

Fortbildung

07.12.2026 09:00 Uhr - 09.12.2026 17:00 Uhr

Traumabegleitung Aufbaumodul – Ressourcenstärkende Übungen für die Begleitung traumatisierter Personen

Sich sicher fühlen, stabilisiert sein und sich selbst ein Stück weit besser verstehen zu können, ist für das Verarbeiten von überwältigenden Erfahrungen wesentlich. Ob Fluchterfahrung, sexualisierte Gewalt, emotionale Vernachlässigung, Unfälle, usw. Ohnmachtserfahrungen unterschiedlichster Art können zu Traumata führen.

Seminartage

07.12.2026 09:00 - 17:00 Uhr

08.12.2026 09:00 - 17:00 Uhr

09.12.2026 09:00 - 17:00 Uhr

Ziele

- Vertiefende Einblicke in die Traumaforschung und im speziellen in unterschiedliche traumatherapeutische Ansätze mit Blick auf den Beratungskontext
 - Handlungskompetenz erweitern bei der Beratung und Begleitung von Traumatisierungen in Familien und anderen sozialen Systemen
 - Erproben ressourcenstärkender Interventionen in der Arbeit mit "inneren Anteilen"
 - Konstruktiver Umgang mit Scham und Selbstbeschuldigungen
 - Haltungen und Übungen zum Schutz vor Sekundärtraumatisierung (Selbstfürsorge)
-

Inhalt und Ablauf

Im Rahmen der Fortbildung werden Einblicke in unterschiedliche traumatherapeutische Ansätze gegeben, darunter EGO-State, EMDR, PITT und Somatic Experiencing. Thematisiert werden Bindungs- und Entwicklungstraumata sowie ressourcenaktivierende Übungen zum EGO-State-Ansatz, etwa im Umgang mit verletzten oder verletzenden Anteilen sowie Täter_innenintrojekten in der Beratung. Auch wird auf zweifachen traumatischen Stress in sozialen Systemen wie Familien und Teams eingegangen. Ein weiteres Thema sind transgenerationale Traumata. Die Fortbildung vermittelt außerdem ressourcenorientierte Gesprächsführung und beschäftigt sich mit der Funktion von Schuld und Scham. Ein Schwerpunkt liegt auf Selbstfürsorge zum Schutz vor Sekundärtraumatisierung. Nicht

zuletzt werden weitere Stabilisierungsübungen vorgestellt, etwa auf Basis der Polyvagalthorie samt entsprechender praktischer Übungen.

Kontext

Sich sicher fühlen, stabilisiert sein und sich selbst ein Stück weit besser verstehen zu können, ist für das Verarbeiten von überwältigenden Erfahrungen wesentlich. Ob Fluchterfahrung, sexualisierte Gewalt, emotionale Vernachlässigung, Unfälle, bedrohliche Krankheiten usw., Ohnmachtserfahrungen unterschiedlichster Art können zu psychischen Traumatisierungen führen. Der Arbeitsalltag mit traumatisierten Personen, sei es im Beratungskontext, in der Alltagsbegleitung oder in anderen psychosozialen und pädagogischen Kontexten, ist herausfordernd. Aufbauend auf den erworbenen Kenntnissen, Übungen und Selbstreflexionen des Grundlagenmoduls erweitern Sie mit diesem Vertiefungsseminar Ihr Wissen über traumatherapeutische Ansätze. Sie erproben ressourcenstärkende Haltungen und Techniken und lernen einen konstruktiven Umgang mit sogenannten "inneren Widersachern" und heftigen Emotionen bei Überlebenden von Traumata.

Hinweis

Diese Weiterbildung qualifiziert nicht zur Traumatherapie oder Traumaexposition.

Eine Förderung durch die Quartiersakademie ist ggf. möglich. Wenn Sie die Voraussetzungen erfüllen, wird Ihnen dann die Kursgebühr erstattet. [Hier](#) geht es zum Antrag

Zielgruppe:

Personen, die beruflich Erwachsene und Jugendliche, die Traumatisierungen erlebt haben, begleiten, beraten und betreuen

Termin:

07.12.2026 09:00 Uhr - 09.12.2026 17:00 Uhr

Kosten:

Normalpreis 690,- €
CVS-MA 650,- €

Referent(inn)en:

Dr. Isolde Macho (Theologin, Mediatorin, Kommunikationstrainerin (GFK), Resilienz- und Achtsamkeitstrainerin, systemische Konfliktbearbeiterin, ausgebildet in Dialogisch-Systemischer Aufstellungsarbeit)

Ansprechpartner:

Elke Großehellefort (e.grossehellefort@caritas-stuttgart.de, (0711) 490 542 13)
Dorothee Baumann (d.baumann@caritas-stuttgart.de, (0711) 490 542 14)

Veranstalter:

Caritas Bildungszentrum Stuttgart

Veranstaltungsnummer:

090/2026