

12. Mai 2026

Auswirkungen von Trauma auf den Körper und dessen Heilung

Jedes Trauma – ob psychisch oder körperlich erworben – zeigt sich immer in Psyche und Körper. Wir tauschen aus und lernen, woran Trauma in der Therapie (psychisch) sowie der Massage (körperlich) erkannt wird und beschäftigen uns mit Möglichkeiten der Heilung auf psychischer und körperlicher Ebene. Angelehnt an die Kompetenzfelder der Teilnehmenden werden neue Therapiemethoden vermittelt.



Kursinhalt

- Trauma auf Grundlage der Polyvagaltheorie (Stephen Porges)
- Sehen (Therapie) und Erspüren (Massage) von Trauma-Hintergründen bei KlientInnen
- Was retraumatisiert? Was verhindert oder begünstigt Traumaheilung?
- Erfahrungsaustausch und Integration in die bisherige Arbeit der Teilnehmenden
- TRE (Tension & Trauma Releasing Exercises) als Körpertraumatherapieverfahren kennenlernen

Kursziel

Die Teilnehmenden

- verstehen, wie Traumata entstehen und wie sie sich in Körper und Psyche zeigen
- verknüpfen von eigener Erfahrungen und intuitivem Gespür mit der Polyvagaltheorie, um ein Trauma der PatientIn in Körper und Psyche zu erkennen
- lernen, was im Umgang mit traumatisierten PatientInnen zu beachten ist: Was gilt es zu vermeiden? Wie kann ich einen PatientIn aus einem Traumasog zurückholen? Wie kann ich einen PatientIn bei der Traumaheilung unter bewusstem Einsatz meiner bisherigen Kompetenzen unterstützen?
- erlernen das Körpertherapieverfahren TRE (Tension & Trauma Releasing Exercises) als zusätzliche Unterstützung der Traumaheilung

Dozentin

Sophie Nebeling

Kursinfo

Theorie

7 Kursstunden | max. 16 Teilnehmende

Voraussetzung

TherapeutIn mit medizinischem Wissen

📅 Dienstag, 12. Mai 2026

🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr

📍 Schachenallee 29, 5000 Aarau

👥 vdms-asmm-Mitglieder CHF 190.00

👥 Nichtmitglieder CHF 280.00

👜 Mitbringen: Schreibmaterial, bequeme Kleidung, Isomatte