

Trauma **Hilfe** Zentrum München e. V. (THZM):

## Stabilisierungsgruppe **GRUPPE FÜR ANGEHÖRIGE TRAUMATISierter MENSCHEN**

- Leitung** **Dr. Ursula Heinsohn**, Fachärztin für psychotherapeutische Medizin, Traumatherapeutin DeGPT, EMDR-Therapeutin
- Termin** **Infostunde: 21.04.2020**  
**Gruppe: ab 28.04.2020**  
**4 x dienstags**  
**jeweils von 17.30 bis 19.00 Uhr**
- Inhalt** Mit dieser Gruppe wende ich mich an Angehörige traumatisierter Menschen. Als Angehörige\*r steht man oft hilflos den Stimmungsschwankungen und auch der emotionalen Dünnhäutigkeit des\* / der\* Partner\*in gegenüber, der\* / die\* unter einer Traumafolgestörung leidet. Auch die plötzliche Reaktionslosigkeit des\* / der\* Partner\*in kann sehr irritieren. Es soll darüber informiert werden, was man unter Trauma versteht, was Dissoziation ist und wodurch sie ausgelöst werden kann. Welche Traumata es gibt – ob Naturkatastrophen, schwere Operationen, ein Unfall oder ähnliches mehr. Nach traumatischen Ereignissen ist nichts mehr so, wie es vorher war. Fragen für den Umgang mit den Personen aber auch das Verständnis für die eigene Hilflosigkeit sollen deutlich gemacht werden.