



Weiterbildung in Trauma-Arbeit

Vom Unbewussten ins Bewusstsein gehoben, vom Schatten ins Licht transformiert

Dieser zweiteilige Seminarzyklus soll das Verständnis für traumatisierte Menschen deutlich machen. Zuerst müssen wir erst erkennen, dass ein Mensch traumatisiert ist. Wie äussert sich das, woran kann ich eine eventuelle Traumatisierung feststellen, wie gehe ich damit um? Diese Fragen sollen uns vor allem im ersten Seminarteil beschäftigen.

Es ist unerlässlich sich mit Theorie über Nervensystem, limbisches System und Ereignissen im Körper vertraut zu machen. Wie funktioniert das Gehirn, was ist Neuroplastizität, was geschieht im Gehirn und im Körper bei einer Traumatisierung, was ist der Unterschied zwischen einer Belastungsstörung und einer Posttraumatischen Belastungsstörung, wie kann der Betroffene lernen mit seiner Angst, mit seinen Flashbacks etc. umgehen... und vieles mehr.

Das Vorgehen mit traumatisierten Menschen erfordert Behutsamkeit und das Wissen um konstruktive und sinnvolle Möglichkeiten, welche den Klienten unterstützen – und nicht noch mehr traumatisieren.

Der Fokus der Weiterbildung liegt einerseits im theoretischen Wissen, andererseits aber auch mit vielen praktischen Übungen, vor allem stabilisierender Art.

Sehr oft begegnen wir in unserer Arbeit traumatisierten Menschen. Um Trauma zu verstehen, müssen wir verstehen, was dabei im Körper und im Gehirn geschieht. Dabei spielt das limbische System eine enorm wichtige Rolle. Für die therapeutische Arbeit ist es unerlässlich, ein fundiertes Wissen über Abläufe des Nervensystems, des limbischen Systems und dem Geschehen im Körper während und nach einem traumatischen Ereignis zu haben. Ein besonderes Augenmerk bekommt in diesem Seminar die Technik mit dem (verletzten, angepassten oder vernachlässigten) inneren Kind. Neben Theorie arbeiten wir mit Imaginations-techniken, Ressourcenarbeit und stabilisierenden Massnahmen, „Notfallkoffer“ etc. Ein kleiner Abstecher in die Welt der Transaktionsanalyse ergänzt diesen Seminarteil.

Themen wie Umgang mit Schuldgefühlen, Distanz zum Trauma, Scham und Wut werden uns beschäftigen – praktisch werden Distanzierungstechniken und körperorientierte Interventionen geübt. Unterstützende Massnahmen und Möglichkeiten, mit denen der Klient sich, respektive seine Reaktionen besser verstehen kann, werden erklärt und geübt. Es gibt eine Vielzahl von Techniken und Übungen, nicht immer ist jede Methode gerade das Mittel der Wahl. Je mehr Möglichkeiten sie zur Verfügung haben, umso besser und sicherer können Sie ihren Klienten unterstützen.

Eine traumatische Geschichte anzunehmen ist alles andere als einfach und leicht. In diesem letzten Kursteil werden Themen wie Integration in die eigenen Lebensgeschichte und Trauerarbeit ein weiteres Lernziel sein. Verzweiflung und alle zum Trauerprozess gehörenden Gefühle bekommen Raum, die schwierigen Gefühle werden zuerst mit Distanz betrachtet. Der Klient lernt, Trauer und schmerzhaftes Gefühle zu ertragen, ohne dass er dekompensieren muss. Er kann mit der Zeit seine schmerzhaften Erlebnisse als Teil seiner Lebensgeschichte integrieren. Nach dieser Phase besteht die Möglichkeit der Hoffnung, Zuversicht, vielleicht sogar der Freude – und der neuen Perspektiven.

Mit traumatisierten Menschen zu arbeiten, erfordert Kraft, die Fähigkeit des sich Abgrenzen Könnens und Kreativität, mit einem Hintergrundwissen, welches professionelle Begleitung ermöglicht. Es ist eine Arbeit voller Demut und Hingabe, von Seiten des Klienten wie vom Therapeuten.

Wiederum wird der Kurs durch viele praktische Übungen ergänzt. Übungen, welche nicht nur für traumatisierte Menschen wertvoll sind...

**Was hinter uns liegt
und was vor uns liegt
ist nichts im Vergleich zu dem,
was in uns liegt.**

Themen im Überblick

- **Neurobiologie**
- **Funktion des Gehirns**
- **Funktionsweise Nervensystem**
- **Was ist Stress, was geschieht beim Stressgeschehen**
- Abstecher in die Transaktionsanalyse
- Was ist Trauma
- Was geschieht bei einer Traumatisierung
- Krisen
- Krisenintervention
- Stabilisierungstechniken
- Ressourcenarbeit
- Arbeit mit innerem Kind
- Distanzierungs- und Dissoziationstechniken
- Umgang mit Affekten
- Umgang mit Flashbacks
- Umgang mit Schuldgefühlen und Scham
- Traumakonfrontation
- Sinnfragen
- Trauer- und Integrationsarbeit
- Liveline
- Diverse ergänzende Techniken

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt, da ich nur in Kleingruppen von maximal 8 TeilnehmerInnen arbeite. Dies ermöglicht optimale Lernvoraussetzungen, im geschützten Rahmen einer kleinen Gruppe. Sie erhalten eine sehr ausführliche Kursdokumentation und ergänzende Literatur. Nebst der ausführlichen Theorie bilden die praktischen Übungssequenzen einen wichtigen Unterrichtsbestandteil. Dadurch können sie sich nach Abschluss dieses Seminars in der Arbeit mit traumatisierten Menschen sicher fühlen.

Trauma Teil 1 und 2 bilden eine Einheit und können deswegen nur als Gesamtheit gebucht werden.
Die aktuellen Daten entnehmen Sie bitte dem Web.

- Kosten: 1520.—Fr.
Ratenzahlung nach Absprache mit mir.
- Voraussetzung: Therapeutische Tätigkeit und / oder therapeutische Ausbildung.
- Inbegriffen: Annullationskostenversicherung, ausführliche Kursunterlagen, Literatur, Kaffee/Tee, Sweetis und Obst.
- Anmelden: Siehe Anmeldeformular auf meiner Website – oder kontaktieren Sie mich, gern gebe ich bei allfälligen Fragen Auskunft.