

Männerfokussierter Traumafachberater

Die Männerfokussierte Traumafachberatung vermittelt Inhalte für einen traumasensiblen Umgang mit Männern und ihren geschlechtsspezifischen Kompensationsmustern. Dazu gehört für den Berater ein hohes Maß an Selbstreflexion über die eigene Biografie, die eigenen traumatischen Anteile und die individuellen Schutzmechanismen.

Die Weiterbildung will, neben dem fundierten Wissen über Trauma und den Traumafolgestörungen, besonders die Haltung des Beraters fördern und schulen. Es werden die wichtigen Werkzeuge zur Stabilisation und Regulation vermittelt.

Die Weiterbildung umfasst neben der fundierten theoretischen, auch viele praktische Inhalte und Methoden, der unterschiedlichen Richtungen. Außerdem vermittelt sie einen vielseitigen Methodenkoffer für eine fundierte traumasensible Männerberatung.

Das Ausbildungs-Setting ist ausgelegt für eine geschlechtshomogene Teilnehmergruppe von Männern.

Die Beratungssituation innerhalb der Männerarbeit beschäftigt sich überwiegend mit Krisenintervention, Gewaltverarbeitung, Rollenfindung und anderen Themen.

Den Mann beraten zu können, wenn dessen Grenzen überschritten wurden, das bedarf besonderen Wissens und einer traumasensiblen Beratungsgestaltung.

Grenzüberschreitungen, im Sinne von Trauma bedeutet, dass das individuelle Weltbild nachhaltig erschüttert wurde und der betroffene Mann sich in seiner Ohnmacht erleben musste. Oft erstarren die Betroffenen in dieser Ohnmacht.

In jedem Erlebnis der Ohnmacht steckt der Nährboden für Triggerreize, die dann wiederum zu spezifischen Kompensationsformen führen können.

Der Umgang mit den Traumata anderer bedeutet, dass die eigenen Traumata mit angeschaut werden sollten. Selbsterfahrungsteile sind also wichtiger Bestandteil der Fortbildung. Dies dient dem Selbstschutz und der Zuordnungsfähigkeit von Triggern, die oft in der Traumafachberatung gesetzt werden.

Dauer:

4 x 5 Tage (Montag bis Freitag)

plus: Interventionsgruppen

Termine:

- 05.-09.10.2026

- 25.-29.01.2027

- 19.-23.04.2027

- 18.-22.10.2027

Abschlussarbeit und Zertifikat:

- Selbstreflexive Prozessbeschreibung
- und Fallbeschreibung

Anzahl der Teilnehmer: Mindestens 12 (max. 18)

Zertifikat:

Männerfokussierter Traumafachberater des TraumAMann e.V.

Kosten: 1.050 € / Modul (Gesamtpreis inkl. Kurs, Unterkunft, Verpflegung)

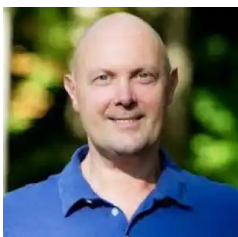
Ort: Lohmühle / Alpirsbach

Referenten:



Thomas Meister (*1969),

Theologe, christlicher Männerberater, Traumatherapeut, Heart Sync.-Berater, Traumafachberater, männerfokussierter Berater, Leiter des Lebenshauses Herrgad



Michael Diemer (*1966),

Physiotherapeut, Heilpraktiker (sektoral), Traumafachberater, -pädagoge, Traumatherapeut (SKT), männerfokussierter Berater, selbständig in eigener Praxis (Mingmen) und Gründer der Health Coaching Academy, im Vorstand der Polyvagalgesellschaft Deutschland, Vorstand TraumAMann e.V.

Inhalt:

- Grundlagen Trauma und Traumafolgestörungen (PTBS und kPTBS)
- Praktische Übungen (Regulation) und Selbstreflexion

Modul 1

M 1.0:

- Einführung in das Thema „Trauma“
- Definition Trauma
- Geschichte und Historie von Trauma
- Anzeichen und Symptome eines Traumas
- PTBS und K-PTBS - Traumafolgestörungen
- ICD 11

M 1.1

- Das Gehirn und Trauma
- Neurophysiologie
- Polyvagaltheorie / Autonomes Nervensystem
- Bindungstrauma
- Psychoedukation – Wissen schafft Sicherheit
- Praxis – Gestaltung des Beratungssettings

M 1.2

- Sicherheit und Bindung
- Traumatische Zange (Psychoedukation)
- Window of Tolerance (Daniel Siegel)
- Ressourcenarbeit
- Skills – sicherer Ort
- Der eigene sichere Ort – und das Verständnis von Sicherheit

M 1.3

- Mein Umgang mit Grenzen
- Selbstreflexion
- Selbstfürsorge für den Berater, die Beraterin und für den Klienten
- Grenzverletzungen – zu mir und gegen mich aus beiderseitiger Sicht
- Opfer – Täter- Thematik
- Übertragung – Gegenübertragung

M 1.4

- Stabilisierungstechniken
- Praktische Übungen
- Abschluss erstes Modul
- Infos
- Gründung von Interventionsgruppen
- Hausaufgabe: eigene Biographiearbeit (Beginn)

Modul 2:

M 2.0

- Inhalt: -traumasensible Haltung als Berater
 -eigene Biographiearbeit
- Ankommen, Rückmeldungen
 - Einführung in das Thema: traumasensible Haltung

M 2.1

- Traumasensible Beratung
- 5 Ebenen von „Traumasensibel“
(Empathie, Sicherheit, Wahlmöglichkeit, Mitarbeit, Selbstwirksamkeit)
- Gestalten eines Resonanzraumes
- Sprache des Beraters
- Wie gestalte ich Kontakt – zu mir und zum Gegenüber
- Co-Regulation
- Non-verbale Kommunikation (System sozialer Interaktion)
- Konzept des guten Grundes
- Praktische Übungen

M 2.2

- Traumabiographie - mein Lebensfaden
- Trauma- und Ressourcensmiley
- Selbsterfahrung für die eigene Traumabiographie
- Praxis

M 2.3

- Fortsetzung des Themas
- Männer – Gefühle – Wahrnehmung
- Männerspezifische Kompensationsstrategien

M 2.4

- Einführung in die Telearbeit
- „Was bringe ich mit?“
- Heard-Sync-Modell
- Intrinsische Rollenbilder – die innere Erbschaft
 - o Vater und Mutterbilder
- Abschluss, Info, Hausaufgaben

Modul 3:

M 3.0

Inhalt: -Telearbeit, Körperarbeit
-Alltagsbefähigung

- Einstieg in die Tage
- Reflexion
- Telearbeit

M 3.1

- Telearbeit
- Praxis und Übungen
- Modelle
- „das innere Team“
- „die innere Bühne“
- Transaktionsanalyse
- Die innere Landkarte (hic sunt dragones)

M 3.2

- Trauma und Körper
- Grundkenntnisse Somatic Experience (Pendeln, Titration, usw.)
- Bottom up – Top down – Prozesse.
- Neurozeption – Interozeption

M 3.3

- Achtsamkeit
- Körperschutzfunktionen
- Autopilot-Funktion
- Der Körper kennt den Weg
- Atem, (NELA)
- Männergesundheit

M 3.4

- Alltagsbefähigung, Alltagsführung
- Basisversorgung (Körperhygiene, Teilhabe am sozialen Leben, usw.)
- Positive Gesundheit
- Ressourcentraining
- Immanuel-Moment (vom guten inneren Ort zur belastenden Geschichte blicken)
- Abschluss, Info zur Abschlussarbeit

Modul 4:
M 4.0

Inhalt: -Selbstfürsorge und Selbstwirksamkeit
-Abschlussarbeiten, Fallbesprechungen und Zertifikat

- Einstieg, Reflexion
- Stabilisation- und Regulationstools

M 4.1

- Kreativität (wie kann ich kreativ mein Leben wieder gestalten)
- Depression – Stagnation – Progression
- Selbstwirksamkeit
- Traumaintegration (Was verändert mein Leben? – vom Warum zum Wozu)

M 4.2

- Besprechung der Prozessarbeit
- Besprechung der Fallarbeit

M 4.3

- Fortsetzung von Prozessarbeit und Fallbesprechung
- Männer und Transzendenz
- Zertifikatsübergabe und Feier

M 4.4

- Conclusio – Zusammenführung
- Reisebeschreibung, den eigenen Prozess Raum geben
- Abschluss und Abschied
- Ende

Anmerkungen:

- Jeder Tag endet mit einem Impuls (freiwillig)
- Eventuell thematischer Film als Abendprogramm (The Kid, Mister Hollands Opus, The Comeback, Goal)