

# TRAUMA PSICOLÓGICO

## Objetivo



Acompañar el procesamiento del trauma psicológico, favoreciendo la regulación emocional, la integración de la experiencia vivida y el fortalecimiento de recursos internos que permitan recuperar la sensación de seguridad y estabilidad.



## ¿Qué es el trauma psicológico?

Es una respuesta del sistema nervioso ante experiencias abrumadoras o impactantes que desbordan la capacidad de afrontamiento de la persona. Puede manifestarse a través de emociones intensas, pensamientos recurrentes, sensaciones corporales.

## Dirigido personas que presenten:

- Trauma emocional derivado de experiencias significativas o repetitivas
- Trauma asociado a pérdidas, duelos o separaciones importantes
- Trauma por accidentes, procedimientos médicos o intervenciones quirúrgicas
- Trauma vinculado a experiencias de violencia, abuso o situaciones de amenaza



- Recuerdos intrusivos o sensación de revivir lo ocurrido
- Emociones no resueltas asociadas al duelo o experiencias traumáticas

## **Con Hipnosis Clínica este proceso permite:**

- Favorecer la regulación del sistema nervioso y la sensación de calma
- Reducir la activación traumática y las respuestas automáticas de defensa
- Facilitar el procesamiento gradual y seguro de recuerdos traumáticos
- Disminuir síntomas físicos y emocionales asociados al trauma
- Fortalecer la sensación de seguridad interna, control y estabilidad
- Desarrollar recursos internos para el afrontamiento cotidiano
- Reconstrucción de vínculos tras el duelo

## **Lo que recibirás en tu proceso terapéutico:**

- Sesiones individuales presenciales o virtuales
- Duración de cada sesión: 1 hora y 15 minutos (75 minutos)
- Intervención personalizada según la historia, necesidades y objetivos
- Acceso a audios de autohipnosis para reforzar el proceso entre sesiones

***Sanar el trauma es un proceso de reconexión contigo mismo, donde recuperas la sensación de seguridad, calma y confianza.***

## Mayor información



+57 310 5691040



institutocolombianodehipnosis@gmail.com



<https://institutocolombianodehipnosis.com/>

## Síguenos en redes



@hipnosisclinicacol



Instituto Colombiano Hipnosis Clínica y Psicología