

Når kroppen husker

Formål:

- At forløse gamle chok og traumer, der er fastlåst i kroppen.
- At nedsætte stressniveau, tankemylder og indre uro.



Mål:

- At borgeren bliver bevidst om egne aflednings- og undgåelsesmønstre.
- At borgerens evne til at følelsesregulerer (gen)etableres.
- At undgåelsesmønstre ophører.
- At evnen til at grænsesætte og skabe kontrol i eget liv er tilstede.
- At borgeren herved får mulighed for nye tanker og dermed anden adfærd/handling.



Metode:

”Når kroppen husker” er en kropsfokuseret metode, baseret på somatisk chok- og traumebehandling, som kan forløse tidligere chok og traumer.

Pris: 2300 kr. for 5 gange