



Dina Rotundo Barnett

Somatic Experiencing Practitioner

Dal maggio 2018 ho completato la Certificazione Internazionale Triennale di Operatore di Somatic Experiencing e sono Co-Fondatrice e Presidente dell'Associazione di Volontariato CLANDIPALUSA, per le donne che si ammalano di tumore al seno. Promuovo l'utilizzo della Metodologia S.E. ® per le pazienti oncologiche, essendo una pratica estremamente efficace per ritrovare il riequilibrio personale dopo la delicata circostanza della malattia.

SESSIONI INDIVIDUALI
O IN PICCOLI GRUPPI OMOGENEI



LE SESSIONI POSSONO ESSERE FATTE
ANCHE IN LINGUA INGLESE
PER CHI NON HA COMPLETA
PADRONANZA DELLA LINGUA ITALIANA



Ricevo a Milano
presso
A.R.S.SUO.MO
Via Frua, 8 (M1 De Angeli)

oppure
Studio di Psicoterapia
Via Moscova, 60 (M2 Moscova)

Tel. +39 351 5230017
db666503@virginmedia.com



Metodologia S.E. ®
www.traumahealing.it

SOMATIC EXPERIENCING



Metodo di Lavoro
Psico-Fisiologico
per il trattamento dei traumi e dei
sintomi da stress prolungato

PERCHÈ UNA VOLTA PASSATO IL PERICOLO NON CE NE LIBERIAMO?

Il trauma non risiede nell'evento, ma nella fisiologia del corpo. Sintomi da stress prolungato, o da traumi di vario genere, nascono da emozioni non elaborate e congelate, scatenate dall'evento negativo, che ha minacciato la nostra esistenza o il nostro senso di integrità.



Le reazioni all'evento traumatico sono essenzialmente istintive.

Le risposte biologiche di base a una minaccia, mobilitano tutte le nostre energie per la lotta o la fuga.

Quando abbiamo successo, il nostro corpo trova le sue vie per ritornare allo stato di equilibrio. Se invece l'evento ci lascia con un senso di sopraffazione, di sfiducia, e di incapacità a difenderci, l'energia di sopravvivenza messa in moto non ha modo di scaricarsi e si trasforma in sintomi.



SOMATIC EXPERIENCING

DA DOVE NASCE

La Metodologia SE nasce dagli studi del Dr. Peter Levine e dall'osservazione degli animali che, sebbene esposti di continuo alla lotta per la sopravvivenza, raramente restano traumatizzati. Meccanismi biologici innati, che anche noi esseri umani possediamo, permettono loro di tornare alla normalità, anche dopo che è stata messa estremamente in pericolo la loro vita.

COME FUNZIONA

SE aiuta a diventare consapevoli delle proprie sensazioni corporee, e a seguire i segnali e le risorse che l'organismo mette a disposizione per riacquistare il riequilibrio personale dopo un evento stressante o dopo un trauma. In tal modo, si arriva a utilizzare l'innata e naturale capacità di autoregolazione.

A CHI È RIVOLTO

SE è una pratica utilissima a chiunque stia attraversando un periodo difficile a causa di un evento traumatico o per la risoluzione di sintomi da stress prolungato. Aiuta a ritrovare la sensazione che il corpo è un luogo sicuro e di cui ci si può fidare, e consente di rientrare nella percezione di normalità.