

Traumatherapie Basiskurs (Online)

Fachbereich: Psychiatrie, Fachübergreifend/Ganzheitlich

Termin:	23.01. – 24.01.2026
Kurs-Nr.:	26.TB.01
Referentin:	Joana Post, M.Sc.Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, NLP Trainerin, DVNLP, profilax®-Trainerin, Dozentin
Zielgruppe:	alle an Systemischer Therapie Interessierten, die im pädagogischen oder therapeutischen Kontext mit Menschen arbeiten
Unterrichtseinheiten:	13
Fortbildungspunkte:	13
Kursgebühr:	320,00 €
kostenl. Serviceleistungen:	Skript
Kurszeiten:	1. Tag von 10.00 – 16.00 Uhr / 2. Tag von 09.00 – 15.00 Uhr



Seminarbeschreibung:

Traumasympptome entstehen nicht durch das traumatische Erlebnis selbst, sondern durch erstarrte Energie, die nach dem Abklingen des traumatischen Erlebnisses nicht aufgelöst worden ist. Solche Energierückstände bleiben im Nervensystem gebunden und können sich verheerend auf Körper, Geist und Psyche, sowie die Beziehungen zu anderen Menschen auswirken. Die langfristigen, beängstigenden und oft bizarren Symptome der posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) entwickeln sich, wenn die Immobilität oder das Erstarren nicht zu einem natürlichen Abschluss gebracht werden können. Somit fehlt die (Er-)Lösung des Traumas.

Wir können dieses emotionale „Auftauen“ unterstützen, indem wir unser angeborenes Bestreben, zu einem Zustand dynamischen Gleichgewichts zurückzukehren, durch bewusste Aktivität, Methoden und Ressourcen fördern. Zum Glück lassen sich die ungeheuren Energien, durch welche die Traumasymptome entstehen, zur Transformierung des Traumas nutzen.

Folgende Fragen werden in diesem Seminar geklärt:

- Was ist ein Trauma und wie wird es ausgelöst?
- Welche Folgen können aus einem Trauma entstehen? Für den Klienten und für seine Umwelt?
- Was geschieht bei der Traumaauflösung/-heilung im Körper?
- Was sind Traumareaktionen und wie gehe ich mit ihnen um?

In diesem Seminar erfahren Sie theoretische Hintergründe über das Traumaentstehen, lernen den achtsamen Umgang mit traumatisierten Personen mit verschiedenen Methoden. Vor allem möchte ich in diesem Seminar auch Ängste und negative Glaubenssätze nehmen, sondern Freude sowie Leichtigkeit im Umgang mit Traumatisierten vermitteln.

Ein aufgelöstes, geheiltes Trauma ist ein großes Geschenk, das die Betroffenen zu Harmonie, Liebe und Mitgefühl zurückführt.

Ich freue mich auf das Wochenende mit Ihnen! 😊



Seminarschwerpunkte:

- Theoretische Hintergründe von Traumata, Phasen der Traumatherapie
- Therapieansätze im Umgang mit traumatisierten Klient:innen aus verschiedenen Therapierichtungen (Neuro Linguistisches Programmieren (NLP), systemische Therapie, Verhaltenstherapie, imaginative Arbeit)
- Ganzheitliches Auflösen des Traumas und dessen Begleitsymptome wie Ängste, Dissoziation und Depression
- Selbstfürsorge, therapeutische Grundhaltung, Dynamiken in Helfer:innensystemen
- Fallbeispiele
- Informationen über Weiterbildungsmöglichkeiten

Hinweis: Dieses Seminar ist geeignet für Menschen, die Interesse an Selbsterfahrung haben.

Hinweise für das Onlineseminar:

Die Voraussetzung für die Teilnahme zum Webinar ist eine stabile Internetverbindung, am besten via Kabelverbindung, sowie ein PC oder Laptop als Endgerät, damit die Präsentation in ausreichender Größe sichtbar ist. Bitte melden Sie sich mit einer E-Mail Adresse an, mit der Sie zuverlässig erreichbar sind während des Onlineseminars.

Das Webinar findet über die Online-Videoplattform "Zoom" statt. Sie bekommen vor dem Start des Seminars einen Link, um dem Webinar beizutreten. Bitte melden Sie sich schon vorher auf Zoom an (die App muss nicht heruntergeladen werden) und probieren Sie das Programm aus, damit beim Webinar ein reibungsloser Ablauf gewährleistet ist.

Sie bekommen im Vorhinein auch die Powerpointpräsentation und das Skript per Mail zugeschickt. Diese können Sie sich dann bei Bedarf ausdrucken und während des Seminars mitschreiben.

**In Zusammenarbeit mit der
Praxis für Systemische Psychotherapie
Joana Post M.Sc.**
info@joanapost.com | www.joanapost.com

joanapost