

04. April 2025

Entwicklungs- und Bindungstrauma erkennen und heilen

Was ist und wie entsteht eine traumatische Erfahrung? Welche Konsequenzen hat das für den Körper und die Psyche? Bahnbrechende Erkenntnisse aus der Polyvagaltheorie bieten uns nicht nur einen Schlüssel, um uns schmerzfrei aus alten Mustern und Beziehungsproblemen zu lösen, sondern auch die Fähigkeit, unser Verhalten möglichst frei wählen zu können.



Kursinhalt

- Schock- Bindungs-, Beziehungstrauma und Entwicklungs-Trauma
- Einführung Polyvagaltheorie nach Stephen W. Porges
- Wie das autonome Nervensystem unsere Fähigkeit der Verbundenheit steuert
- Der intelligente Vagus (Teil des autonomen Nervensystems) und soziale Intelligenz
- Wie Erfahrungen aus der Vergangenheit, das heutige Erleben prägen
- Zusammenhang von Körpersymptomen und dem Vagus System
- Defensive traumatische Reaktion wie Kampf, Flucht oder Ohnmacht erkennen und regulieren
- Einführung im ehrlichen Mitteilen
- Soziales Engagement, Potenziale und die natürliche Neugier am Leben

Kursziel

Die Teilnehmenden

- verstehen die Ursachen von Konflikten
- erkennen traumatischer Reaktionen und Verstehen wie man diese regulieren kann
- verstehen den Unterschied von Schock- und Bindungs- und Entwicklungstrauma
- wissen wie, Stress vermindert wird und wie man die Bindungs- und Beziehungsfähigkeit erhöhen kann
- lernen mit der neuen Kommunikationsmethode: «Ehrliches Mitteilen» das Nervensystem zu regulieren
- können Balance und Wohlbefinden herstellen und die Co-Kreativität, Kreativität und die natürliche Neugier am Leben aktivieren

ONLINE-KURS

Dozent

Jérôme Rey

Kursinfo

Online-Kurs

3 Kursstunden | max. 50 Teilnehmende

Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

📅 Freitag, 04. April 2025

🕒 9.00 – 12.15 Uhr

📍 Wo immer Sie möchten, mit Ihrem Computer oder Laptop

👤 vdms-asmm-Mitglieder CHF 90.00

👤 Nichtmitglieder CHF 150.00

Der Online-Kurs wird über das Programm Zoom durchgeführt.

Sie erhalten vor Kursbeginn den Zugangslink per E-Mail zugestellt.