапијском односу: клијент је у подржан од стране терапеута.