

Trauma - Arbeit

Information zur Seelen- und Trauma- Arbeit

Definition seelischer Verletzungen

Das Erlebnis, die Erfahrungen waren verletzend für Körper und Seele. Die Person konnte sich jedoch nicht wehren oder sich der Situation entziehen!

Definition Trauma

Das Erlebnis war überwältigend! Das Ereignis war eine Bedrohung für Leben und Seele. Es war unmöglich zu fliehen oder sich zu wehren. Der Mensch war unfähig zu kämpfen oder zu fliehen (starr, eingefroren)

NICHTS IST, WIE ES VORHER WAR es bleiben tiefe Spuren und Wunden in Körper und Seele. Die Erinnerungen werden abgespalten und im Körper, im Mandelkern (Hirn), Bindegewebe und in den Organen eingefroren. **DIE ZEIT HEILT DIESE WUNDEN NICHT!**

Zurück bleiben Narben

Im Gegensatz zur allgemein verbreiteten Sicht, können seelische Verletzungen sowie Traumata „geheilt“ werden. Der innere Bezug, die Sichtweise zu den Ereignissen ändert sich. Zurück bleiben Narben.

Wer hat seelische Verletzungen oder Trauma?

Grundsätzlich hat sie jeder. Die Frage ist nur, wann sind sie belastend im Hier und Jetzt. Möchte man die Themen der Vergangenheit aufarbeiten? Wann sind die Verletzungen pathologisch, also krankhaft?

Mögliche Symptome

Körperliche Schmerzen, schlecht regulierfähige Nerven, Panikattacken, Phobien, Körperzittern, Depressionen, Essstörungen, unkontrolliert auftretende Bilder des Erlebten, Unruhe, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit, Isolation, Perspektivlosigkeit/ Hoffnungslosigkeit, Gefühl von Traurigkeit.

Dauer der Verarbeitungen: Die Dauer einer Verarbeitung ist sehr individuell.

Grundsätzlich: Unfall- oder Schocktraumata, Zeuge eines Verbrechen sein / Unfall / Ereignis / Katastrophe können meist in wenigen Sitzungen gelöst werden je näher sie am Ereignis liegen. Im Gegensatz dazu: Entwicklungsverletzungen Traumata die sich über längere Zeit aufbauen wie z.B. zerrüttetes Elternhaus, Suchtverhalten der Eltern oder nahen Bezugspersonen, zu behütetes Zuhause, zuwenig Spielraum für eigene Erfahrungen, Spitalaufenthalte, Mobbing, Diskriminierung, frühkindliche Vernachlässigung, belastende vorgeburtliche oder Geburtserfahrungen, familiäre oder kriminelle Gewalterfahrungen, Kriegserlebnisse und vieles mehr.

In der Sitzung geht es um Bewusstseinsweiterung, Körper- und Neuerfahrungen!

Aufklärung des Vorgangs im Körper, Stabilisierung, Distanzgewinnung zum Erlebten. Sicherheit und Vertrauen in sich Selbst, Wiedererlangen der Kontrolle, Überwindung der Sprachlosigkeit.

Die Erinnerungen überfluten nicht mehr, das Erlebte wird erträglich, das Leben wird wieder freud- und hoffnungsvoll. Neue Lebensperspektiven können aufgebaut werden.

Wichtig! Diese Behandlungen ersetzen keinen Arztbesuch! Es werden keine Diagnosen gestellt. Schulmedizin und Integrative Energiearbeit können sich wertvoll ergänzen.

Anita Moor

Praxis für Integrative Energie- & Körperarbeit



Praxis und Büro
Büro 044 834 14 67
amoor@bluewin.ch



Im Dörnler 43, 8602 Wangen
Mobile 079 336 09 03
www.amoor.ch