SOMATIC EXPERIENCING® ITALIA

"Il trauma non è nell'evento, ma nel sistema nervoso"

Somatic Experiencing®

Seminario teorico-esperienziale

condotto da

Marina Negri

18-19 aprile 2020

Progetto Somamente,
Via Maiocchi 18, Milano

Somatic Experiencing®

È uno degli strumenti più efficaci per la gestione e il superamento degli effetti che eventi traumatici lasciano nell'individuo.
Il contributo più significativo di SE® è la comprensione che il trauma non è un fenomeno esclusivamente psicologico, ma una complessa reazione psico–neuro-fisiologica a un evento sopraffacente.

La nostra risposta al trauma

È fondamentalmente fisiologica e non può essere completamente gestita attraverso le capacità cognitive.
Le risposte biologiche di base con cui l'essere umano reagisce a una minaccia, sia essa percepita o reale, mobilizzano i meccanismi di difesa, sotto forma di lotta o fuga. Quando queste modalità difensive sono utilizzate con successo, il nostro corpo spontaneamente ritorna a uno stato di equilibrio e funzionalità.
Se il nostro meccanismo di difesa non riesce a raggiungere un completamento e a superare la minaccia, la nostra energia di sopravvivenza, mobilizzata per la lotta o la fuga, non ha la possibilità di scaricarsi e finisce così per essere bloccata all'interno del nostro sistema nervoso e convertita in sintomi. Il trauma risulta quindi dal non completamento della naturale risposta fisiologica a un'esperienza percepita come una minaccia per la nostra vita o per il nostro senso d'integrità.
Somatic Experiencing® permette la risoluzione del trauma attraverso l'osservazione delle sensazioni fisiche del corpo, per riconoscere le tracce lasciate dal meccanismo difensivo incompleto, aiutando il graduale scongelamento dell'immensa energia rimasta bloccata nel sistema nervoso e permettendo alla reazione di sopravvivenza di completarsi in modo naturale e sicuro.

Il seminario introduttivo

Offre un'introduzione alla psicofisiologia del trauma e fornisce un quadro generale dei principi di base teorici ed esperienziali del metodo **SE®**.
Consiste di lezioni, discussioni, dimostrazioni video o dal vivo e offre spazio per esperienze personali attraverso esercizi interattivi.
È rivolto a professionisti nel campo psicoterapeutico o medico, terapisti corporei, insegnanti e altri professionisti nell'ambito della consulenza e dell'approccio alla salute interessati a ricevere informazioni e a fare esperienza del metodo.
Il Seminario introduttivo è propedeutico al Training Formativo Professionale in Somatic Experiencing®.

Marina Negri, *Fisioterapista e insegnante Feldenkrais® è counselor Somatorelazionale e Somatic Experiencing® Senior Assistant. Lavora a Milano e collabora con la Onlus Attivecomeprima® dove conduce gruppi per il recupero dell'autoregolazione in persone con patologie oncologiche.*

INFO
info@somatic-experiencing.it
www.somatic-experiencing.it
tel +39 02 29510029 - +39 375 5815878

ORARI
sabato, dalle 10 alle 18
domenica, dalle 9.30 alle 17.30