



“Il trauma  
non è  
nell’evento,  
ma nel  
sistema  
nervoso”

# Somatic Experiencing®

Seminario introduttivo online

condotto da

**Elisabetta Ugolotti**

**13 - 14 giugno 2026**

## 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, mobilitano 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, mobilitata 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, terapeuti 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®.**



**Elisabetta Ugolotti**, SEP e Senior ai training Somatic Experiencing®, insegnante e Operatore Craniosacrale, Operatrice e Senior PPN Prenatale e della Nascita, ha studiato lo sviluppo Neuroaffettivo con Marianne Bentzen e Larry Heller (NARM™). Lavora da 40 anni sui processi personali neurofisiologici a base somatica nel suo studio a Milano.

## INFO

[info@somatic-experiencing.it](mailto:info@somatic-experiencing.it)  
[www.somatic-experiencing.it](http://www.somatic-experiencing.it)  
+39 02 29510029 (segreteria sede)  
+39 375 7457955 (mobile)

## ORARI

sabato 10-18.00  
domenica 9.30-17.30