

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

Seminar

FORTBILDUNG FÜR MITARBEITER*INNEN DES NETZWERKES „GEWALTLOSWERDEN BAYERN“

Inhalte

Die Notwendigkeit, sich mit den Folgen von Trauma auseinander zu setzen, ist in den letzten Jahren Betroffenen wie auch Leiter*innen verschiedenster Angebote bewusst geworden. Traumatisierte Menschen brauchen eine, auf ihre Bedürfnisse abgestimmte Form der Begleitung, bei der neben einem soliden Grundwissen die innere Haltung eine bedeutende Rolle spielt. Dieses Seminar richtet sich speziell an die Mitarbeiter*innen und / oder Honorarkräfte des Netzwerkes „gewaltLOSwerden Bayern“.

In dieser Fortbildung erhalten Sie ein Basiswissen über einfache und komplexe Traumata, Symptomatik, Ursachen sowie über den Umgang mit Betroffenen. Die spezielle traumasensible Beratungsgestaltung spielt ebenso eine große Rolle wie Handwerkszeug zur Stabilisierung und Selbstfürsorge

Des Weiteren wird eine traumasensible Haltung in der Beziehung vermittelt, bei der Sicherheit und Klarheit eine zentrale Rolle spielen. Indem Sie in der Lage sind, Ihre Beratung sicher und klar und gleichzeitig offen und einfühlsam zu führen, unterstützen Sie Betroffene dabei, ihr Selbstbewusstsein zu verbessern. Dies stellt eine Grundvoraussetzung dar, um sich zu regulieren und zu beruhigen. Ihre Art der Beziehung ermöglicht den Ratsuchenden, ihr Selbstwirksamkeitserleben zu verbessern, so dass sie sich zunehmend selbstbewusster und stärker fühlen. Ihr psychotraumatologisches Wissen lässt Sie sowohl Stressdynamiken wie auch die Complianceverhalten Betroffener wie Unpünktlichkeit, Wegbleiben aber auch Überangepasstheit besser einordnen.

Die Arbeit mit traumatisierten Menschen setzt ein Grundwissen über Trauma, Traumafolgestörungen und Symptome voraus. Am ersten Tag beschäftigt sich der Kurs mit Wissen über einfache und komplexe Traumata, die Symptomatik der posttraumatischen Belastungsstörung und der weiterreichenden Symptomatik von komplexen Traumafolgestörungen. Inhalt wird auch die Sichtweise der neuen Polyvagalthorie und Ihrer Umsetzung in der Praxis sein. Durch dieses Wissen verstehen Sie die Zusammenhänge zwischen Trauma und Symptomatik und können diese den Betroffenen erläutern (Psychoedukation). Dies gibt Ihnen ein umfangreiches Wissen, das Sie für die Arbeit mit Betroffenen sensibilisiert. Sie lernen am zweiten Tag zudem Stabilisierungstechniken, mit deren Hilfe Sie Betroffene dabei unterstützen können, ihre Affekte zu regulieren und sich wieder zu beruhigen, wenn während des Beratungssettings Traumaerinnerungen wachgerufen worden sind. Außerdem ist das Feld der Selbstfürsorge gerade in diesem Kontext sehr wichtig.

Das Trauma Hilfe Zentrum München e. V. (THZM)

Bitte beachten Sie: Die Fortbildung kann nur von Mitarbeiter*innen und / oder Honorarkräften des Netzwerkes „gewaltLOSwerden Bayern“ besucht werden.

Sollten mehr Anmeldungen als Plätze eingehen, behalten wir uns eine Auswahl der Teilnehmer*innen vor.

Block I mit Tag 1 und 2 richtet sich an Teilnehmer*innen, die noch kein oder wenig Wissen über Trauma und Traumafolgen haben.

Block II mit Tag 3 und 4 richtet sich an Teilnehmer*innen, die bereits über Grundlagenwissen verfügen.

Tag 1 | Grundlagen:

Trauma und Traumafolgestörungen
unter Leitung von Michael Diemer

Definition einfache und komplexe Traumata

- Ereignisse, die zu einer Traumafolgestörung führen können, Traumasystematik
- Arten von Traumafolgestörungen
- Neurobiologische Hintergründe einer Traumatisierung (Polyvagaltheorie, Window of Tolerance) - Psychoedukation
- Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung
- Dissoziation (Abspaltung), Flashback (ungewollte Erinnerungen), Trigger

Tag 2 | Grundlagen:

Stabilisierungstechniken und Selbstfürsorge
unter Leitung von Maria Heller

- Beziehungsarbeit: Haltung gegenüber traumatisierten Menschen
- Ressourcenarbeit: Den Glauben an sich selbst wieder aufbauen
- Umgang mit Dissoziationen: Ins Hier und Jetzt kommen
- Distanzierung als Schutz vor Intrusionen
- Reduzierung der Übererregung durch Selbstberuhigung
- Psychohygiene und Selbstfürsorge

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

Tag 3 | Vertiefung:

Sensomotorik, Bindung, Regulation und Koregulation
unter Leitung von Michael Diemer

- Der Körper trägt die Geschichte – über Trigger und Glimmer in unserer Biographie
- Bindungstraumatisierungen verstehen
- Bindung und Abgrenzung
- Regulation und Koregulation
- Übungen zur Selbstregulation

Tag 4 | Vertiefung:

Traumasensible psychosoziale Beratung
unter Leitung von Erwin Gäb

- Bedeutung der Persönlichkeit der Beratenden
- „Alltag“ als Beratungskategorie
- Umgang mit Ressourcen und Stress
- Selbstwahrnehmung und Selbsterkenntnis im Beratungsprozess
- Förderung der Selbstwirksamkeit
- Einsatz von Stabilisierungsübungen u.a. im Beratungsverlauf
- Praktische Übungen und Fallbesprechungen

Block I

Tag 1: 18.02.2021

Tag 2: 19.02.2021

Block II

Tag 3: 24.03.2021

Tag 4: 25.03.2021

jeweils von 9.30 bis 17.00 Uhr

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

Ort THZM Seminarzentrum
Horemansstraße 8 (Rgb), 80636 München (U-Bahn Rotkreuzplatz)

Referent*innen **Michael Diemer**
staatlich geprüfter Physiotherapeut
Qigong-Lehrer
zertifizierter SKT-Therapeut
Traumafachberater (DeGPT)

Erwin Gäb
Diplom-Pädagoge (Univ.)
Diplom-Sozialpädagoge (FH)
Supervisor / Coach DGSv
Traumafachberater/-pädagog (DeGPT)
Sozialtherapeut

Maria Heller
Dipl. Kunsttherapeutin (FH)
Traumafachberaterin (DeGPT)
Psychotherapie (HPG)

Die Referent*innen verfügen über langjährige Erfahrungen in der Arbeit mit traumatisierten Menschen und sind Honorarkräfte des Projekts TRAUMAMANN innerhalb des Netzwerkes „gewaltLOSwerden Bayern“. Mit TRAUMAMANN wenden wir uns an Männer, die aufgrund häuslicher und / oder sexualisierter Gewalterfahrungen unter Traumafolgen leiden. Entsprechend ihrem individuellen Unterstützungsbedarf können sie psychosoziale und / oder psychologische Beratung in Anspruch nehmen. Ein begleitendes Stabilisierungsangebot unterstützt beim Erlernen neuer Möglichkeiten des Umgangs mit belastenden Erinnerungen, Bildern und Symptomen.

Gebühr Kostenfreie Fortbildung

Hinweis Bitte bringen Sie sich selbst eine Verpflegung für die Seminartage mit.

Anmeldung <https://www.thzm.de/seminare/> bzw. <https://www.thzm.de/seminarreihen/>