

Fortbildung

25.11.2026 09:00 Uhr - 27.11.2026 17:00 Uhr

Traumabegleitung Grundlagenmodul – Stabilisierungsübungen für die Begleitung traumatisierter Personen

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

Seminartage:

25.11.2026 09:00 - 17:00 Uhr

26.11.2026 09:00 - 17:00 Uhr

27.11.2026 09:00 - 17:00 Uhr

Ziele

- Entwickeln einer Trauma sensitiven Haltung und Sicherheit in der Anwendung von Stabilisierungsübungen
- Erwerben von grundlegendem Wissen zu den neurobiologischen Zusammenhängen im Kontext von Traumatisierungen
- Unterstützung beim Erkennen möglicher körperlicher und psychischer Symptome und Folgeerscheinungen bei Traumatisierungen
- Einblicke gewinnen in die aktuelle Traumforschung

Inhalt und Ablauf

Die Fortbildung vermittelt Grundlagen der Psychotraumatologie und führt in eine ressourcenorientierte und stabilisierende Traumabegleitung ein. Es werden Definitionen von Trauma sowie verschiedene Formen von Traumata behandelt. Neurobiologische Grundlagen und Einblicke in die Traumaforschung stehen ebenso im Fokus wie der Verlauf von Traumata, deren Symptome und mögliche Spätfolgen wie eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS). Auch die Auftragsklärung und eine achtsame, traumasensible Beziehungsgestaltung werden besprochen. Psychoedukation wird ergänzt durch Stabilisierungsübungen, die bei Akuttrauma und Triggerreaktionen angewendet werden können. Darüber hinaus werden kompetenz- und ressourcenorientierte Gesprächsführung sowie Achtsamkeitsübungen zur gesunden Selbstfürsorge thematisiert.

Kontext

Sich sicher fühlen, stabilisiert sein und sich selbst ein Stückweit besser verstehen 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. Das Kennenlernen neurobiologischer Grundlagen und Dynamiken unterstützt das Erkennen möglicher posttraumatischer Symptome. Stabilisierungsmethoden als eine Erweiterung der eigenen professionellen Handlungskompetenz sind hierbei hilfreich sowie eine ressourcenorientierte und achtsame Haltung gegenüber sich selbst und den Klient_innen.

Hinweis

Ein [Aufbaumodul](#) bieten wir im Dezember an.

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:

25.11.2026 09:00 Uhr - 27.11.2026 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 Großhellefort (e.grossehellefort@caritas-stuttgart.de, (0711) 490542-13)

Dorothee Baumann (d.baumann@caritas-stuttgart.de, (0711) 490 542 14)

Veranstalter:

Caritas Bildungszentrum Stuttgart

Veranstaltungsnummer:

089/2026