



# TIB

## Traumatherapie Institut Berlin

---

2 x 3-tägige Fortbildung  
18.-20.Juni + 01.-03.Oktober 2026

## UMGANG MIT TRAUMA I & II

### NEUES AUS DER TRAUMATHERAPIE

*„Unsere Fähigkeit, einander zu vernichten, entspricht unserer Fähigkeit, einander zu heilen.“*

Bessel van der Kolk

In den letzten Jahren wurden grundlegend neue Sichtweisen und Methoden entwickelt, um Menschen nach traumatischen Erlebnissen und Grenzüberschreitungen zu begleiten. Traumafolgestörungen und deren Heilung sind neben den klassischen Themen der Psychotherapie in den Vordergrund getreten. Weitere Antworten zur Entschlüsselung der posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) stehen bereit.

#### ZUR FORTBILDUNG

Die Kombination theoretischen Materials und praktischer Übungen wird Sie befähigen, traumatische Energien im Körper aufzuspüren, sorgfältig abzuschätzen und ihre Entladung zu begleiten. Sie werden Einsichten und Werkzeuge erarbeiten, um wesentliche Hilfestellungen leisten zu können, ohne dabei sehr bei den Geschichten und emotionalen Prozessen zu verweilen. Sie werden entspannter mit traumatisierten Menschen arbeiten können. Ihre Klienten werden eine höhere Stresstoleranz (Resilienz) erwerben.

#### ZUM HINTERGRUND

Wenn überwältigende Ereignisse unsere natürlichen Schutzreflexe überfordern, regulieren wir uns nicht mehr ausreichend selbst. Wir erleben uns als innerlich stark belastet, körperliche Einschränkungen können auftreten, Sinnkrisen und soziale Probleme entstehen.

Um gezielt mit der Trauma-Schock-Energie zu arbeiten, nehmen wir neben den herkömmlichen kognitiven und affektiven Herangehensweisen direkten Einfluss darauf, was im Körper und Nervensystem passiert. Über den inneren Spürsinn (felt sense) haben wir eine Brücke zum Geschehen im Nervensystem. Dort können Traumata stecken bleiben, wenn die natürliche Selbstregulation nicht wieder (vollständig) in Gang kommt. Es kann entscheidend helfen, die im Nervensystem gebundene Energie kleinschrittig, kontrolliert, langsam und sanft aufzuspüren und zu lösen.

Achtsamkeit und Verantwortlichkeit für die Bedürfnisse traumatisierter Menschen sind die Basis. Ziel ist, Ressourcen wieder aufzubauen und die verloren gegangene Sicherheit und Stresstoleranz wiederzufinden.

## QUELLEN

- Methoden aus den humanistischen Psychotherapien und der kognitiven Verhaltenstherapie
- Psychoimaginative Traumatherapie (PITT) nach Prof. Luise Reddemann
- Focusing nach Eugene Gendlin
- Somatic Experiencing (SE) nach Dr. Peter Levine
- Neuroaffektive Psychotherapie nach Marianne Bentzen, Susan Hart
- Ego-State-Therapie
- Polyvagal Theorie nach Prof. Stephen Porges

## INHALTE

- Grundlegendes Verständnis für den Umgang mit Trauma und der Prozesse im Nervensystem
- Ressourcenförderung
- Techniken der Stressregulation
- Stabilisierung, Erdung, Abgrenzung, Containment
- Körperwahrnehmung, Felt Sense
- Erlernen der Sprache des Nervensystems
- Wege zur schonenden Traumakonfrontation
- Umgang mit Ladung und Entladung traumatischer Energie
- Therapeutische Haltung, sich schützen und abgrenzen im therapeutischen Kontext
- Supervision mitgebrachter Fälle

Ein großer Teil der Kurszeit wird zum praktischen Üben und Reflektieren der erlernten theoretischen Inhalte genutzt.

## DOZENTEN

### **Pia Baerwald**

Klinische Leiterin des TIB, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Traumatherapie, humanistische Psychotherapie, Coaching. Dozentin und Supervisorin in Psychotherapie- und Coachingausbildungen. Praxis für Psychotherapie und Coaching in Berlin. Die Traumatherapie wurde ihr therapeutischer Schwerpunkt durch das eigene Erleben des Tsunami 2004 auf Sri Lanka. Arbeit mit traumatisierten Menschen in Indien, Kirgisistan, Sierra Leone und Europa.

### **Dr. med. Dietrich Sternberg**

Facharzt für Allgemeinmedizin, Traumatherapie, Osteopathie, Suchtmedizin. Dozent für Psychologie an der Osteopathie-Schule-Deutschland. Arbeit mit traumatisierten Menschen in Bolivien, Sudan, Indien, Uganda, Libanon, Malaysia, Sierra Leone, Kirgisistan und Europa.

Pia Baerwald und Dr. med. Dietrich Sternberg entwickelten in ihrer gemeinsamen Arbeit ein methodenübergreifendes Konzept, das psychische, körperliche, neurobiologische sowie mentale Prozesse integriert, um traumatische Erfahrungen erfolgreich zu verarbeiten.

Beide Dozenten leiten die Seminartage gemeinsam. Dadurch ist die individuelle Betreuung intensiviert. Das Traumatherapie Institut Berlin, das unter der ärztlichen Leitung von Dr. med. Dietrich Sternberg steht, wurde 2006 gegründet.

## FÜR WEN?

Interessierte, die sich in Therapie, Beratung und Begleitung von Menschen weitere Kompetenzen und Anleitung im Umgang mit Trauma wünschen.

Zur Teilnahme werden ausreichend Eigenerfahrung und Stabilität im Umgang mit psychologischen Themen vorausgesetzt.

**DATEN:** 2 x 3 Tage: 18.-20.Juni + 01.-03.Oktober 2026

**ZEITEN:** Do + Fr 10-17h, Sa 10-16.30h

**TEILNEHMERZAHL:** 8 - 10 TN

**KOSTEN:** € 950.- (6 Tage)  
incl. Kursmaterialien, Pausensnack und Getränke

**INFOABENDE:** Mo 08. Dezember 2025, 19 Uhr, ZOOM  
(bitte anmelden) Mi 11. Februar 2026, 19 Uhr, ZOOM  
Mi 15. April 2026, 19 Uhr, Präsenz, Traumatherapie-Institut-Berlin

**KONTAKT:** **TIB Traumatherapie Institut Berlin**  
Dr. Dietrich Sternberg  
Wilskistrasse 4, 14169 Berlin  
m 0151 507 175 18  
kontakt@traumatherapie-institut-berlin.de  
www.sternberg-osteopathie.de  
www.traumatherapie-institut-berlin.de

## ANMELDUNG

Fortbildung „Umgang mit Trauma I & II“ am 18.-20.Juni + 01.-03.Oktober 2026 in Berlin.  
Vereinbarungen zwischen dem TIB Traumatherapie Institut Berlin, Dr. Dietrich Sternberg, und

Name ..... Geb. Datum .....

Straße ..... Ort .....

E-Mail .....

Telefon ..... Mobil .....

Tätigkeit: .....

- Hiermit melde ich mich verbindlich zur oben genannten Fortbildung an.
- Ich erkläre, dass ich freiwillig und in eigener Verantwortung teilnehme und aus eventuellen Folgen keine Ansprüche geltend machen kann. Das Seminar ist eine Bildungsveranstaltung und kein Ersatz für eine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung.
- Bei vorzeitigem Verlassen der Fortbildung verfällt die Teilnahmegebühr.
- Falls die Mindestteilnehmerzahl von 8 TN nicht erreicht wird oder höhere Gewalt den Kurs nicht ermöglicht, entstehen keine Ansprüche an die Veranstalter bezüglich Reisekosten, Unterbringungskosten, Arbeitsausfall etc. Der entrichtete Betrag wird unverzüglich zurückerstattet. Weitere Forderungen können nicht geltend gemacht werden. Erstattungen auch bei Krankheit sind nicht möglich. Wir empfehlen den Abschluss einer Seminar-Ausfalls-Versicherung, z.B. <http://www.reiseversicherung.de/de/versicherung/eintrittskarten-seminare/seminar-versicherung.htm> -Bezüglich persönlicher Informationen über Teilnehmer/innen verpflichten sich Dozenten, Assistenten und Teilnehmer/innen zu strikter Vertraulichkeit.
- Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von € 50.- einbehalten.
- Bei späterem Rücktritt wird der volle Betrag einbehalten, wenn sich keine geeignete Ersatzperson findet.
- Die Kursleiter und deren Mitarbeiter sind von jeglicher Haftung ausgeschlossen.  
Sie haften nicht für Diebstähle, Unfälle und sonstige Schäden während des Kurses.
- Mit Zusendungen über zukünftige Follow-Up-Tage / Veranstaltungen des TIB bin ich einverstanden. (Widerruf jederzeit möglich)
- Mit meiner Unterschrift erkenne ich die oben genannten Anmeldebedingungen an.**

Ort / Datum .....

Unterschrift .....

**Seminarkosten: € 950,-** (mit Eingang der Zahlung ist der Teilnehmerplatz verbindlich gebucht)

Überweisung auf folgendes Konto: „UMGANG MIT TRAUMA I & II 2026“  
Dr. Dietrich Sternberg Apo Bank Berlin IBAN: DE 90 3006 0601 0002 4701 95