

CO ZAPOMNIAŁ UMYSŁ, CIAŁO PAMIĘTA - O TRAUMIE, DZIECIŃSTWIE I DOROŚŁOŚCI

DR KAMILA OLGA
STĘPIEŃ REJSZEL

**URAZ
MA
WIELE
TWARZY**

EMOCJE SĄ
JAK
ZAKŁADKI
WSPOMNIEN

**! ABY ZAREAGOWAĆ
TRZEBA ZROZUMIEĆ**

TRAUMA ZJAWISKO
PSYCHOFIZJOLOGICZNE,
NAWET JEŚLI TRAUMATYCZNE
DOŚWIADCZENIE NIE JEST WIDOCZNE
POPRCZYZ USZKODZENIE CIAŁA

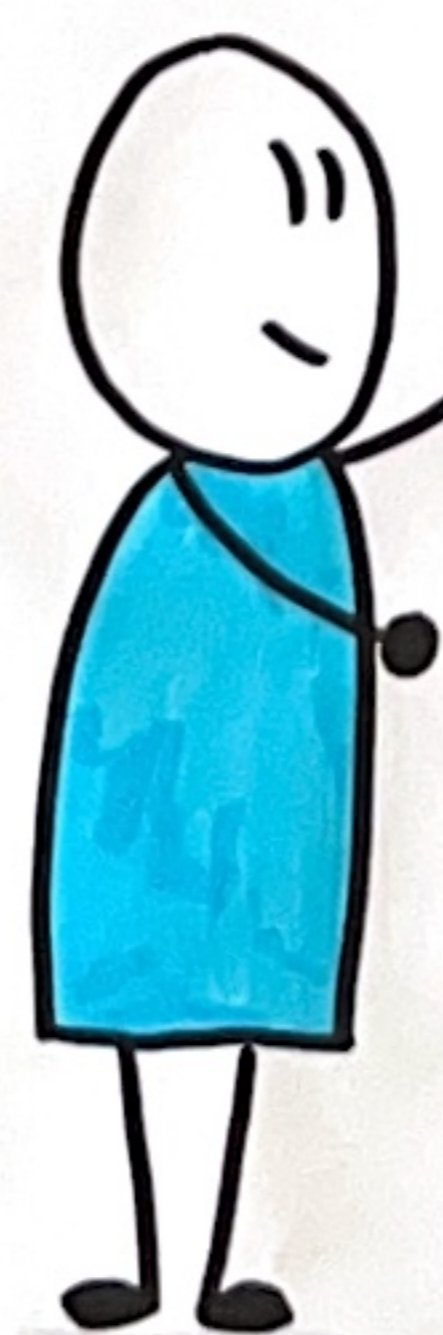
WIERNOŚĆ
WOLA
STANOWCZOŚĆ
MIŁOŚĆ
TROSKA
NADZIEJA
MĄDROŚĆ
KOMPETENCJA
**SILY
ŻYCIOWE**

PRACOWITOŚĆ - POCZUCIE NIŻSZOŚCI
ZAUFANIE - BRAK ZAUFANIA

INICJATYWA -
POCZUCIE WINY
INTYMNOŚĆ -
SAMOTNOŚĆ
KRYZYS
AUTONOMIA -
WSTYD I ZWĄPIEMIE
TOŻSAMOŚĆ - NIEPEWNOŚĆ RÓL
INTEGRACJA - ROZPACZ

3 GRUPY POZYTYWNYCH ZMIAN:

- ZMIANA W PERCEPCJI SIĘBIE
- W RELACJACH INTERPERSONALNYCH
- W FILOZOFII ŻYCIOWEJ



STAJEMY
SIĘ SOBĄ
DZIĘKI
INNYM

**RODZINA - DOROŚLI
POWINNI BYĆ
BEZPIECZNYM OBIEKTEM**