

## Seminario Teórico-Vivencial

Neurofisiología del Estrés Post Traumático, un abordaje Psicobiológico y Somático.

Noemí Sosa González; Psicoterapeuta Analista Bioenergético, Somatic Experiencing y TRE® Profesora de yoga.

Marina Tsartsara MSC; Educadora y Terapeuta Somática de Body-Mind Centering®, Life Coach Holística, Instructora de Yoga Vinyasa Somático y Mindfulness.

### **'El cuerpo es el mapa de la mente' J.D. Landis**

El trauma, como Peter Levine reconoció brillantemente hace décadas, no reside en el acontecimiento externo que induce el dolor físico o emocional-ni siquiera en el dolor mismo-sino en el hecho de que quedamos atascados en nuestras respuestas primitivas ante acontecimientos dolorosos. El trauma reside en nuestra neurofisiología.

El trauma se origina cuando no somos capaces de liberar energías bloqueadas, cuando no podemos movernos totalmente a través de las reacciones físicas/emocionales de la experiencia abrumadora. El trauma no es lo que sucede con nosotros, sino aquello que retenemos internamente en ausencia de un testigo empático. La salvación debe ser hallada en el cuerpo. Los estados mentales asociados con un trauma son importantes pero son secundarios. El cuerpo inicia, dice, y la mente sigue. Por lo tanto, curaciones habladas que ocupan el intelecto o incluso las emociones no logran la profundidad suficiente.

El terapeuta debe ser capaz de reconocer las señales psico-emocionales y físicas del trauma congelado del cliente, escuchar la voz no hablada del cuerpo para que los clientes aprendan, sintiéndose seguros, a escuchar y ver por sí mismos, el cliente es ayudado a desarrollar una conciencia y maestría de sus sensaciones físicas y sus sentimientos. La clave para sanar debe encontrarse descifrando ese reino no verbal.

### **Un enfoque holístico y naturalista**

Un proyecto diseñado para dar herramientas psico-corporales y dinámicas creativas de desarrollo humano.

La educación ofrecida tiene el formato de cuatro seminarios introductorios (Nivel 1), y está dirigido a profesionales, psicoterapeutas, asistentes sociales, enfermeros, médicos, y personas que han vivido un evento o varios eventos traumáticos, o están interesadas en la comprensión del trauma de manera teórica y vivencial.

Estos módulos aportan material para la comprensión teórica y la experiencia personal vivencial de nuestra neurofisiología, como también técnicas para la integración, regulación y auto-regulación bio-somática. Estas herramientas y recursos nos aportaran a nivel personal y profesional.

#### **Docentes:**

**Noemí Sosa González** nos aportará desde su experiencia como Psicoterapeuta y su dedicación a los efectos del trauma, recursos de sus formaciones Psicoterapia en Análisis Bioenergético de Alexander Lowen, Somatic Experiencing (SE) y TRE que aportaron una integración Neurofisiología y Biosomática.

**Marina Tsartsara** nos aportará el enfoque integrativo del cuerpo-mente-emociones Body-Mind Centering® (BMC®) que se basa en la vivencia personal de principios anatómicos, fisiológicos, psicofísicos, y del desarrollo de movimiento infantil, para la consciencia, integración y expresión. Es un trabajo esencial y complementario del trabajo psicoterapéutico.

#### **Primer Encuentro:** sábado 19 de septiembre

Mañana: 10hs a 14 hs (4 horas), impartido por Noemí Sosa González

#### **Temario:**

- Como se produce el trauma
- Trauma de desarrollo
- Trauma de shock
- Efectos residuales del Trauma
- Trabajaremos el trauma a nivel neurofisiológico
- Trabajaremos en pequeños grupos para rastrear sensaciones y trabajar con ellas
- Recursos para trabajar con clientes con trauma

Tarde: 16hs a 20hs (4 horas), impartido por Marina Tsartsara

#### **Temario:**

- El trauma y principios básicos de BMC®

- Sistemas corporales implicados en la fisiología del trauma y del estrés postraumático desde la perspectiva de BMC®
- Trabajo teórico y vivencial 'Nervio Vago'
- Integración a través de materiales artísticos
- Trabajo vivencial de consciencia y memoria celular
- Integración a través de escritura
- Resumen de los recursos visitados estas 4h para trabajar con clientes
- Compartir en círculo y cierre

**Segundo encuentro:** Sábado 24 de octubre

Mañana: 10hs a 14 hs (4 horas), impartido por Noemí Sosa González

**Temario:**

- Mecanismos defensivos del trauma.
- La disociación en el trauma.
- Los recuerdos traumáticos y la disociación.
- Síntomas de TEPT.
- Improntas sensoriales.
- Cómo responde el cuerpo ante el estrés y el trauma.
- Teórico vivencial.

Tarde: 16hs a 20hs (4 horas), impartido por Marina Tsartsara

**Temario:**

- Sentidos y percepción teórico
- Sentidos y percepción vivencial
- Integración a través de materiales artísticos
- Trauma, estrés postraumático y el 'círculo de percepción y respuesta' teórico

- Trauma, estrés postraumático y el 'circulo de percepción y respuesta' vivencial
- Integración a través de escritura
- Compartir en circulo y cierre

**Tercer encuentro:** 7 de Noviembre

Mañana: 10hs a 14 hs (4 horas), impartido por Noemí Sosa González

**Temario:**

- La intuición del cerebro abdominal, pélvico.
- Síntomas Psicosomáticos.
- Trabajo con la sensación sentida.
- Neurología del trauma.
- Teórico vivencial.

Tarde: 16hs a 20hs (4 horas), impartido por Marina Tsartsara

**Temario:**

- Los tres cerebros (cabeza, corazón, abdomen) teórico
- Los tres cerebros (cabeza, corazón, abdomen) vivencial
- Integración a través de materiales artísticos
- Órganos de la cavidad abdominal vivencial
- Integración en pareja
- Compartir en circulo y cierre

**Cuarto Encuentro:** 5 de diciembre

Mañana: 10hs a 14 hs (4 horas), impartido por Noemí Sosa González

**Temario:**

- Respuestas Neurológicas traumáticas

- Nuestro cerebro, tres sistemas integrados.
- Estrategia general de renegociación con el trauma.
- Teórico, práctico, vivencial

Tarde: 16hs a 20hs (4 horas), impartido por Marina Tsartsara

**Temario:**

- Sistema Nervioso simpático y parasimpático teórico
- Sistema Nervioso simpático y parasimpático vivencial
- Integración creativa
- Sistema Nervioso y los fluidos
- Integración en pareja
- Compartir en círculo y cierre

**Condiciones económicas para los cuatro módulos**

Cada módulo: 120 euros.

Para reservar tu plaza debes ingresar 50euros por cada módulo, el ingreso de la paga señal es del 1 al 5 de cada mes.

En caso que no puedas asistir y avisas con 15 días de antelación se devuelve la totalidad del dinero, si avisas una semana antes del seminario se devolverá 30 euros de la paga señal.

**No se puede asistir a seminarios individuales, es trabajo de grupo cerrado.**

Dirección: Aragón 416 1ro 1ra.Barcelona, muy cerca de la Sagrada Familia.

Para más información puedes llamar/whatsapp al:

616556443 Noemí, 633326217 Marina

o escribir al: [noeener@hotmail.com](mailto:noeener@hotmail.com) (Noemi), [tsartsaram@gmail.com](mailto:tsartsaram@gmail.com) (Marina)

¡ Gracias por tu interés! Marina y Noemí.