



## Il Corpo Accusa il Colpo

Mente, corpo e cervello  
nell'elaborazione delle memorie  
traumatiche

[Bessel Van Der Kolk](#)

Un libro che cerca di scavare a fondo e cercare di capire, prevenire e trattare la sofferenza causata da un trauma psichico.

**Van der Kolk** amplia radicalmente lo spettro delle cause e delle conseguenze del trauma, dando speranza e fornendo spiegazioni chiare a chiunque ne sia colpito.

Sulla base di trent'anni di esperienza e pratica clinica, evidenzia che il terrore e l'isolamento, aspetti centrali del trauma, rimodellano radicalmente sia il corpo sia il cervello.

Le nuove conoscenze sull'istinto di sopravvivenza spiegano perché le persone traumatizzate sperimentano un'ansia e una rabbia intollerabili, e permettono di capire l'impatto del trauma sulla capacità di sentirsi "a casa" nel proprio corpo.

Integrando i recenti progressi delle neuroscienze e della ricerca sull'attaccamento, l'autore indica nuovi percorsi di ricerca, che consentono di ricablare il funzionamento cerebrale, facendo sì che adulti e bambini possano recuperare la padronanza del proprio corpo e della propria vita.

<http://www.craniosacrale.it/blog/il-trauma-e-il-corpo/>