

Peter Levine - Guarire il trauma

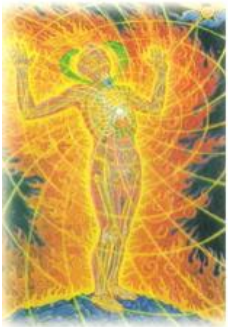
WAKING THE TIGER - RISVEGLIARE LA TIGRE

Metodo neurofisiologico per i professionisti



TRAINING FACILITATORI - 2017/2020

CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE S.E.P.



Un programma completo di formazione
per diventare
**Somatic Experiencing
Practitioner (SEP)**



Somatic Experiencing®

è l'essenza delle ricerche del **Dr. Peter Levine** sulla natura dello stress e del trauma.

E' un metodo naturale di lavoro psico-fisiologico per guarire.

Si basa sull'osservazione degli animali che, sebbene abitualmente esposti a pericoli, raramente restano traumatizzati. Gli animali selvatici utilizzano meccanismi biologici innati, per regolare la grande quantità di energia attivata da una minaccia alla vita. Quando un animale sopraffatto dalla paura, esce dall'immobilità (collasso o rigidità), fugge o si prepara al contrattacco. In natura, la grande energia di sopravvivenza mobilizzata è subito scaricata dal corpo, completando così l'orientamento difensivo.

SE® è riconosciuta e supportata dalla comunità scientifica ed è un potente strumento per ogni professionista che operi nell'aiuto alla persona.

Richiedici modalità e guide di iscrizione

Somatic Experiencing® Italia

www.somatic-experiencing.it

info@somatic-experiencing.it

+39 02 29510029 - Segreteria sede

+39 338 8112570 - Francesca Conte, Segreteria mobile

+39 339 7559935 - Elisabetta Ugolotti,
Responsabile organizzativa



"Credo fermamente che ciò che realmente cerchiamo sia la percezione di esserci, che le nostre esperienze di vita ci portino risonanze nel nostro essere più intimo e noi si possa sentire il sublime piacere di essere vivi nel nostro corpo". - Peter Levine

SOMATIC EXPERIENCING® ITALIA TRAINING PER PROFESSIONISTI 2017/2020

PROGRAMMA DI CERTIFICAZIONE IN SOMATIC EXPERIENCING® PRACTITIONER

- Partecipare ad un seminario introduttivo
- Partecipare ai 6 seminari di 6 giorni nei 3 anni e ai gruppi di studio
- Ricevere 15 sessioni individuali da insegnanti o assistenti autorizzati (5 per ogni anno)
- Ricevere 18 supervisioni individuali e/o di gruppo con insegnanti o assistenti autorizzati (4 il primo anno, 6 il secondo e 8 il terzo)

Somatic Experiencing® Training Italia 2017 - 2020

SEMINARI INTRODUTTIVI

30 Settembre - 1 Ottobre - Firenze
21 - 22 Ottobre - Udine

MODULI DEL TRAINING (SEDE: POMAIA)

BASE 1 – 17-22 novembre 2017
BASE 2 – 16-21 marzo 2018
INTERMEDIO 1 – 19-24 ottobre 2018
INTERMEDIO 2 – 17-22 maggio 2019
AVANZATO 1 autunno 2019 data in definizione
AVANZATO 2 primavera 2020 data in definizione

Il trauma è parte della vita

La persona traumatizzata è ferma al tentativo fallito di difendersi efficacemente dalla minaccia. Essendo stata sopraffatta, le normali risposte biologiche sono state interrotte. Dunque, quello che chiamiamo "trauma" è fondamentalmente una risposta biologica incompleta. Queste risposte, fuga o lotta mancate che non hanno potuto essere completate, sono avvertite come impulsi che vanno aiutati a integrarsi.

Completare le risposte biologiche

La consapevolezza che i comportamenti istintivi di orientamento e di difesa sono schemi motori organizzati, ossia meccanismi naturali di risposta corporea, ci aiuta a "rimetterci in piedi". Perché sappiamo che in definitiva l'ansia deriva dall'incapacità di compiere con successo questi movimenti.

Felt Sense

SE® permette ad individui feriti e sopraffatti, di ascoltare la voce silenziosa del corpo, sviluppare consapevolezza e padronanza delle proprie sensazioni fisiche, emozioni e sentimenti. La chiave per la trasformazione si trova nel decifrare questo universo non verbale.

Tracciando le sensazioni, in quanto linguaggio del corpo, accediamo a stati pre-egoici, anteriori alla formazione di credenze psicologiche e all'identificazione del sé. Se rimaniamo in questo stato sufficientemente a lungo stabilizziamo un felt sense della vita come viva e vitale, che sottende, al di là della parola, le risposte attive di orientamento difensivo. Così l'ansia è un nodo di sensazioni che dice: "In definitiva, io ho soltanto paura, è la paura di non essere in grado di farcela"

Integrare il cervello rettile

In Somatic Experiencing® le risposte traumatiche sono incontrate con una vasta gamma di strategie, quali il contatto con le sensazioni percepite, il tocco neuro-affettivo, l'osservazione delle gestualità e degli impulsi, della struttura del corpo con i suoi schemi di movimento e i livelli di energia; tutte sono intese a destrutturare la risposta di ansia e i sintomi, e a ripristinare l'orientamento difensivo ottenendo più capacità e resilienza.

IL CORPO GUARITORE

"... anziché difenderci dagli istinti, possiamo accoglierli. Se siamo guidati e sostenuti, possiamo contattare il nostro animale imparando a scuoterci e tremare, a modo nostro, per tornare alla vita."

Peter A. Levine, SOMATIC EXPERIENCING®, Ubaldini