

**06. – 07. April 2024: Köln im Yoga1A**

**„Offenes loPT Trauma Heilungswochenende“  
mit Bernd Schneider (Lehrtherapeut loPT)**

**„Für mich geht es bei loPT darum, wieder in den Kontakt mit uns selber, mit unseren Gefühlen, mit unserem Körper und mit Menschen in die Beziehung gehen zu können und unser Leben selbstbestimmt mit Freude und Liebe leben zu können.“**

**Kannst Du Dich gut entspannen und gut mit Dir im Kontakt sein (auch mit dem Körper)?**

**Kannst Du leicht in Beziehung mit Menschen sein und kannst Du Deine Bedürfnisse mitteilen?**

**Kannst Du im Beruf für Dich sorgen und Deine Grenzen setzen?**

**Kannst Du in einer Partnerschaft Dich fühlen, dein**

**[www.trauma-loesen.de](http://www.trauma-loesen.de) und [www.silverbear.de](http://www.silverbear.de)  
[kontakt@trauma-loesen.de](mailto:kontakt@trauma-loesen.de)**

**Institut für Traum Therapie Ausbildung, Forschung und Therapie in München  
Bernd Schneider +491636677720**

## Herz und Deine Bedürfnisse mitteilen?

***Bist Du hier in dem Moment? Hast Du eine Vision von Deinem Leben?***

***Was bedeutet Trauma:***

***Trauma bedeutet, das wir als Kinder eine oder mehrere Situationen emotional nicht verarbeiten könnten und uns gespalten haben. Dies bedeutet, dass wir heute keinen guten Kontakt zu uns selber mehr haben und Beziehungen oft schwierig für uns sind.***

***Es bedeutet nicht, dass wir uns daran erinnern können oder sollten – oft passieren diese Ereignisse sehr früh (Vorgeburtlich oder in den ersten 3 Lebensjahren).***

***Wir geben für unser „Überleben“ unsere eigene Identität und unseren Willen auf. Das Leben fühlt sich wie im Überlebens-Modus an. Ein mächtiger Kritiker begleitet uns dauernd.***

Die integrative Traumaheilung – IoPT - beruht auf den wesentlichen und **aktuellsten Erkenntnissen der Traumalogie**. Im wesentlichen orientiert es sich an der **IoPT (von Prof. Franz Ruppert)** als auch an der **NARM körperorientierten Entwicklungstherapie** von Laurence Heller. Sie dient

der traumasensiblen Lösung von **Beziehungstrauma** und **Entwicklungstrauma** sowie der körperlichen **Folgeerscheinungen von Trauma**. Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit dort sein Anliegen einzubringen, dieses Anliegen wird von **selbstgewählten** Resonanzgebern oder Geberinnen erfahren und repräsentiert.

Die **Trauma Selbstbegegnungen** ermöglichen es **zielsicher und liebevoll** die meist **darunterliegenden Ursprünge** aufzuspüren und die **Kerndynamik der Abspaltung** zu integrieren. Wie auf **wundersame Weise** erarbeitet sich jeder Einzelne **seine eigene Integration, in sich mit sich**, mit seinen **gesunden Anteilen** als auch mit seinen „noch“ abgespaltenen Anteilen und begegnet seinen daraus resultierenden **Überlebensstrategien**. Ab einem bestimmten Punkt der Arbeit erfahren wir **ein sicheres integratives Team in uns selbst** und erarbeiten uns **selbst** die **Möglichkeiten, die wir nicht hatten als wir sie dringend gebraucht hätten**. Alle Arbeiten geschehen im individuellen **eigenen Tempo**, in einem **sicheren Raum, mit dir, in dir** und einem **gesunden psychosozialen menschlichen Miteinander**.

**Die Auswirkungen von Trauma:**

**„Es ist ein wunderbarer Überlebensschutz – wir können dann unseren Körper nicht mehr spüren (da der Schmerz zu groß war) - und versuchen das Leben im Kopf zu fühlen“**

**„Wir verlieren den Zugang zu unserem „Ich“ und zu unserem eigenen Willen“ – wir geben uns auf – für das Überleben! Daraus entstehen tiefe und ungesunde Opfer-Täter-Dynamiken.“**

**Wir können uns nicht wirklich entspannen oder kommen nicht in unsere Kraft – Selbstregulation ist sehr schwierig für uns? Wir arbeiten nur oder sind kraftlos.**

**Wir brauchen und verbrauchen dann viel Energie, um diese abgespaltenen Gefühle (ich bin nicht erwünscht, ich habe keinen emotionalen Kontakt zu meinen Eltern, Gewalt, Vernachlässigung und mehr) nicht zu spüren! Und dazu Idealisieren wir noch die gesamte Situation und unsere Eltern, um die Realität nicht zu spüren.**

### **Auswirkungen von Trauma:**

- Aufgabe der eigenen Persönlichkeit (Ich, Mich und der eigene Wille) als Überlebensstrategie
- Überanpassung und Aufgabe der eigenen Bedürfnisse
- Oft werden die Gefühle der Mutter oder von den Vorgenerationen übernommen und als eigene Gefühle gelebt
- Trauma bedeutet immer Kontakt und Beziehungsabbruch – Beziehungen gelingen nicht (vor-, geburtliches, oder nachgeburtliches Trauma)
- Das autonome Nervensystem ist entweder im Schock oder im Kollaps – dann ist Entspannung oder Anspannung ganz schwierig

***Dieses Wochenende ist ein heilsamer Aufbruch in Deine Lebensfreude und Deine Bedürfnisse!***

*Wir sehen uns am Samstag von 9.30 bis ca. 18.00 Uhr und Sonntag von 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr  
In den Pausen gibt es Tee, Obst und Gebäck.  
Die Teilnehmergebühr beträgt Euro 250 Euro für eine eigene Selbstbegegnung und 100 Euro für Stellvertreter.*

***Veranstaltungsort:***

***<https://yoga-1a.de/>***

Die Ausbildung findet in Köln, im <https://yoga-1a.de/> In der

***Rothehausstraße 1a, 50823 Köln – Ehrenfeld statt.***

*(U-Bahn um die Ecke und Parkplatz im Neptunbad – günstig)*

***Um Anmeldung wird gebeten unter [silverbear@silverbear.de](mailto:silverbear@silverbear.de)***

***Ich freue mich über Eurer kommen, lichtvolle Zeit Bernd Schneider***

**SilverBear**, Bernd Schneider, wurde schon in seiner Kindheit in Brasilien in die spirituelle Welt der Spirit's eingeführt, wo er geboren und aufgewachsen ist. Er ist in Psychologie, Hakomi, systemischer Familien- und Trauma-Therapie, als Medium und Schamane ausgebildet worden.

Als Heiler arbeitet er mit der schamanischen Trommel und während der Heilung sind oft die Ahnen energetisch im Raum. "Ich mache diese Arbeit aus tiefer Dankbarkeit mit langjähriger Erfahrung und großer Freude. Es ist mein Herzenswunsch, Menschen auf Ihrem Weg zu begleiten."

Silverbear begleitet seit 1993 Menschen auf Ihrem Weg, Ihre eigenen heilenden Kräfte zu finden.

Er hat seit 2008 mehr als 450 Menschen als Medium und Heiler erfolgreich ausgebildet.

Er eine Praxis in Köln und München. Dieses Jahr findet in Köln und München wieder die nächste Trauma Therapeutinnen (en) Ausbildung IoPT statt. Sowie eine Heilerausbildung im schamanischen Heilen. Herzlich Willkommen!

[www.silverbear.de](http://www.silverbear.de) und [www.trauma-loesen.de](http://www.trauma-loesen.de)