

12. Mai 2023

Entwicklungsstrauma erkennen und behandeln

Sich von allen Blockaden befreien. Erkenntnisse aus der Polyvagaltheorie zeigen uns die Ursachen und die Lösungen unserer Probleme und Konflikte auf. Diese Erkenntnisse bieten uns nicht nur einen Schlüssel, um sich schmerzfrei aus alten Mustern und Beziehungsproblemen zu lösen, sondern auch die Fähigkeit, unser Verhalten möglichst frei wählen zu können.



Kursinhalt

- Beziehungstrauma und Entwicklungsstrauma aus der Sicht der Polyvagaltheorie nach Stephen W. Porges
- Wie Erfahrungen aus der Vergangenheit, das heutige Erleben prägen
- Wie das autonome Nervensystem unsere Fähigkeit der Verbundenheit steuert
- Der intelligente Vagus (Teil des autonomen Nervensystems) und soziale Intelligenz
- Zusammenhang von Körpersymptomen und dem Vagus System verringern von Entzündungspotenzialen und chronischen Zuständen (Ängste, Depressionen, Migräne, Autoimmunerkrankungen)
- Defensive traumatische Reaktion wie Kampf, Flucht oder Ohnmacht erkennen und regulieren
- Soziales Engagement, Potenziale und die natürliche Neugier am Leben aktivieren

Kursziel

Die Teilnehmenden

- verstehen die Ursachen von Konflikten
- erkennen traumatische Reaktionen und verstehen, wie man diese regulieren kann
- wissen, wie Stress vermindert wird und wie man die Bindungs- und Beziehungsfähigkeit erhöhen kann
- können Balance und Wohlbefinden herstellen und die Co-Kreativität, Kreativität und die natürliche Neugier am Leben aktivieren
- verstehen, wie wir unser Verhalten frei wählen können

Dozent

Jérôme Rey

Kursinfo

Theorie & Praxis

7 Kursstunden | max. 20 Teilnehmer

Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

📅 Freitag, 12. Mai 2023

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👥 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00

👥 Nichtmitglieder CHF 255.00

👜 Mitbringen: Schreibmaterial