

**Vertiefungsseminar
08.06.2023**

Stress – Polyvagaltheorie –Trauma

*Neuere Entwicklungen aus Medizin und Psychoneuroimmunologie und ihr Einfluss
auf Traumapädagogik und Selbstfürsorge*

Bremer Institut für Traumapädagogik

Fort- und Weiterbildungen • Fachberatung

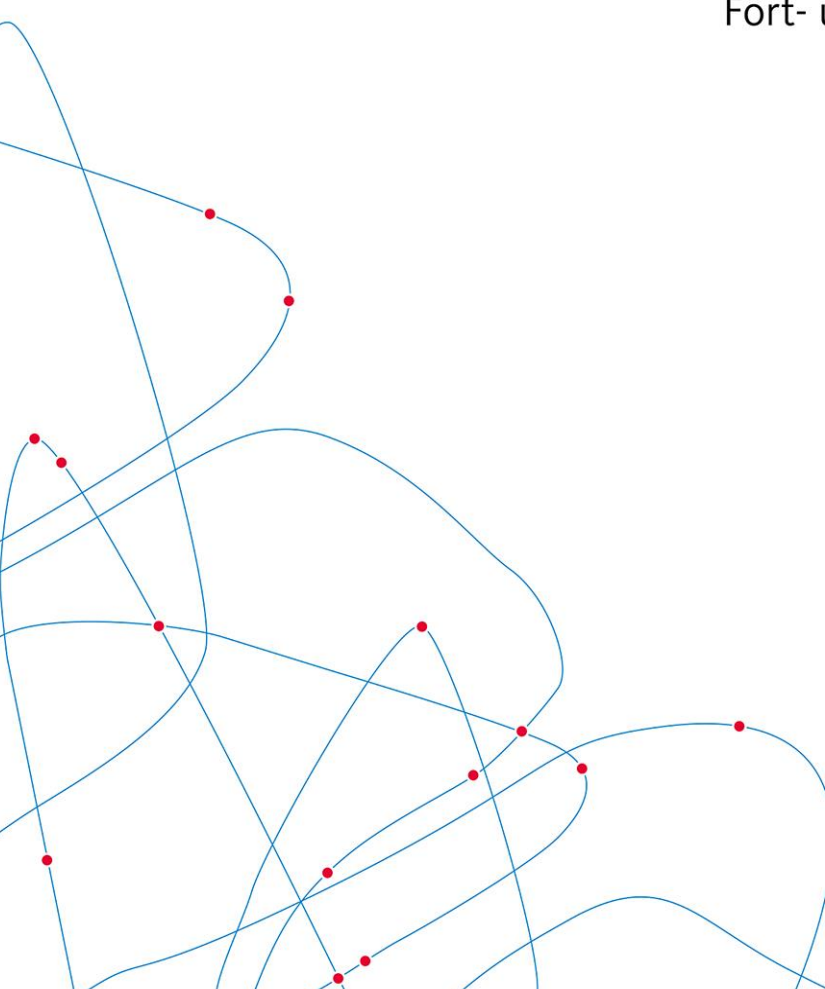
Regina Sanger • Diplom-Psychologin

Telefon 0421 / 20 67 862

Langenstraße 53 28195 Bremen

kontakt@traumapaedagogik-bremen.de

www.traumapaedagogik-bremen.de



Vertiefungsseminar für Traumapädagog:innen und Traumazentrierte Fachberater:innen

Stress – Polyvagaltheorie – Trauma

Neuere Entwicklungen aus Medizin und Psychoneuroimmunologie und ihr Einfluss auf Traumapädagogik und Selbstfürsorge

Die Polyvagaltheorie wurde erstmalig 1994 von Prof. Dr. Stephen W. Porges erwähnt. Seit 2007 mehren sich die Veröffentlichungen zur Polyvagaltheorie und zunehmend nutzen Fachkräfte im medizinischen, psychotherapeutischen und sozialen Bereich die Erkenntnisse der Polyvagaltheorie. Diese ermöglichen ein erweitertes Verständnis der Entstehung langwieriger körperlicher Erkrankungen oder psychosomatischer Symptome, psychologischer Probleme oder traumatischer Hintergründe.

In dem Seminar wollen wir uns damit beschäftigen, welchen Nutzen die Polyvagaltheorie für die Traumapädagogik bereithält.

Die Polyvagaltheorie beschreibt unser autonomes Nervensystem nicht als Dualität von Sympathikus und Parasympathikus, sondern als trianguläres Zusammenspiel dreier unwillkürlicher, nicht willentlich steuerbarer Systeme: Sympathikus, Ventraler Vagus und Dorsaler Vagus. Dieses Zusammenspiel wird nach Porges Neurozeption genannt und läuft in jedem Menschen zu jeder Zeit im unbewussten Hintergrund ab. Das autonome Nervensystem leistet mit der Neurozeption einen unglaublich wichtigen Beitrag für unsere körperliche und psychische Regulation. Meist arbeitet es so gut, dass wir es nicht mal bemerken. Erst wenn es aufgrund verschiedener äußerer und innerer Einflüsse zu Dysbalancen kommt und diese längerfristig anhalten, sprechen wir von einer Dysregulation, bei der verschiedene körperliche und psychische Symptome auftreten können. In diesem Kontext hält die Polyvagaltheorie vielfältige Implikationen für die Stress- und Traumaforschung bereit und inspiriert zu einer Neubetrachtung und einem vertieften Verständnis der physiologischen Vorgänge bei Stress und traumatischem Geschehen.

Im Vertiefungsseminar werden die drei Themenbereiche Stress – Polyvagaltheorie – Trauma theoretisch aufbereitet. Hierbei werden medizinische und psychologische Hintergründe genauer erläutert und mit Inhalten der Trauma – Psychoedukation und Traumapädagogik verknüpft. Über das gesamte Seminar hinweg wechseln sich theoretische und praktische Inhalte ab, um die Theorie jeweils unter Bezug auf die persönliche Arbeits- oder Lebenssituation zu betrachten und zu verinnerlichen. So wird ein vertieftes Verständnis des Zusammenhangs von äußeren und inneren Bedingungen und Zuständen der Anspannung und Entspannung möglich.

Zielsetzung ist, die Erkenntnisse der Polyvagaltheorie für die eigene Person und Klient:innen nutzbar zu machen, die Idee einer „gesunden“ Regulation zu generieren und Werkzeuge für den Umgang mit Stressoren, Bewältigungs- und Entlastungshilfen kennenzulernen. Aspekte der Selbstfürsorge kommen wie immer nicht zu kurz :-).

Verlauf / Inhalt:

1. Stress
 - Körperliche Reaktion: Physiologische, immunologische und hormonelle Prozesse
 - Persönliche, kognitive und psychische Faktoren / Stressmodell
 - Auswirkungen von chronischem Stress / stressbedingte Erkrankungen
2. Polyvagaltheorie
 - Entstehung und Grundlagen
 - Funktionsweise des autonomen Nervensystems
3. Trauma
 - Physiologische, immunologische und hormonelle Vorgänge
 - Verständnis von traumatischem Geschehen aus polyvagaltheoretischer Sicht
 - Ableitungen für die Traumapädagogik
4. Selbstfürsorge und Abschluss

Datum:	08.06.2023 (Donnerstag) 10.00-18.00 Uhr
Referentin:	Corinna Blanck-Kolb, Diplom-Psychologin Dozentin an der Hochschule Bremen
Ort:	Bremer Institut für Traumapädagogik, Langenstr. 53 in 28195 Bremen
Kosten:	160,00,- €
Anmeldeschluss:	11.05.2023

Unser Kleingedrucktes:

- Die Anmeldung zum Vertiefungsseminar erfolgt per Email an orga@traumapaedagogik-bremen.de . Das Bremer Institut für Traumapädagogik führt eine Anmelde- und eine Warteliste. Mit einer Anmelde-Bestätigung erfolgt die Aufforderung zur Zahlung der Seminarkosten. Erst nach Eingang des Teilnahmebetrags auf unser Konto erfolgt eine Teilnahme-Bestätigung und die Anmeldung gilt als verbindlich.
- Bei einer Stornierung seitens der Teilnehmer:in bis 3 Wochen vorher, also zum 17.05.2023 wird eine Bearbeitungsgebühr von 15€, vom 18.05.2023 bis 07.06.2023 werden 50% des Tagungsbeitrags erhoben; danach ist die vollständige Seminargebühr zu entrichten.
- Sofern das Seminar aus Gründen höherer Gewalt abgesagt werden muss, werden die Gebühren rückerstattet. Es bestehen keine weiteren Verpflichtungen der Veranstalterin gegenüber den Teilnehmer:innen. Die Anmeldungen bleiben hingegen gültig, falls das Seminar verschoben werden muss.
- Das Weiterbildungsseminar ist von der Umsatzsteuerpflicht nach § 4 Nr. 21 a) bb) Umsatzsteuergesetz (UStG) befreit.