



## Einladung zum Vortrag im November 2020

### Trauma und das Körpergedächtnis

*Trauma steckt im Nervensystem, nicht im Ereignis: nicht die objektive Heftigkeit einer Erfahrung bestimmt, ob jemand danach traumatisiert ist, sondern die Tatsache, ob es in dem Moment ausreichende Ressourcen gab, um mit dem Ereignis umzugehen.*

Schwierige Erfahrungen, für die wir nicht genug Ressourcen hatten, in dem Moment, als sie stattfanden, haben die Neigung sich irgendwo im Körper festzusetzen und mit der Zeit - manchmal erst nach Jahrzehnten - Symptome zu erzeugen. Es sind unsere seelischen Traumata, die sich in Struktur ausdrücken: Bewältigungsstrategien, die damals eine wichtige Hilfestellung waren, erweisen sich auf Dauer als schädlich. Ein Einblick in die Physiologie-Hintergründe wird dies verdeutlichen. Dazu möchte die Referentin die Auswirkungen der Kampf/Flucht- und Erstarrungsreaktionen im emotionalen, sozialen und körperlichen Bereich erläutern und durch Lösungsansätze aus der SE©-Praxis ergänzen.

Termin: **Mittwoch, 18.11.2020**

Referentin: **Anke Scheibe, HP, Craniosacrale Therapie & Trauma-  
Arbeit**

Beginn: 19 Uhr (Einlass ab 18.45 Uhr)

Dauer: bis ca. 21 Uhr mit Diskussion

Der Vortrag ist **kostenfrei**, Spenden sind willkommen. **Wir freuen uns auf Sie.** 😊

Mit vielen Grüßen