

TraumaArbeit für Trauernde

Ausbildung in Körperorientierter TraumaArbeit in sechs Blöcken

Traumatische Erfahrungen gehören zum menschlichen Dasein, sie sind ein Teil unserer Lebensbedingungen. Immer dann, wenn wir uns durch ein Ereignis überwältigt und hilflos fühlen und uns Möglichkeiten der Bewältigung fehlen, kann ein solches Erlebnis uns traumatisieren.

Manchmal fehlen uns die Ressourcen, um solche Traumata allein zu bewältigen, dann entwickeln sich verschiedene Symptome, die scheinbar nichts mit dem traumatischen Ereignis zu tun haben. Die Erinnerungen an die Überwältigung bleiben dabei wie eingefroren in unserem Gedächtnis erhalten.

Auch Verlusterlebnisse können uns auf verschiedene Weise überwältigen und traumatische Bilder hinterlassen – z.B. wenn eine Todesnachricht unvorbereitet in den Alltag einbricht oder jemand mit erschreckenden Bildern eines Todes konfrontiert wird. Das Einfrieren dieser Bilder und Gefühle blockiert den gesamten weiteren Trauerprozess. Da traumatische Reaktionen weder vom Willen noch von Einsicht oder dem Durchleben von Gefühlen beeinflusst werden können, sind wir mit den üblichen Methoden der Trauerbegleitung oder Psychotherapie nicht in der Lage, diesen Trauernden zu helfen.

Die Fortbildung „TraumaArbeit für Trauernde“ führt nun die Grundlagen der TraumaArbeit mit denen der Trauerbegleitung zusammen. Sie vermittelt das Handwerkszeug, um mit traumatisierten Trauernden zu arbeiten.

Durch die Arbeit werden die kognitiven und körperlichen Ressourcen der KlientInnen gestärkt, damit sie neue Handlungsmöglichkeiten für ihre Lebensgestaltung gewinnen. Schließlich werden in der Trauma-Exposition die Selbstheilungskräfte des Körpers unterstützt, um die im Körper gehaltene erstarrte traumatische Energie zu „schmelzen“ und die damit verbundenen überwältigenden Gefühle zu verlieren.

Negative Überzeugungen, die mit dem traumatischen Ereignis entstanden sind, können abgebaut werden, eine Integration des Erlebten in die eigene Biographie wird möglich. Damit werden die Gefühle und Erinnerungen frei für den normalen Trauerprozess: Erinnerungen an die Verstorbenen konzentrieren sich nicht länger auf belastende Bilder; Gefühle und Gedanken lösen sich von quälenden Vorwürfen, Selbstentwertungen und Ohnmachtsgefühlen. An ihre Stelle tritt eine differenzierte Auseinandersetzung mit dem Verstorbenen als ganzer Mensch, in der langfristig eine weiche Form von Traurigkeit überwiegt.

Inhalte:

- Theoretische Einführung in die Neurobiologie von Trauma
- Die Bedeutung der Kampf-Flucht-Erstarrungsreflexe
- Differenzierung zwischen Entwicklungs- und Schocktrauma
- das soziale Nervensystem (nach Stephen Porges)
- Die Bedeutung der Selbstregulation
- Die Erarbeitung von Ressourcen

- Differenzierung zwischen erschwerter, traumatischer und komplizierter Trauer
- Auswirkungen von Schocktraumata auf Trauerprozesse
- Auswirkungen von Entwicklungstraumata auf Trauerprozesse
- Die Einbettung der TraumaArbeit in eine Trauerbegleitung

- Rollenklärung
- Halten eigener Energie und eigener Grenzen
- Spiegelung von Stärke und Energie
- Kritischer Umgang mit Empathie
- Umwandlung von Copingstrategien in Ressourcen
- Gesprächsführung mit traumatisierte Trauernden
- Das Trauma-Erstgespräch, Anamnese
- Die Einbindung der Traumanamnese ins Erstgespräch mit Trauernden

- Die Arbeit mit hochenergetischen Ereignissen
- Die Arbeit mit Dissoziation
- Die Bedeutung von Schuld und Scham bei einer Traumatisierung
- Die Bedeutung von Gemeinschaft und Gruppe in der Arbeit mit Trauma
- Gruppenangebote für traumatisierte Trauernde
- Die Bedeutung von Triggern
- Der Umgang mit Triggern in Trauergruppen

- Wiederherstellung von Containment
- Erarbeitung von Hoffnung und positiven Visionen
- Arbeit mit Körperwahrnehmung
- Erarbeitung eines sicheren Orts und einer sicheren Person
- Verkörperung und Verankerung von Ressourcen
- Ich-Stärkung
- Wiederherstellung von Grenzen
- Ressourcenarbeit in offenen und geschlossenen Trauerangeboten

- Annäherung an das traumatische Ereignis
- Bedingungen für die Traumaexposition
- Traumaexposition und Lösung
- Integration der traumatischen Situation
- Der Prozess des Bedeutungsgebens

**Diese sechsteilige Ausbildung
 (120 Unterrichtsstunden) befähigt:**

- zur selbständigen beruflichen Arbeit mit traumatisierten Menschen speziell zur Begleitung von traumatisierten Trauernden
 - zur Stabilisierung von traumatisierten Menschen in Einzelgesprächen und Trauergruppen
 - zur Traumaexposition und Lösung bei Schocktraumata in Einzelgesprächen, besonders im Zusammenhang mit Verlusterlebnissen und Sterbesituationen
- (Zur Arbeit mit der Traumaexposition müssen Sie eine Heilerlaubnis als Heilpraktikerin zur Psychotherapie oder als Psychotherapeutin besitzen bzw. zusätzlich erwerben)

Neben den 120 Unterrichtsstunden sind verpflichtend:

- 15 Stunden Peergruppenarbeit
- ca. 20 Stunden Literaturstudium
- 5 Stunden Einzelsupervision

Zulassungsvoraussetzung:

- abgeschlossene Berufsausbildung oder Studium im psychosozialen Bereich, alternativ langjährige berufliche Praxis
- abgeschlossene Große Basisqualifikation zur Trauerbegleitung bei einem vom Bundesverband Trauerbegleitung anerkannten Träger
- Bereitschaft zur Selbsterfahrung
- Normale seelische und körperliche Belastbarkeit (diese Ausbildung ersetzt keine Therapie)
- Einschneidende Verlusterlebnisse sollten bei Kursbeginn mindestens ein Jahr zurückliegen
- schriftliche Bewerbungsunterlagen: Lebenslauf; Zertifikat Ihrer Großen Basisqualifikation, kurze Begründung für den Wunsch zu Fortbildung und Darstellung der geplanten Anwendung

Lehrmethoden:

- Impulsreferate und Diskussion im Plenum
- Kleingruppenarbeit zur selbstständigen Erarbeitung und Vertiefung
- Fallbesprechung im Plenum und in den Peergruppen
- Demonstration von therapeutischen Sitzungen im Plenum
- Gesprächsübungen in Triaden
- Peergruppenarbeit

Die Arbeit gründet auf den Erkenntnissen der Körperpsychotherapie und den Arbeiten von Peter Levine, Lisbeth Marcher und Eric Jarlmaes (Bodydynamic Institut), sowie Johannes Schmidt und Kathy Kain. Ebenso auf den Theorien Louis Cozolino's, van der Kolk's u.a.

Weiter Infos unter www.trauerinstitut.de
Anmeldeschuss 28.03.2010

Kurs 013 Orientierungstag: 27.02.2010, 10-17h

Kurs 003 Ausbildung zur TraumaArbeit mit Trauernden: 17.-19.05; 21.-23.06; 23.-25.08; 20.-22.10.; 29.11-02.12.2010 und ein Termin in 2011

Ort: Bad Honnef, Haus Magdalena

Kosten: 2.400 EURO plus ca. 1400 EURO Vollpension (Tagesgäste möglich) Dieser Kurs kann unter Umständen durch Bildungsscheck oder Bildungsprämie gefördert werden, nähere Informationen finden Sie unter www.trauerinstitut.de

Kursleitung: Chris Paul



Sozialpsychologin, Trauerbegleiterin, Fachautorin und Ausbilderin in Bonn. Chris Paul lebt in Bonn und arbeitet europaweit als Dozentin. Ihre Bücher sind Standardwerke für Betroffene und Fachleute, dabei gelingt es ihr, auch komplizierte Zusammenhänge allgemein zugänglich zu machen. Als Leiterin des TrauerInstitut, Vorstandsmitglied im Verein „Angehörige um Suizid e.V.“ und Mitglied im Bundesverband Trauer setzt sie sich

seit vielen Jahren für eine angemessene Begleitung von Menschen mit erschwerter und traumatischer Trauer ein. 2004 hat sie bei Dami Charf eine Ausbildung in körperorientierter Traumatherapie abgeschlossen.

Hauptreferentin: Dami Charf



Soziale Verhaltenswissenschaftlerin BA, Psychotherapeutin HP, Diplomsozialpädagogin, ausgebildet in: Körperorientierter Psychotherapie, Trauma-Arbeit Somatic Experiencing © bei Peter Levine, Schock-Tauma-Arbeit beim Bodydynamic © Institut in Amsterdam, EMDR Dami Charf lebt in Göttingen und arbeitet bundesweit als Referentin und Ausbilderin. Für das TrauerInstitut unterrichtet sie seit 2006

zusammen mit Chris Paul Kurse zu Trauer und Trauma. Die von ihr entwickelte Trauma-Arbeit SEI ist die Grundlage dieser Ausbildung.