



## Traumatherapie-AIT (Advanced integrative Therapy)

nach Dr. Asha Clinton

Wir alle werden in unserem Leben mehr oder weniger seelisch erschüttert oder auch verwundet. Die Art und Weise, die Intensität und die Häufigkeit der Verletzung, aber auch die eigene Verfassung zum Zeitpunkt der Verwundung bestimmen, wie wir mit diesem „Trauma“ umgehen können, bzw. „was es mit uns macht“. Traumata können unsere gesamte Persönlichkeit erschüttern (emotional, körperlich, energetisch, spirituell). Diese Traumata haben zur Folge, dass sich sogenannte „posttraumatische Belastungsstörungen“ (PTBS) entwickeln können, als Ausdruck eines Schutzes vor weiterer Verwundung.

Wir können unbewusst mit starken Abwehrmechanismen reagieren, z.B.

- Gefühle werden verdrängt/abgespalten
- körperliche Symptome wie Schmerz, Verspannung können auftreten
- es können mentale Blockaden/Glaubenssätze entstehen, die uns in unserer persönlichen Weiterentwicklung blockieren

Ein aktueller Trigger, d.h. ein dem Ursprungsereignis ähnelnder Reiz, kann die selbe Symptomatik erneut provozieren wie zum Zeitpunkt des Traumageschehens.

Weitere „posttraumatische Belastungsstörungen“ können sich durch

- Wut gegen sich selbst oder gegen andere zeigen
- Beschuldigungen gegen sich selber oder andere, wenn jemand aus Versehen in die eigene Wunde fasst
- sozialer Rückzug (Verbergen von Ängsten, Scham, Selbstverurteilung, Schuldgefühlen)
- Isolation als Schutzmaßnahme, Hilflosigkeit
- Negativität im Denken, Fühlen und Handeln
- quälende Rückerinnerungen (Flashback)
- Gedächtnislücken, eingeschränkte Bewegungsfähigkeit sowie Alpträume, Schlaflosigkeit, Halluzinationen
- Panikattacken

Ein Trauma nach Dr. Asha Clinton vollständig zu behandeln, bedeutet verschiedenste Ebenen zu bearbeiten, d.h. u. a.

1. Behandlung des Schocks, (d.h. Verarbeitung der unwillkürlich auftretenden Symptome im vegetativ-energetischen Bereich wie z.B. Zittern, Schweißausbrüche, Herzrasen) und dessen Stabilisierung
2. Behandlung der durch das Trauma ausgelösten Emotionen (Ängste, Panik, Scham, Horror, Hilflosigkeit etc.)
3. Behandlung der durch das Trauma bedingten Folgeerscheinungen wie z.B.
  - Verarbeitung der quälenden Rückerinnerungen
  - der Umgang mit der Vermeidungstendenz von Gedanken, Gefühlen, Orten, Menschen
  - Behandlung von eingeschränkter Emotionsempfindung, Bewegungseinschränkung
  - Behandlung der Übererregbarkeit
  - Behandlung der durch Trigger ausgelösten posttraumatischen Belastungssymptome
  - Wiederherstellung der Verbindung des Vertrauens zu sich selbst und der Selbstannahme, Ich-Stärkung
  - Die verletzten, abgespaltenen Anteile des Selbst behandeln und zurück integrieren
4. Ist das erinnerbare Ereignis das ursprünglichste oder gibt es noch ein früheres Trauma? (ähnliche Situationen ziehen wir unbewusst an, was ein Hinweis auf ein bereits früher stattgefundenes Erlebnis sein kann) – hier ggfs. Behandlung auch des Ursprungstraumas und die Auflösung der Verbindung des Ursprungs- und Gegenwartstraumas

Die Behandlungsmethode AIT wurde von der Psychoanalytikerin Dr. Asha Clinton entwickelt. Auf Basis verschiedenster psychotherapeutischer Ansätze ermöglicht diese Methode mit Hilfe der Kinesiologie und Chakrenarbeit (Energiezentren) die Behandlung der vielschichtigen Aspekte eines Traumas, so dass ein Heilungsprozess angeregt werden kann. **Weitere Informationen erhalten Sie unter 0421 / 4 91 99 81 und [www.naturheilpraxis-schwanenberg.de](http://www.naturheilpraxis-schwanenberg.de).**