



Ganzheitliche Traumabehandlung – Stabilisierung, Empowerment und Selbststärkung

Ein methodenübergreifendes Praxisseminar

Stabilisierung, Empowerment und Selbststärkung sind die Grundpfeiler und das Herzstück jeder Traumabehandlung. Wie ein Flussbett bilden sie den Rahmen, in den der gesamte Behandlungsverlauf eingebettet ist. Dabei bildet die Stabilisierung ein Gegengewicht zur Belastung durch die Traumatisierung bzw. die Traumafolgen und bringt eine Vielfalt an Wirkungen mit sich, die zu einer unsere Klient*innen entlasten und stärken. Mit Hilfe von zahlreichen Tools können sie sich im Alltag selbst regulieren und auf ihre Symptome einwirken. Auf diese Weise können diese allmählich nachlassen. Somit bietet die Stabilisierung unseren Klient*innen im Sinne des Empowerments Hilfe zur Selbsthilfe. Empowerment und Selbststärkung unterstützen u. a. ihr Gefühl von Selbstwirksamkeit, ihre Selbstbestimmung und ihre Autonomie.

Die Stabilisierung ist darüber hinaus Voraussetzung für eine sichere und gelingende Verarbeitung traumatischer Erfahrungen. Sie unterstützt diese und macht sie oftmals auch verträglicher für unsere Klient*innen.

Stabilisierung, Empowerment und Selbststärkung unterstützen und erleichtern somit den gesamten Prozess der Traumabehandlung, sodass er für unsere Klient*innen oftmals schonender werden kann.

Inhalte

- * Bedeutung, Notwendigkeit und Wirkung der Stabilisierung
- * praxisbezogene Grundlagen der Stabilisierung
- * Bedeutung, Notwendigkeit und Wirkung von Empowerment und Selbststärkung
- * unsere Haltung als stabilisierender Faktor
- * Sicherheit und Ressourcen als Grundpfeiler
- * Vielfältige Methoden und Zugänge

* symptombezogene Interventionen, Übungen und Tools (u. a. bei Flashbacks, Dissoziationen, Wut)

Methoden

- * Theoretische Inputs
- * Beispiele aus der Praxis
- * Darstellung des Vorgehens anhand von Beispielen der Teilnehmer*innen
- * zahlreiche Übungen, Tools und Anregungen
- * Austausch und Diskussion
- * Selbsterfahrung und Selbstreflexion

Zielgruppen

Psychotherapeut*innen, Psychotherapeut*innen i. A . u. S., Klinische Psycholog*innen, Klinische Psycholog*innen i. A., Psychiater*innen

Umfang, Ort & Kosten

16 Einheiten (á 45 min.)

online

€ 490,- regulär

€ 415,- für Psychotherapeut*innen i. A . u. S., Psycholog*innen i. A., Menschen in Karenz und Arbeitssuchende

Datum & Zeiten

Donnerstag, 3. Dezember 2026

Freitag, 4. Dezember 2026

jeweils 09.30 bis 17.00

Infos & Anmeldung

Veranstalterin: Dr. Regina Lackner - Klinische Psychologin und Psychotherapeutin (KIP), Autorin von *Stabilisierung in der Traumabehandlung, Ein ganzheitliches methodenübergreifendes Praxisbuch*. Springer, 2021.

Anmeldung: www.traumapraxis.at oder regina.lackner@traumapraxis.at

Ich freue mich auf Ihre Teilnahme!