

Traumasesibles Yoga für das traumapädagogische und therapeutische Setting – Basismodul

Zeitraum

Di., 19.05.2026

ab 09:00 Uhr

Mi., 20.05.2026

bis 17:00 Uhr

Zielgruppe

Sozialarbeiter:innen, Psycholog:innen, Pädagog:innen und Menschen, die beruflich traumatisierte Menschen begleiten

Referent:innen

Peter Luitjens

Systemischer Lehrtherapeut (SG), Supervisor (SG), Systemischer Kinder- und Jugendlichentherapeut (SG), Dozent Traumapädagogik/ Traumafachberatung (DeGPT/FV-TP), Yogalehrer und Yogatherapeut (Sriram)

Kursbeitrag

270,00 € pro Person mit MwSt.

221,00 € pro Person ohne MwSt.

Bei der Entwicklung von Traumata spielen Körperempfindung und der eigene (wie der fremde) Umgang mit dem Körper eine bedeutende Rolle - „Trigger“ versetzen im Sekundenbruchteil in eine andere (gefährliche) Zeit, die Entfremdung vom Körper und die Unterbrechung der Verbindung zu ihm sind eine häufige Folge.

In diesem Seminar werden Ideen vorgestellt und erprobt, wie dieses Körper-Geist-Problem in seiner Dynamik verstanden werden kann und wie Elemente des Yoga in diesem Zusammenhang zu einem hilfreichen Bestandteil der Praxis systemischer Traumaarbeit werden können. Den Teilnehmer:innen werden traumasensible Yogatechniken vermittelt, die ohne Yogamatte oder spezielle Yogakleidung im Alltag eingesetzt werden können. Die Methoden eignen sich zur Verbesserung von Körperwahrnehmung und Selbstregulation ihrer Klient:innen – wie zur Selbstfürsorge.

Um ECM und ECS Punkte wird angesucht.