

Vortrag

Eigentlich alles ok wenn nur der innere Stress nicht wär

Was das Leben manchmal so anstrengend macht.
Wesentliches aus Sicht der Körperorientierten Traumatherapie

Auch wenn vieles im Leben gut läuft, fühlen Menschen sich oft ausgebrannt und erschöpft, gestresst und ruhelos, ohne recht zu wissen warum. Der unterschwellige Stress kann nach Erkenntnissen der Neurobiologischen Forschung seine Ursachen in der frühen Entwicklung von Gehirn und Nervensystem sowie den ersten Bindungserfahrungen haben. Diese Zusammenhänge zu verstehen ist wesentlich für die Lösung. Die frühestens Kontakterfahrungen prägen entscheidend die Fähigkeit zu Regulation von Stress und Irritation. Daher ist die Qualität der Begegnung gerade im therapeutischen Setting von zentraler Bedeutung. Sie ermöglicht die Erfahrung von Coregulation und damit ein Nachreifen des Nervensystems.

An diesem Abend möchte ich Neurophysiologische Zusammenhänge und die Wirkung von Coregulation deutlich und erfahrbar machen.

Am 8. Mai 17 um 19.30

im ZFN – Heilpraktikerschule München – Hirtenstr. 26 – 80335 München – www.zfn.de

weitere Infos gerne persönlich



Cornelia Fürstenberger
Heilpraktikerin

**Körper-Psycho-Therapie Traumatherapie Achtsame Berührung
Biodynamische Massagen & Klangschalen Supervision & Schulung**

Osterham 23 83233 Bernau

www.koerperpsychotherapie-cf.de corneliafuerstenberger@gmx.de **08051 96 14 234**