



# Praxis für Systemische Therapie und Naturheilkunde

Kim Saskia Heckens - Heilpraktikerin  
Trauma | Bindung | Resilienz

**Weiterbildung 2021 / 2022**

## **Systemische Beratung, Therapie & Aufstellungsarbeit auf Basis der Bindungs- & Traumatheorie**

### **Inhalte 2021**

#### **Modul I – 05. - 07. Februar**

##### **Sichere Bindung - Eine fundamentale Basis für ein gesundes Leben**

Theorie & Praxis der Bindungstheorie auf den Grundlagen der Arbeit von John Bowlby und Karl-Heinz Brisch. Bindung als sichere Basis. Bindungsmuster & Bindungsstörungen. Bindungsverhalten und Explorationsdrang. Bindungstheorie & -therapie in Form von Aufstellungsarbeit sichtbar machen. Arbeit mit Inneren-Kind-Anteilen.

#### **Modul II – 23. - 25. April**

##### **Polyvagaltheorie – Von der Co-Regulation zur Selbstregulation**

Einführung in die Polyvagaltheorie – die Hierarchie des Autonomen Nervensystems und unser Bedürfnis nach Sicherheit. Die Auswirkungen von sicheren und unsicheren Bindungsmustern auf unsere selbstregulatorischen Fähigkeiten.

#### **Modul III – 18. -20. Juni**

##### **Systemische Therapie – Grundlagen & Theorie**

Geschichte und Entwicklung der Systemischen Therapie. Grundlagen der Systemischen Theorie & Therapie. Interventionen der Systemischen Arbeit in Theorie und Praxis. Einzel- & Gruppensetting in der Systemischen Arbeit. Genogrammarbeit

#### **Modul IV – 03. - 05. September**

##### **Ego-State-Therapie – Die Arbeit mit den inneren Anteilen**

Geschichte & Entwicklung der Ego-State Therapie nach John & Helen Watkins. Definition, Theorie und Entstehung von abgespaltenen Anteilen der Persönlichkeit. Das System der "Inneren Familie" und "Inneres Team". Wie erkenne ich eigene Innere Anteile, wie trete ich mit diesen Ego-States in Kontakt und erkenne, welche Funktion und welche unerfüllten Bedürfnisse sie haben. Aufstellungsarbeit mit den Ego-States.

#### **Modul V – 19. - 21. November**

##### **Trauma – Wenn die Seele zutiefst erschüttert ist**

Was ist ein Trauma? Schock- & Entwicklungsraum. Was passiert in unserer Seele / Psyche während einer traumatischen Erfahrung? Was bedeutet Spaltung / Dissoziation? Welche Folgen können sich aus einem Trauma entwickeln? Gefahren einer Retraumatisierung. Wofür benötigen wir Ressourcen? Aufstellungsarbeit in der Traumatherapie



# Praxis für Systemische Therapie und Naturheilkunde

Kim Saskia Heckens - Heilpraktikerin  
Trauma | Bindung | Resilienz

## Inhalte 2022

### **Modul VI – 04. -06. Februar**

#### **Methodenseminar I – Ein Koffer voller Möglichkeiten**

Möglichkeiten & Interventionen aus der Systemischen Therapie, Traumatherapie & Ego-State-Arbeit. Ressourcenorientierte Tools, Stabilisierende Tools, Konfrontative Tools. Offenes Modul für externe Teilnehmer.

### **Modul VII - 22. -24. April**

#### **Der Körper vergisst nicht – Auswirkungen traumatischer Erfahrungen auf den Körper**

Auswirkungen von Traumatischen Erfahrungen auf den Körper. Nicht nur unser Gehirn, sondern jede einzelne Körperzelle speichert sämtliche unserer Lebenserfahrungen ab. Körperliche Symptome, Schmerzen, körperliche Erkrankungen durch ursprüngliche traumatische Erfahrungen. Langfristige Überforderungssituationen und langfristige stressbelastete Lebensphasen hinterlassen Spuren im Körper.

### **Modul VIII – 24. - 26. Juni**

#### **Methodenseminar II – Ein Koffer voller Möglichkeiten**

Möglichkeiten & Interventionen aus der Systemischen Therapie, Traumatherapie & Ego-State-Arbeit. Ressourcenorientierte Tools, Stabilisierende Tools, Konfrontative Tools. Offenes Modul für externe Teilnehmer.

### **Modul IX – 02. - 04. September**

#### **Transgenerationale Traumatisierung - Täter & Opfer**

Den Blick öffnen für die Mehrgenerationenperspektive. Ist Trauma vererbbar? Was macht den Täter zum Täter? Was macht das Opfer zum Opfer? Introjekt und/oder Identifikation? Folgen von emotionaler, körperlicher & sexueller Gewalt. Übergriffigkeit und Missbrauch

### **Modul X – 18. - 20. November**

#### **Abschluss**

**An allen WE steht die praktische Vorgehensweise in Therapie, Beratung und Aufstellungsarbeit auf Basis der Bindungs- & Traumatherapie im Vordergrund. In Selbsterfahrung und Selbstreflexion wird die Aufstellungsarbeit angewendet. Des Weiteren gibt es themenspezifische Theorieblöcke sowie verschiedene Interventionsmöglichkeiten aus dem systemischen und traumatherapeutischen Arbeitsfeld sowie Interventionen aus der Ego-State-Arbeit in Theorie und Praxis**

**Vierteljährlich werden Supervisionstage zum Vertiefen von Theorie und Praxis angeboten. Diese dienen zum Einen dem Vertiefen von theoretischen und praktischen Grundlage, Vermittlung weiterer systemischer und traumatherapeutischer Interventionen und Aufstellung arbeits- und berufsspezifischer Anliegen.**