

## ***Bildungsurlaub:*** **Grundlagen der Traumatherapie**

### ***Zielgruppe:***

Für Mitarbeiter:innen in beratenden, sozialpädagogischen, pädagogischen und psychologischen Berufen

### ***Lerninhalte und Lernziele:***

In den letzten Jahren ist die Bedeutung traumatischer Erlebnisse im beraterischen und psychotherapeutischen Kontext immer mehr in den Mittelpunkt des Interesses gerückt. Dabei zeigen gerade Traumafolgestörungen ein erhebliches Maß an Resistenz gegenüber traditionellen psychotherapeutischen Methoden. Insbesondere Rückerinnerungen an traumatische Erlebnisse reaktivieren immer wieder sowohl körperbezogene als auch psychische Abwehrmechanismen, die in der Folge zu weitergehenden Schwierigkeiten führen können.

Dieser Bildungsurlaub möchte in zwei wesentliche Techniken und Methoden traumaorientierter Arbeit zur Reduktion belastender Rückerinnerungen, die eher imaginativ ausgerichtete Kinotechnik und die verbale und körperbezogene narrative Expositionstherapie einführen. Damit wird das Ziel angestrebt, die Methoden in den jeweiligen beraterischen oder therapeutischen Hintergrund der Teilnehmer:innen zu integrieren.

Die Kinotechnik stellt dabei eine Weiterentwicklung von Konzepten aus dem NLP sowie hypnosystemischen Ansätzen dar, die narrative Expositionstherapie bedient sich aus Konzepten biographisch-narrativer Techniken sowie behavioralen Traditionen. Neben einer Erläuterung der Grundlagen beider Konzepte steht ein selbsterfahrungsorientiertes und praxisnahes Einüben beider Verfahren im Vordergrund. Das Seminar setzt die Bereitschaft zur Selbsterfahrung voraus.

### ***Kursleiter:***

**Prof. Dr. Ingo Zimmermann** ist Diplompädagoge und Psychotherapeut (HPG) und verfügt über Aus- und Weiterbildungen in systemischer Therapie (DGSF), systemischer Supervision, Sozialtherapie (DAGG, DFS), Hypnotherapie, NLP, Psychodrama sowie verschiedenen spirituellen Verfahren. Er ist seit mehreren Jahren in unterschiedlichen gerontopsychiatrischen, kinder- und jugendpsychiatrischen und sucht-spezifischen Arbeitsfeldern sowie in eigener Praxis und in der Weiterbildung von Psychotherapeuten tätig.

*Die Bildungsveranstaltung ist in NRW nach §9 des Gesetzes zur Freistellung von Arbeitnehmer:innen zum Zwecke der beruflichen und politischen Weiterbildung -Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)- anerkannt.*

## **Konzept:**

Grundlagen der Traumatherapie

**Termin + Unterrichtsstunden:** \_\_\_\_\_ - 40 Ustd

**Zeiten:** Mo – Do 10.00 – 17:30 Uhr, Fr 9:00 – 16:30 Uhr

### **Montag:**

- Kennenlernen der Teilnehmer:innen
- Einführung in die Thematik
- Psychologische, neurobiologische und systemische Aspekte traumatisierender Erfahrungen
- Psychiatrische Diagnostik traumaassoziiierter Störungen
- Indikationsbereich der Methoden
- Kontraindikationen (Multitrauma, Deprivationserfahrungen)
- Grundlagen von Stabilisierungstechniken

### **Dienstag:**

- Kinotechnik
- Erläuterungen zu Phasen und Verlauf des Therapieprozesses
- Übungen zur Stabilisierungsphase
- Submodalitäten und ihre Bedeutung für die Kinotechnik
- Perspektivität und Dissoziation in der Kinotechnik
- Übungen zum Therapieverlauf und den unterschiedlichen Phasen des Prozesses

### **Mittwoch:**

- Modifizierungen der Kinotechnik für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen
- Comichtherapie
- Einführung in Konzept und Methode der narrativen Expositionstherapie
- Bedeutung unterschiedlicher Gedächtnissysteme
- Arbeit mit der Lebenslinie

### **Donnerstag:**

- Demonstration und selbsterfahrungsorientierte Übungen zur narrativen Exposition in Kleingruppen und in der Großgruppe mit Reflexionen
- Rollenspiele

### **Freitag:**

- Fragen des Settings von traumatherapeutischen Ansätzen
- Systemische Sichtweisen
- Integration der Methoden in das eigene Therapie/Beratungskonzept
- Abschluss