

Symposium „Schmerzen - welchen Umgang bietet Feldenkrais® damit?“

"Der Körper merkt sich alles"

Körpertherapie bei Traumafolgestörungen – ein komplexes Mischbild aus Beschwerden und chronischen Schmerzen

Traumatisierte Menschen berichten nach körperlicher, sexueller oder emotionaler Gewalterfahrung häufig über ein komplexes Mischbild unterschiedlicher Beschwerden. Auf körperlicher Ebene klagen Betroffene über multiple Schmerzen im gesamten Muskel-Skelett-System, Ekelgefühle, Berührungsaversion sowie über körperliche Gefühllosigkeit. In diesem Vortrag widmet sich Karin Paschinger der Frage, wie Sicherheit, Orientierung und ein lebendiges Spüren im eigenen Körper nach traumatischen Erfahrungen behutsam gestärkt werden können. Welche körperlichen und emotionalen Reaktionen können auftreten, wenn zuvor taube, überlastete oder abgespaltene Körperbereiche durch Bewegung, Berührung und bewusstes Wahrnehmen wieder in Kontakt kommen – und wie kann diesen achtsam begegnet werden? Anhand von Fallvignetten werden typische Körperbeschwerden, die Bodymap als Instrument zum Körpererleben sowie der therapeutische Verlauf dargestellt.

Zur Person:

Karin Paschinger

- Universitätsklinikum rechts der Isar-TU München
- Physiotherapeutin und Feldenkrais-Practitioner
- begleitet Betroffene nach Gewalterfahrungen mit komplexen Beschwerden,
- publiziert und referiert zu diesem Thema

Karin.Paschinger@mri.tum.de

