



Trauma und Selbstheilungs-Potenzial Vertiefung und Supervision

In diesem Seminar habt Ihr die Möglichkeit, an mitgebrachten Fallbeispielen, oder eigenem Erleben, verschiedene Fragen zum Thema zu erörtern und verschiedene Blickwinkel auszuprobieren. Es ist sicher für die ganze Gruppe spannend, wenn ihr auch Bilder oder Objekte aus der Kunsttherapie mitbringen könnt. Falls Originale zu umständlich sind (obwohl sie immer durch ihre physische Anwesenheit mehr erzählen können, und daher begreifbarer werden), könnt ihr auch Fotos auf einem Stick oder CD mitbringen. Bitte keine kleinen Handyfotos- da dies sehr mühsam in der praktischen Arbeit sein kann.

Zum Zweiten möchte ich noch die vielen theoretischen Ansätze des Grundlagenseminares vertiefen, oder aus dem letzten Vertiefungsseminar aufkommende Fragen, Erfahrungen und Erkenntnisse von Euch integrieren.

Diesmal möchte ich **pränatale, Geburts- und frühe Traumata** zur Unterscheidung späterer Traumata tiefer betrachten. Begleitend wird der Körpertherapeut Wolfgang Polak www.geburt-und-heilung.at aus seinem Erfahrungsschatz der Geburtsreisearbeit berichten, und praktische Beispiele erlebbar machen.

Wir werden uns ansehen, warum Menschen manchmal tief in Rollen oder „Aufgaben“ feststecken, die nicht die ihrigen sind, und mit unbewussten „Aufträgen“ die überfordernd und mit stetem Stress, oder der „Arbeit“ des Abspaltens einhergehen. Zusammenbrüche des Körpersystems, chronische Krankheiten, oder emotionale Entladungen aller Art, können sich daraus ergebende Reaktionen sein.

Das Gefühl am Rand des Lebens zu stehen, und nicht wie die Anderen sein, sich fremd fühlen, nicht wissen wie dieses Leben funktioniert... können subjektive Empfindungen sein, als Antwort auf diese frühen Prägungen.

Erst mal sich selbst und von Anderen einfühlsam angenommen, und verstanden, können sich solche Prägungen neu verwandeln.

Peter Levine nennt dies auch „Neuverhandlung“ der späteren Folgereaktionen auf traumatische Erlebnisse.

Auch schon mit kleinen Reaktionen aus dem ideomotorischen Bereich können strukturgebende und ausgleichende Verständigungsmöglichkeiten mit dem eigenen Körper erarbeitet werden, die entlastend wirken.

Wie wir auch in kleinen Schritten nachhaltig arbeiten, und den Transfer in den Alltag integrieren können, wie wichtig systemisches Mitdenken, und transparentes Arbeiten ist, wird ebenfalls thematisiert.

Ich freue mich sehr auf ein Wiedersehen, kreatives Weiterarbeiten, Austausch und gegenseitige Stärkung.