

TRAUMA

Trigger

= alter Film „springt an“
↳ $\hat{=}$ Gefühl des Traumas

↳ = **Symptom** im Heute

Im Körper „aufsuchen“ - wahrnehmen lassen
- Ich sehe dich...
- Ich höre dich...
- Ich spüre dich...

Projektor

- finden lassen
- ist gerade angesprochen
- evtl. im Archiv des Lebens
- Hinweis:

Der Film muß nicht angesehen werden!

Stoppen!

Film

$\hat{=}$ Standbild im Kinosaal erleben

Filmrolle

- **jüngeres ICH**
- aus Film herausholen!

↳ **gemeinsam** mit Spiegelbild

- Film aus Projektor nehmen
- gut wespachen (Regal, Tresor...)

jüngeres ICH

- Trost
- Infos: „Es war schlimm... es ist vorbei!“
- in das Heute integrieren
- guten Platz geben + Helfer figur