

Mit freundlicher Unterstützung

mail info@thzm.de
web www.thzm.de

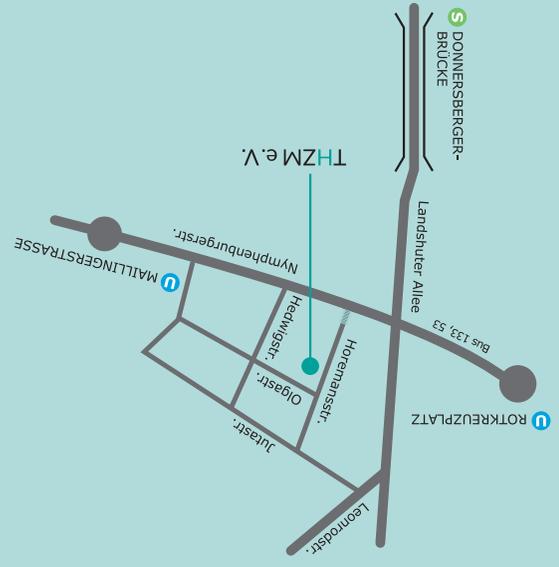
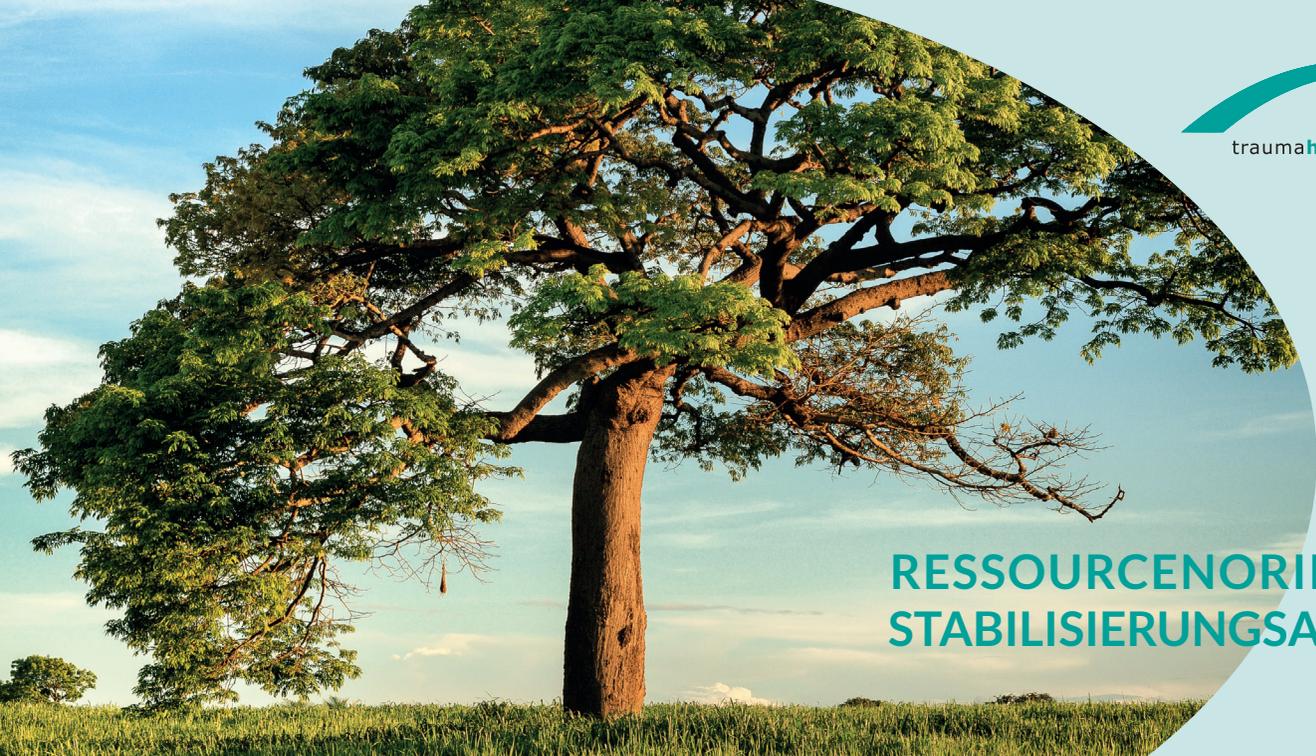
tel 0 89 41 32 79 50
fax 0 89 12 02 79 01

80636 München
Horemanstraße 8 Rgb.
Trauma Hilfe Zentrum München e.V.

KONTAKT UND ANMELDUNG



RESSOURCENORIENTIERTE STABILISIERUNGSANGEBOTE





UNSERE STABILISIERUNGSGRUPPEN

Unsere Stabilisierungsgruppen sind ein Angebot für Menschen mit Traumafolgestörungen zum Erlernen neuer Möglichkeiten im Umgang mit belastenden Erinnerungen, Bildern und Symptomen.

Sie umfassen in der Regel 8 Termine und werden von erfahrenen, traumaspezifisch weitergebildeten Gruppenleiter*innen durchgeführt. Voraussetzung für die Gruppenteilnahme ist die Teilnahme an der Infostunde oder an einem Vorgespräch.

In den Gruppen werden Informationen zu den traumabedingten Belastungen sowie verschiedene Techniken zur Ressourcenförderung und Selbstregulierung vermittelt. Wir sprechen in den Gruppen nicht über das/die traumatische(n) Ereignis(se) und arbeiten nicht traumakonfrontativ.

Eine Stabilisierungsgruppe ersetzt keine Traumatherapie, kann aber vorgeschaltet oder parallel dazu förderlich sein.

Bitte schauen Sie regelmäßig auf unsere Homepage oder besuchen Sie uns auf Instagram und Facebook. Dort finden Sie auch unsere Vorträge zu folgenden Themen: Traumafolgen, Bindungstraumatisierung, Dissoziation, Trauma und Körper sowie Trauma und Sexualität. Diese bieten wir für Betroffene, Fachleute und Interessierte an. Darüber hinaus greifen wir in unseren Vorträgen auch gesellschaftlich relevante Themen auf.

Informationen zu allen unseren Stabilisierungsangeboten sowie die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie hier:
www.thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen