

Ausbildungsbeschreibung



Traumainformiert- Begleiten

**Die Ausbildung für traumasensibles
Verständnis und Handeln.**

*körperorientiert * systemisch * kreativ

www.traumainformiert-begleiten.de

An wen richtet sich die Aus- und Weiterbildung:

Die Ausbildung richtet sich an Menschen, die mit Menschen arbeiten. In heilsamen Berufen, im sozialen Bereich, im Gesundheitswesen, in beratenden oder begleitenden Rollen:

HeilpraktikerInnen, BeraterInnen, PsychologInnen, Coaches, Hebammen, ErzieherInnen, Pflegekräfte, SozialpädagogInnen, LehrerInnen, PsychologInnen, MediatorInnen, OsteopatInnen, ErgotherapeutInnen, HeilpädagogInnen, ÄrztInnen und alle vergleichbare Berufsfelder.

Ziele der Ausbildung:

- Wissen um Trauma und einen professioneller Umgang damit in die eigene Arbeit integrieren
- aktuelles Wissen zum Nervensystem und der Polyvagaltheorie in der Praxis nutzbar machen
- eine ganzheitliche und menschliche Begleitung anbieten können
- Zunahme deiner Wirksamkeit durch traumainformierte Haltung und Tools für dich und die Menschen mit denen du arbeitest, auch in komplexen Prozessen
- Vertrauen in die eigene Arbeitsweise und Methoden finden und stärken
- mit beruflichen Herausforderungen auf positive Weise umgehen
- im Kontakt mit Traumatisierungen steuerungsfähig bleiben und Retraumatisierungen vermeiden
- Freude, Erfolg und Leichtigkeit in der eigene Arbeit langfristig erhalten, Selbstfürsorge nachhaltig stärken

Inhalte der Ausbildung:

Modul 1

- Was ist traumainformiertes Arbeiten
- Grundlagen im Verständnis der "Polyvagaltheorie"-
Das Nervensystem verstehen und der Anwendung in der Praxis
- Aspekte für ganzheitliche und körperorientierte
Wahrnehmung & Begleitung

Modul 2

- Vagus und Social Engagement System (SES)
- Das dreiteilige Gehirn & Neurobiologie
- Selbst- & Co-Regulation
- körperbasierte Interventionen & Regulationstools
- Ressourcenbildung

Modul 3

- Traumaarten & deren Unterscheidung
- Basiswissen zu Schocktrauma -
- Stresstoleranzfenster & Traumafolgen
- Navigieren im Notfall, mit Akutzuständen und Suizidalität
- Kennenlernen der Technik Trauma Release Exercise -TRE[®]

Modul 4

- Basiswissen zu Bindungs- & Entwicklungstrauma und
Traumafolgen
- frühe Verletzung
- Wichtige Aspekte zu:
 - Emotionen, Kernbedürfnisse, Kernfähigkeiten
 - Anpassungsstrategien & Kompensation

SOMATISCH * NEUROWISSENSCHAFTLICH * PROZESSORIENTIERT * EMOTIONAL INTEGRIEREND * PRAKTISCH
SYSTEMISCH * BINDUNGSTRAUMA-INFORMIERT * RESSOURCENORIENTIERT * KONTAKTBASIERT
VERFEINERN * ESSENTIELL WERDEN. * MIT HERZ * MENSCHLICH * NERVENSYSTEMINFORMIERT * VERTIEFEND *
INTEGRIEREND * KREATIVE METHODEN

Modul 5

- Arbeit mit systemischen Grundlagen
Dynamiken, Verstrickungen und Muster aus Familiensystemen
- Gefühle und Trigger
- Scham und Schuld
- Kohärenzerleben

Modul 6

- transgenerationale Traumata und Verständnis zu
transgenerationalen Prozessen
- Arbeiten mit dem Systembrett

Modul 7

- medizinisches Trauma
- Veränderung, Selbstwirksamkeit und Handlungsmacht
wirksam unterstützen
- Vertiefung körperorientiertes Arbeiten
- Integration

SOMATISCH * NEUROWISSENSCHAFTLICH * PROZESSORIENTIERT * EMOTIONAL INTEGRIEREND * PRAKTISCH
SYSTEMISCH * BINDUNGSTRAUMA-INFORMIERT * RESSOURCENORIENTIERT * KONTAKTBASIERT
VERFEINERN * ESSENTIELL WERDEN. * MIT HERZ * MENSCHLICH * NERVENSYSTEMINFORMIERT * VERTIEFEND *
INTEGRIEREND * KREATIVE METHODEN

Modulübergreifend

- **Entwicklung eines Leitfadens für die traumainformierte 1:1 Begleitung**
- **Selbsterfahrung und Übungskontext**

Der Fokus liegt hier auf der Entwicklung einer traumasensiblen und professionellen Haltung.

Wesentliche Lerninhalte sind:

- Anwendung somatischer Ansätze in der prozessorientierten Begleitung
- Differenzierung zwischen methodischer und prozessorientierter Arbeitsweise
- Präsenz im Hier und Jetzt – Begleitung im unmittelbaren Erleben
- Schulung von Selbstwahrnehmung und Beziehungsfähigkeit
- Gestaltung einer sicheren, traumasensiblen Beziehungsebene
- Entwicklung und Wahrung gesunder Grenzen
- Förderung einer ganzheitlichen Sicht auf den Menschen in seinen physischen, emotionalen, sozialen und spirituellen Dimensionen

BAUSTEINE

- 11 Monate Basisausbildung
-
- 7 Offline-Module (jeweils (DO)/FR/SA/SO)
-
- 4 Onlinetermine (1,5h) für Q&A, Integration, Reflektion
-
- feste Ausbildungs-Gruppe, mit Assistenz und Gastdozenten
-
- 8 Einzel- Sessions zur Selbsterfahrung/Begleitung der eigenen Prozesse und/oder zur Intervision (nicht im Seminarpreis in begriffen)

DIE TERMINE

Termine Live im Yogaloft Leipzig:

26.02.-01.03.2026 (Donnerstag bis Sonntag)
27.-29.03.2026 (Freitag bis Sonntag)
24.-26.04.2026 (Freitag bis Sonntag)
19.-21.06.2026 (Freitag bis Sonntag)
04.-06.09.2026 (Freitag bis Sonntag)
06.-08.11. 2026 (Freitag bis Sonntag)
21.-24.01.2027 (Donnerstag bis Sonntag)

Zeiten:

2x Donnerstag von 14-17 Uhr
immer: Freitag von 14-18 Uhr
 Samstag von 10-17 Uhr
 Sonntag 10-16 Uhr

Termine Online Q&A:

20.05.2026, 01.07.2026, 19.08.2026, 30.09.2026 - jeweils 17-18:30 Uhr

Zusätzlich 8 Einzelstunden:

Selbsterfahrungs- (6) und Supervisionsstunden (2)

Diese sind während des Ausbildungszeitraumes zum Ausbildungsbeginn bei Heidi Schwarzkopf & Bea Jäger (jeweils 4 Sitzungen) zu buchen.
Supervisionsstunden können auch in Kleingruppe realisiert werden.

KOSTEN

Seminarkosten der Basisausbildung: 4100 EUR

Auf die Ausbildungskosten wird keine MwSt erhoben.

Dein Platz ist nach Bestätigung deines Anmeldebogens und erst mit deiner Vertragsunterzeichnung gebucht.

Ratenzahlung ist nach Absprache unkompliziert möglich.

Anmelde-und Bewerbungszeitraum: **01.09.2025-15.01.2026**

Einzel- und Supervisionsstunden:

Die Kosten pro Sitzung betragen 100 € .

Auf die Kosten wird keine MwSt erhoben.

Die Stunden sind verpflichtender Teil der Ausbildung und sind noch nicht in den Seminarkosten der Basisausbildung inkludiert.

Alle **Verpflegung-, Reise- und Übernachtungskosten**

sind selbst zu tragen.

Die Übernachtung, während der 7 Module ist im Seminarraum in Leipzig b.B. nach Absprache, gegen eine Gebühr von 15 EUR möglich.

ABSCHLUSS & ZERTIFIZIERUNG:

Für den Erhalt des **Teilnahmebestätigung** sind alle Ausbildungselemente vollständig abzuschließen:

Alle Module, Q&As, Buddygruppenarbeit mit dokumentiertem Üben und Einzel- und Supervisionsstunden.

Mit der Teilnahmebestätigung kannst du mitteilen, dass du an der Ausbildung erfolgreich teilgenommen hast.

Eine Zertifizierung zur “TiB Traumainformierte Begleiter*in”

kannst du nach erfolgreichem Abschluss bei uns erhalten.

Damit hast du auch die Möglichkeit, dich als Begleiter*in auf unserer Homepage listen zu lassen.

Für die Zertifizierung sind die notwendigen Voraussetzungen eine schriftliche Prüfung und supervidierte Sessions.

AUSBILDUNGSLEITUNG UND ANMELDUNG :

Heidi Schwarzkopf

Bea Jäger

www.traumainformiert-begleiten.de

info@traumainformiert-begleiten.de

Rechtlicher Hinweis:

Die Ausbildung ist eine ganzheitliche Basisausbildung mit dem Schwerpunkt auf traumainformiertem Arbeiten.

Du bist nach der Basisausbildung kein(e) Traumatherapeut*in.

Du kannst im besten Fall Menschen erfolgreich traumainformiert begleiten und Retraumatisierungen und unpassenden Interventionen vorbeugen.