



TIB

Traumatherapie Institut Berlin

2-tägige Fortbildung
02.-03. Mai 2026

FRIEDEN IM KÖRPER: KÖRPERORIENTIERTE HEILUNG NACH SEXUELLEM TRAUMA Sexualisierte Gewalt & ihre Folgen

Es trifft einen Menschen im tiefsten Kern und nimmt ihm das Gefühl, im eigenen Körper sicher zu sein. Die Möglichkeit anderen Menschen zu vertrauen, werden durch solche grenzüberschreitenden Erfahrungen von Grund auf erschüttert.

Schon im Säuglingsalter finden meist innerhalb der Familie Übergriffe statt und werden oft über Jahre fortgeführt. Frühes sexuelles Trauma kann auf zahlreiche Formen an Übergriffen und Nichtachtung zurückgehen: von offenem sexuellem Missbrauch bis zu heimlichem Begehren, das ein Kind verwirrt und ängstigt, da die ungezügelten Energien eines Erwachsenen seine sensiblen Grenzen verletzen. Durch Familienmitglieder, nahstehende Personen oder auch Autoritätspersonen ausgelöst kann das zu massiven Loyalitätskonflikten führen.

Sexualisierte Traumata sind allgegenwärtig und unabhängig von Geschlecht, Kultur, sozialem Status und Religionszugehörigkeit. Es kommt sprichwörtlich in den „besten“ Familien vor über alle Gesellschaftsschichten hinweg.

Wenn Menschen einen unausweichlichen Angriff oder Übergriff erleben und keine Möglichkeit haben, ihre natürlichen Verteidigungsreaktionen zu mobilisieren, können vielfältige Störungen folgen. Sexuelle Traumata beschädigen das gesunde Körpergefühl, das Vertrauen in sich selbst und andere Menschen, sowie die Fähigkeit Nähe zuzulassen.

Dieser körperliche, emotionale und mentale Stress kann auch über Generationen hinweg weitergegeben werden. Der eigene Körper wird als Feind erlebt. Belastende Ereignisse werden im Körper gespeichert und sind Quellen von Schmerz und Demütigung.

Dissoziation und Abspaltung des Erlebten sowie Körperpartien nicht mehr zu fühlen sind natürliche Reaktionen des Nervensystems, um das Unerträgliche zu überleben.

ZUR FORTBILDUNG

Wir arbeiten nicht nur mit bewussten Erinnerungen, sondern auch mit dem, was im Körper präsent ist. Schonend, langsam und wirkungsvoll.

Wir lernen, einen „Behälter“ für unsere Emotionen zu schaffen, um diese in Sicherheit zu erlauben – ohne überwältigt zu werden.

Der Körper verfügt über natürliche Prozesse, Traumata zu heilen und die Widerstandsfähigkeit des Nervensystems wiederherzustellen.

Wir lernen, eigene Körperreaktionen achtsam zu beobachten, wie sich unser Körper wieder sicherer anfühlt:

- Erstarrte Schockzustände („Freeze“) und eingeschlossene Überlebensenergien (Kampf-, Fluchtimpulse) dürfen sich auflösen.
- Wir verbinden uns mit Körperempfindungen und erforschen unsere Grenzen.
- Wir erkunden körperliche Empfindungen, die mit Scham und Schuld verbunden sind, ohne uns dabei überwältigen zu lassen.
- Körperbasierte, sanfte Übungen unterstützen diese Prozesse.

Hinweis: In den Kleingruppen müssen keine eigenen Themen benannt oder offenbart werden. Die Arbeit „funktioniert“ auch, wenn diese Themen verborgen sind.

DURCHFÜHRUNG UND DIDAKTIK

- Theoretischer Input / Plenum
- Kleingruppenarbeit
- Übungen
- Demonstrationen

2

FÜR WEN?

TeilnehmerInnen, die an einer der beiden Trauma-Weiterbildungen unseres TIB teilgenommen haben.

DOZENTIN Pia Baerwald, HP für Psychotherapie
klinische Leiterin des TIB

TEILNEHMERZAHL 8 - 10 TN

KOSTEN € 290.- incl. Pausensnack und Getränke

ZEITEN Sa 02.05.26, 10-17.00h
So 03.05.26, 10-16.30h

ANMELDUNG

Fortbildung **Frieden im Körper: Körperorientierte Heilung nach sexuellem Trauma**, 02.-03.05.2026.
Vereinbarungen zwischen dem TIB Traumatherapie Institut Berlin und

Name Geb. Datum

Anschrift

E-Mail

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.

-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 TeilnehmerInnen verpflichten sich Dozenten, AssistentInnen und TeilnehmerInnen 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 dessen Mitarbeiter 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: € 290,- (mit Eingang der Zahlung ist der Teilnehmerplatz verbindlich gebucht)

Überweisung auf folgendes Konto: „**Frieden im Körper**“ 2026

Dr. Dietrich Sternberg Apo Bank Berlin IBAN: DE 90 3006 0601 0002 4701 95

TIB Traumatherapie Institut Berlin
Wilskistr.4, 14169 Berlin-Zehlendorf
kontakt@traumatherapie-institut-berlin.de
www.traumatherapie-institut-berlin.de