

## Wieder ganz werden - Traumaheilung mit Ego-State-Therapie und Körperwissen

Jeder Mensch hat seine individuelle Kombination von Ego-States. Kombiniert man die Ego-State-Therapie mit somatischen Zugängen, werden auch korrigierende Erfahrungen auf Körperebene ermöglicht, was oft die Traumaheilung abrundet, die Persönlichkeit „wieder ganz werden lässt“. In diesem praxis- und übungsorientierten Tagesseminar wird der Fokus auf Anwendungsmöglichkeiten der Ego-State Therapie mit Traumabetroffenen gerichtet. Die Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen ist - kombiniert mit somatischen Strategien zur Regulierung des Nervensystems - sehr wirkungsvoll, nicht nur zur Linderung von Symptomen, sondern auch zur Stärkung der ganzen Persönlichkeit, und dies oft überraschend schnell und vollständig.

Anhand von Fallbeispielen, Demos und Übungen wird gezeigt, wie Spannungen auf Körperebene gelöst, Konflikte zwischen Persönlichkeitsanteilen bewältigt und das psychische und physische Gleichgewicht wieder hergestellt werden können.

Die Teilnehmer sollen verschiedene Möglichkeiten und Techniken der Ego-State-Therapie, der Ko-Regulation und Selbstregulation sowie somatische Zugänge kennen lernen und in der Praxis anwenden können.

Der Vortrag beleuchtet „**Scham, die versteckte Emotion - von Ohnmacht zu Stärke und Triumph mit Ego-State-Therapie und Körperwissen**“. Scham ist auch eng verbunden mit Trauma. Deshalb ist es bei der Traumabehandlung essentiell wichtig, die Scham als solche zu erkennen, sie zu beachten, zu entwirren, zu lösen. Dabei muss der Therapeut berücksichtigen, wie verwundbar Menschen mit Scham sind, wie leicht sie (wieder) beschämt werden und wie vorsichtig dieses Thema in der Therapie angegangen werden muss. Tiefe Scham ist gleichbedeutend mit Kollaps und komplettem Energieverlust, begleitet von Gefühlen der Ohnmacht und Hoffnungslosigkeit. Neben der Beschäftigung mit Scham aus verschiedenen Perspektiven und einigen theoretischen Erläuterungen wird Silvia Zanotta in diesem praxisnahen Vortrag aufzeigen, wie Klienten unter Einbezug des Körpers von der Ohnmacht und Immobilität der Scham sukzessive in eine Alpha-Physiognomie der gesunden Selbstbehauptung gebracht werden können, hin zu Würde, Freude, Triumph. Dabei verbindet sie Ego-State-Therapie mit somatischen Zugängen.

Dr. phil. Silvia Zanotta ist Eidg. dipl. Psychotherapeutin FSP, Eidg. dipl. Kinder- und Jugendpsychologin FSP

Literatur: S. Zanotta: Wieder ganz werden - Traumaheilung mit Ego-State-Therapie und Körperwissen, 2018, Carl Auer

**Termin:** 18./ 19. November 2022  
**Freitag:** 19:30 Uhr geselliges Beisammensein, 20:00 Uhr Vortrag  
**Samstag:** 09:30 - 17:00 Uhr Workshop  
**Ort:** Akademie für Gesundheitsberufe, Wieblinger Weg 19, Heidelberg  
**Kursgebühr:** € 120,- Mitglieder und € 180,- Gäste

---

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Workshop Dr. Silvia Zanotta an. Ich verpflichte mich zur Teilnahme an der o.g. Fortbildung. Bis 4 Wochen nach Erhalt der Ausschreibung werden Mitglieder bevorzugt! Danach erfolgt die Teilnahme in der Reihenfolge der Anmeldung. Ein kostenfreier Rücktritt ist bis 6 Wochen vor Kursbeginn möglich, danach sind die Fortbildungskosten zu zahlen, falls es nicht gelingt, den Platz wieder zu besetzen.

**Anmeldung bis 01. Oktober 2022 per Email oder Post: Robert Braun, Heidelberger Str. 18, 69126 Heidelberg**

Name: \_\_\_\_\_ Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Mail: \_\_\_\_\_

---

Ort Datum

Unterschrift

Bitte um Überweisung des Betrags bis zum 01. Oktober 2022 an:

www.gestalt-netzwerk-suedwest.com  
Sparkasse Heidelberg  
IBAN: DE62 67250020 0009099530 BIC: SOLADES1HDB