# TRAUMAFOLGEN NACH UNFÄLLEN
# VOM SCHOCK ZUR HEILUNG

11. und 12. Juni 2027 – Leitung Murli Pauli
Fortbildung am Da Sein Institut Winterthur, 052 203 24 55
info@da-sein-institut.ch

## THEMA: Vom Überlebensmodus zurück zu Sicherheit

Nicht hinter allen Beschwerden nach einem Unfall liegt ein Trauma. Wenn dies jedoch der Fall ist, dann ist es essentiell, diesem zu begegnen - als Voraussetzung, die Symptome behandeln zu können.



**Kursübersicht**

Ein einzelnes traumatisches Erlebnis kann weitreichende Folgen haben und unsere Lebensqualität stark einschränken. Die Auswirkungen und Beschwerden sind vielfältig und nicht alle Betroffenen entwickeln die gleichen Symptome, wobei die Folgen sofort nach dem Erlebnis, oder auch erst viele Jahre später auftreten können. Symptome können Flashbacks, Dissoziation, Vermeidungsverhalten, Ängste, Scham- und Schuldgefühle, Hilflosigkeit und körperliche Beschwerden wie beispielsweise Schleudertrauma sein.

In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns mit Traumafolgen von Ereignissen wie zum Beispiel Unfällen in Sport oder Verkehr, Stürzen oder unerwarteten Schlägen.

Bei solchen Ereignissen wirken starke äussere Kräfte in kürzester Zeit auf den Körper ein und dem Organismus fehlt die Zeit und manchmal auch das visuelle Erkennen der Gefahr – es ist zu schnell, zu plötzlich, zu stark und zu überwältigend. Das Nervensystem bleibt durch die Erfahrung eines starken Aufpralls oft in einer Überlebenshaltung stecken. Vor allem Aufprallerlebnisse ausserhalb unseres Sichtfeldes haben einen besonders starken Einfluss auf unser Nervensystem.

Wir werden aufeinander aufbauende Techniken kennenlernen, welche das autonome Nervensystem dabei unterstützen, zurück zu Sicherheit und sozialem Kontakt zu finden. Wir befassen und damit, wie wir die Zeit dehnen und mit unseren Klient:innen das Erlebte umgestalten können. Durch diesen lösungsorientierten Ansatz mit kreativen und positiven Erfahrungen werden wir die dissoziierte Selbstwahrnehmung auflösen. So erarbeiten wir uns eine sichere Grundlage für den weiteren Therapieverlauf und stärken die Selbstwirksamkeit und die Genesungskompetenz unserer Klient:innen

Kursinhalte:

- Theorie zu Unfall, Aufprall und Nervensystem
- Was muss ich bei der Arbeit mit Traumafolgen nach Ereignissen grundsätzlich beachten?
- Die Arbeit mit der Zeitlinie des Aufpralls:
  - Etablieren von Ressourcen vor und nach dem Ereignis
  - überwältigte Verteidigungsreaktionen wieder herstellen
  - Erarbeiten einer erfolgreichen Bewältigung des Aufpralles
  - Heilung der dissoziierten Selbstwahrnehmung des Aufpralls
- Was unterstützt die Verstehbarkeit und Handhabbarkeit (Kohärenzgefühl) im Moment des zu plötzlichen Geschehens?
- Die besondere Herausforderung, die ein Aufprall von hinten mit sich bringt:
  - auf spielerische Weise den Zeitraum vor dem Ereignis dehnen
  - gezielte Unterstützung bei Schleudertrauma (HWS-Distorsion)
- Erkennen von Stressreaktionen in den Augen:
  - woran kann man erkennen, dass die visuelle Verarbeitung des Ereignisses überlastet ist?
  - wie und wann kann man die Augen unterstützen, ihren Stress loszulassen?

Kursziele:

- Sicherheit in der Arbeit mit Traumafolgen nach Unfällen erlangen
- Präzise und gezielt auf der Zeitlinie arbeiten lernen
- Schleudertrauma in der Cranio-Praxis behandeln können
- Wichtige Informationen aus den Augenbewegungen lesen und Zusammenhänge zwischen den Augen und der Nackensteuerung erkennen können