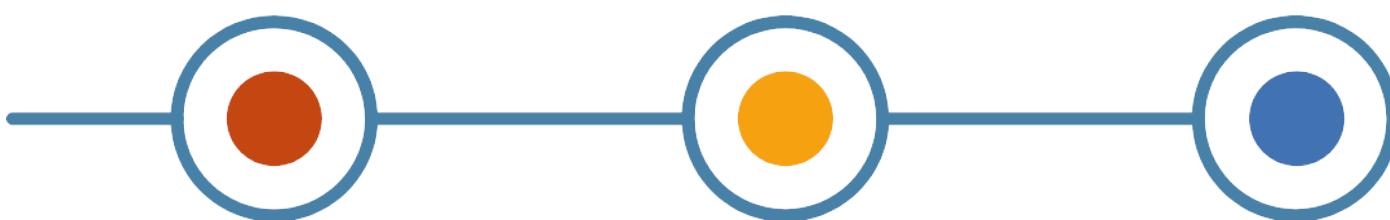


B_{eziehungs}dynamik, S_{exual}ität, T_{raumasensibilität}

Die Ausbildung für Singles und Beziehungsmenschen



**Traumasensible
Begleitung**

**Traumasensible/r Coach und
Beziehungs_{dynamiker}:in**

**Traumasensible/r
Beziehungs- und
Sexualtherapeut:in**

Herzlich willkommen bei INTAKA zur neuen Ausbildungsreihe z.Th. **Traumasensibilität**



Unsere 30jährige Erfahrung vereinen sich in dieser Ausbildungsreihe mit den neuesten Konzepten und Theorien aus Traumaforschung und Beziehungsdynamik und der Sexualtherapie.

In allen Bereichen finden sich neueste Erkenntnisse, die in der praktischen Tätigkeit dringend berücksichtigt werden müssen.

Bei INTAKA bieten wir dir professionelle Weiterbildungen in Coaching, Supervision, Organisationsberatung und Psychotherapie, die sich durch bewährte Konzepte, kontinuierlicher, lebendiger Weiterentwicklung, Synergie und einer wertorientierten Haltung auszeichnen.

Nach **1 Einführung ins Traumasensible Begleiten – Grundlagen**, können nachfolgende Ausbildungen angeschlossen werden. Die neue Ausbildung zum/r...

- 2 Traumasensible:n Coach und Beziehungsdynamiker:in**
- 3 Traumasensible:n Beziehungs- und Sexualtherapeut:in**

... bauen aufeinander auf
... bieten Online-Seminare und Präsenz-Seminare
... ergänzen das Seminarprogramm mit asynchronen Lernmöglichkeiten, die zuhause mit kurzen Videos in individueller Zeiteinteilung auf das Thema vorbereiten oder das Gelernte nacharbeiten.

Die einzelnen Online-Seminare kann man auch ohne die Gesamtausbildung buchen.
Wer allerdings am gesamten Programm Interesse hat, sollte dieses schon zu Beginn als Gesamtausbildung buchen. Da wir für Ausbildungen von der MwSt. befreit sind, kommt das Gesamtprogramm dann günstiger.
Gerne sind wir für Dich in persönlichen, kostenfreien Infogesprächen da.

Mit lieben Grüßen
Gerhard Gigler & das INTAKA-Team



1 Einführung ins Traumasensible Begleiten - Grundlagen

Grundlagen 1: Was ist ein Trauma

Termine	Mittwoch, 10. Januar oder 17. Januar 2024
Seminarzeiten	19.00 – 21.00
Seminarort	Online via Zoom
Inhalte	<p>„Es ist so wichtig, dass das Wissen über Trauma und den Traumafolgen in die Welt kommt, da so viel mehr an Verständnis wachsen könnte, und Beziehungen dadurch versöhnlicher gelebt werden und heilen können.“</p> <p>Nicht alles ist ein Trauma und dennoch begegnen wir in unserem Leben immer wieder vielen Situationen, die kleinere oder größere traumatische Spurrillen hinterlassen können. Es ist manchmal „das schnelle auf der Palme sein“, die Gereiztheit oder auch die Untererregung, die sich in emotionaler Taubheit oder „nichts auf die Reihe kriegen“ äußert. Ängste, depressive Episoden, Aggressionen und auch bipolare Verhaltensweisen, stehen auf der Trauma-Agenda. Gerade transgenerationale Traumate sind mittlerweile auch epigenetisch nachweisbar. Die Beschäftigung mit Traumata ist deshalb grundlegend in jeder Begleitung mit Menschen. Es ist aber zunächst auch hilfreich, um uns selbst zu verstehen.</p>

	<p>Das Wesentliche einer traumatischen Erfahrung und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse werden in dieser ersten Einheit deutlich und es gibt in erster Linie viel Input zu diesen Themen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Was ist ein Trauma und wie erkenne ich es? Welche unterschiedlichen Formen gibt es und was ist dabei zu beachten? Wann wirken schlimme Ereignisse heftiger?• Welche Traumafolgestörungen gibt es? Was passiert dabei im Gehirn? Was bedeutet dabei Dissoziation? Welche Rolle spielen Amygdala und Hippocampus? Was ist hippocampale Amnesie und welche Auswirkungen hat diese? Was ist das „windows of tolerance“ und wie gehen wir mit Selbstregulation um?• Welche Bindungsmuster der Vergangenheit spielen dabei eine wichtige Rolle?• Welche Auswirkungen haben Traumata auf Freundschaften, Beziehungen und Partnerschaften oder im Leben als Single?• Was ist die Neurobiologie von Stress und Traum und wie wirkt sich das auf die Begleitung von Menschen aus – in Coaching, Psychotherapie, Seelsorge, Pädagogik? Wie verändert dieses Wissen meinen Umgang mit Menschen grundlegend?
--	---



Grundlagen 2: Gedächtnis und Nervensystem

Termine	Mittwoch, 24. Januar 2024
Seminarzeiten	19.00 – 21.00
Seminarort	Online via Zoom
Inhalte	<p>Teil 1 ist Voraussetzung für diesen 2.Teil, da die grundlegenden neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse wichtig sind, um diesen Teil gut verstehen zu können. Ausnahmen müssen persönlich besprochen werden.</p> <p>Inhalte von Teil 2 sind:</p> <ul style="list-style-type: none">• Vertiefung der Neurobiologie von Stress und Trauma.• Gedächtnis und Erinnerung. Welche expliziten und welche impliziten Erinnerungen gibt es und was bedeutet das für Verletzungen in früher Kindheit und auch später?• Das Polyvagalsystem und das Nervensystem. Wie können uns Sympathikus und Parasympathikus (mit dem ventralen und dem dorsalen Nervus Vagus) in ein dynamisches Gleichgewicht bringen oder uns in eine blockierende Übererregung oder Untererregung stürzen?• Wie bewegen uns und was bewirken transgenerationale Traumata und welche neuesten neurowissenschaftliche und epigenetische Erkenntnisse gibt es dazu?• Welche zentrale Rolle spielt dabei die Arbeit mit und das Sprechen von unterschiedlichen Persönlichkeitsanteilen? <p>Voraussetzung: Grundlagenseminar</p>



Grundlagen 3: Übungen für traumsensible Begleitung

Termine	Mittwoch, 31. Januar 2024
Seminarzeiten	19.00 – 21.00
Seminarort	Online via Zoom
Inhalte	<p>Nach 2 Inputteilen (Teil 1 und Teil 2) geht es in diesem 3. Teil um die Praxis. Diese wird durch die 2 ersten Teile verständlich und individuell und flexibel einsetzbar.</p> <p>Inhalte sind:</p> <ul style="list-style-type: none">• Vertiefung der Polyvagaltheorie mit dem autonomen Nervensystem.• Welcher Background ist wichtig für Selbstregulation und Co-Regulation? Was bewirken und bedeuten Kompensationsmuster für das Nervensystem und welche Folgen hat Dekompensation?• Welche langfristig angelegten Möglichkeiten gibt es, um traumasensibel zu agieren und Selbstregulation zu forcieren?• Welche Methoden und Übungen gibt es für akute Situationen oder bei Dissoziation? <p>Unterschiedliche Übungen werden dabei theoretisch vermittelt und 3 ressourceorientierte Übungen werden praktisch durchgeführt.</p> <p>Voraussetzung: Grundlagenseminar</p>



2 Traumasensible:r Coach und Beziehungsdynamiker:in

2.1 Die 3 Online-Lern-Nuggets zum Polyvagalsystem

Termine	<p>Mittwoch, 06.03.2024 <u>Beziehungsmuster und Selbstregulierungs-Ego-State</u></p> <p>Mittwoch, 21.02.2024 <u>Übungen für Akutsituationen</u></p> <p>Mittwoch, 28.02.2024 <u>Genese und Kompensationsmuster von Persönlichkeitsanteilen</u></p>
Seminarzeiten	19.00 - 21.00
Seminarort	Online mit Zoom
Inhalt	<p><u>Beziehungsmuster und Selbstregulierungs-Ego-State</u></p> <p>Selbstregulation ist ein Schlüsselwort im Umgang bei traumasensiblem Begleiten und Coachen. Ego-States bestimmen über unsere Handlungsabläufe und Verhaltensmuster, beeinflussen unsere Gefühle und wie wir mit und in unterschiedlichen Kontexten umgehen können. Es ist so sehr wichtig einen flexiblen Selbstregulierungs-Ego-State zu entwickeln. Deshalb wird der eigene S.E.S. im Fokus dieses Seminars sein.</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> Was bedeutet Ego-State und welche Unterschiede gibt es zur Teilearbeit?

	<ul style="list-style-type: none"> • Wie erreiche ich einen resilienten und stabilen Selbstregulierungs-Ego-State, der dennoch offen ist für Entwicklung und Veränderung? • Welche Beliefs sind dafür hilfreich und wie konnte ich diese entwickeln? • Übung zum S.E.S und zum Polyvagalsystem <p>→ Polyvagal-Lern-Nugget 1</p> <p><u>Übungen für Akutsituationen</u></p> <p>Akutsituationen brauchen sensible Umgangsformen in der Begleitung. Übungen, die bilateral ansetzen, den Vagus Nerv mit einbeziehen, körperorientiert agieren und das bedeutet natürlich auch die Atmung mit einbeziehen. Diese Übungen stehen im Mittelpunkt des Seminars.</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zuordnung der Übungen zum Polyvagalsystem • Bilaterale Übungen aus dem EMDR – Eye Movement Desensitization and Reprocessing • Vagus-Übungen mit Atmung <p>→ Polyvagal-Lern-Nugget 2</p> <p><u>Genese und Kompensationsmuster von Persönlichkeitsanteilen</u></p> <p>Das Denken und Handeln mit Persönlichkeitsanteilen ist mittlerweile sehr bekannt. Doch wie entstehen Persönlichkeitsanteile und welche gibt es? Wie agieren Persönlichkeitsanteile und woran orientieren sie sich? Wie ist also die Genese und welche Kompensationsstrategien sind zu erkennen, die sich dann im Alltag zeigen? Was hat das damit zu tun, wie sich unser Nervensystem entwickelt und welche Strukturen sich „einbrennen“?</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie Persönlichkeitsanteile entstehen? • Welche unterschiedlichen Arten von Persönlichkeitsanteilen kennen wir? • Wie verhalten sich Persönlichkeitsanteile, wenn ihre Bedürfnisse erfüllt werden und wie, wenn diese nicht erfüllt werden?
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Welche Wirkung hat eine nicht ausagierte Energieladung von Persönlichkeitsanteilen für Seele, Geist und Körper? • Welche Rolle spielt der Innere Coach für ein zufriedenes System der Persönlichkeitsanteile? <p>→ Polyvagal-Lern-Nugget 3</p>
--	---

2.2 Die 3 Online-Lern-Nuggets zu Liebe und Beziehungsdynamik

Termine	<p>Mittwoch, 06.03.2024 <u>Der Anti-Narzisst oder „Wie Liebe beginnen kann!“</u></p> <p>Mittwoch, 13.03.2024 <u>Der Agent of Love oder „Wie Authentizität Liebe nährt!“</u></p> <p>Mittwoch, 20.03.2024 <u>Das Tauschgeschäft oder „Wie Liebe bedingungslos bleibt!“</u></p>
Seminarzeiten	19.00 - 21.00
Seminarort	Online mit Zoom
Inhalt	<p><u>Der Anti-Narzisst oder „Wie Liebe beginnen kann!“</u></p> <p>Liebe hat viele Gesichter und auch viele Zerrbilder. Narzissmus begegnet uns immer wieder im Alltag und auch in Beratungssituationen. Er irritiert, verwirrt, zieht uns von uns selber weg. Ausgehend von der Narzissmustheorie, wird verständlich, wie wichtig ein gesundes natürliches Selbstbewusstsein als Basis ist, um glücklich lieben zu können. Ein starker Selbstwert, der weder übertrieben ist, noch fixiert, ist Fundament für dieses Glück.</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der Mythos und wieso es destruktiven und auch konstruktiven Narzissmus gibt? • Was konkret haben Führung und Charisma mit Narzissmus zu tun? • Was bedeutet narzisstische Kompensation? • Was ist ein Topnarzisst, was ein Komplementärnarzisst?

	<ul style="list-style-type: none"> • Welche Auswirkungen hat ein „expanded self“? • Narzissmus in Beziehung: Spiegelung, Ideale Alter-Ego, pathologische Verschmelzung, pathologische Kontaktvermeidung • Wie lässt ein gesunder Narzissmus die Liebe beginnen? <p>→ Beziehungsdynamik-Lern-Nugget 1</p> <p><u>Der Agent of Love oder „Wie Authentizität Liebe nährt!“</u></p> <p>Das automatische Geben von Zuneigung und Liebe, das den Bezug zum jeweiligen Kontext verloren hat, wird gerade für parentifizierte Personen zur Blockade der Beziehungsfähigkeit. So schön und wohlig es sich für das Gegenüber zeitweilig anfühlen mag, so schräg hängt irgendwann das Beziehungsgefüge. Ausgehend vom Agency-Konzept nach Jack Lee Rosenberg, wird verständlich, wie wichtig es ist kontextbezogen empfinden zu können, um die Liebesfähigkeit weiterzuentwickeln. Ein authentisches Gefühlsleben im Hier und Jetzt, ist die Nahrung für intensives Beziehungserleben.</p> <p>Die Fawn-Response, also das liebliche und gefügsame Rehkitzverhalten, das es jeder Person recht machen will, steht auch hierzu auf der Agenda.</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was bedeutet es „Agent of Love“ zu sein? • Wieso die Fawn-Response zwar das Überleben sichert, jedoch die Integration von hilfreichen Persönlichkeitsanteilen ausschließt? • Wie komme ich zu mehr Authentizität? Welche Ressourcen sind für mich dazu wichtig? <p>→ Beziehungsdynamik-Lern-Nugget 2</p> <p><u>Das Tauschgeschäft oder „Wie Liebe bedingungslos bleibt!“</u></p> <p>Die Orientierung auf Leistung, Produktivität und Funktionalität im Berufsleben dringt mehr und mehr als Tauschoption mit Vermischungstendenz in den Kontext Familie und private Beziehungen ein. Als Übergangslösung wird oft in Kauf genommen, was Liebe tötet: das Funktionieren mit seiner Bindung an Bedingungen. Ausgehend von den unterschiedlichen Regeln von Organisation und Familie, wird klar, wie das Provisorium vom</p>
--	---

	<p>Tauschhandel in einer Beziehung zur Falle wird. Die klare Trennung bezüglich beruflicher und privater Rahmenbedingungen, ist für die Kontinuität eines prickelnden Liebeslebens ausschlaggebend.</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie funktionieren Organisationen und wie bleiben private Systeme lebendig? • Was bei einer Vertauschung und Vermischung der unterschiedlichen Systemregeln als Gefahr lauert? • Was „Leistungsfalle“ und was „Liebesfalle“ bzw. „Beziehungsfalle“ bedeutet? • Was meint eigentlich bedingungslos und wie können wir dieses Ideal überhaupt erreichen? <p>→ Beziehungsdynamik-Lern-Nugget 3</p>
--	---

2.3 Die 3 Online-Lern-Nuggets zu Single- und Paardynamik

Termine	<p>Mittwoch, 10.04.2024 Paardynamik</p> <p>Mittwoch, 17.04.2024 Singledynamik</p> <p>Mittwoch, 24.04.2024 Coachingtools für Singles und Paare</p>
Seminarzeiten	19.00 - 21.00
Seminarort	Online mit Zoom
Inhalt	<p>Paardynamik</p> <p>Paare entwickeln ihre je eigene Dynamik zwischen Autonomiebestreben und Bindungsnähe. Innerhalb dieser Pole entstehen unterschiedliche Muster, die mal Verständnis und mal Unverständnis hervorrufen, je nachdem, was der biografische Rucksack an „Erfahrungs-Material“ beinhaltet. Daran verzweifeln manche Paare und andere wiederrum werden glücklich, bis dass der</p>

	<p>Tod sie scheidet – oder eben ein anderes der vielen unvorhersehbaren Ereignisse des Lebens.</p> <p>Inhalt wird u.a. dezidiert sein, was Streit und Konflikt in einer Partnerschaft bedeutet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wieso es sich immer wieder um Autonomie und Nähe dreht und was dies mit der eigenen Vergangenheit zu tun hat! • Wieso dient Streit dazu, eigenen Schmerz zu vermeiden? • Wieso ist die Vermeidung von vergangenem Schmerz, der Beginn von Abhängigkeit? • Wieso spielt nach einiger Zeit eine Art Hass-Liebe sooft eine wichtige Rolle in Beziehungen? • Wieso Krisen wichtig und evolutionär gewollte Differenzierungsvorgänge sind? • Welche Wege führen zu einer wohltuenden und entwicklungsorientierten Partnerkultur? <p>→ Single-und-Paardynamik-Lern-Nugget 1</p> <p><u>Singledynamik</u></p> <p>„Da bleibe ich doch lieber allein!“ Das sagen sich derzeit viele und mehr und mehr Single-Haushalte entstehen. Zurückgeworfen in die eigene innere Dynamik entstehen neue wunderbare Lebenskonzepte und auch verbitterte Erfahrungen. Die eigenen Prägungen und Beliefs, werden dabei einen Fokus bilden, der die innere Dynamik zwischen Alleinsein und in Beziehungsein widerspiegeln.</p> <p>Inhalte u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wer definiert, wann man Single ist? • Wie laufen Differenzierungsprozesse zwischen Individualität und emotionaler Verbundenheit? • Was bedeutet es, auf das gespiegelte Selbstgefühl in Partnerschaften zu verzichten? • Wie wirken sich Kompensationsmuster und Dissoziation als Single aus? • Wie komme ich zu einer wohltuenden und entwicklungsorientierten Singlekultur? <p>→ Single-und-Paardynamik-Lern-Nugget 2</p> <p><u>Coachingtool für Singles und Paare</u></p>
--	--

	<p>In der Begleitung von Paaren braucht es eigene Tools, genauso, wie in der Begleitung von Singles, die sich um ihr Beziehungsleben zu sich und andere kümmern mögen. Tools aus unterschiedlichen Ansätzen bilden das Zentrum dieses Seminars</p> <p>Inhalt u.a.:</p> <ul style="list-style-type: none">• Wieso die kritische Dynamik für Singles und für Paare die Gleiche ist: Kein Wachstum und keinen Komfort?• Wie mit der kritischen Dynamik umgegangen werden kann?• Eine Methode für Singles und Paare: Die kritische Dynamik als Pol-Skizze! <p>→ Single-und-Paardynamik-Lern-Nugget 3</p>
--	--



Präsenz-Seminare

2.4 Beziehungskreativität statt Krisendynamik

Termine	26. April - 28. April 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Was in Beziehungen als Krisendynamik wahrgenommen wird, beziehen die Partner/innen auf sich und ihre Beziehung. Solange dies geschieht, gibt es keine Lösung.</p> <p>Wer sagt jedoch, dass die entstehende Konfliktdynamik wirklich mit der aktuellen Beziehung zu tun hat? Ein Perspektivenwechsel zeigt eben, dass die Konfliktdynamik oftmals nicht nur mit den aktuellen Ereignissen zu tun hat. Dadurch kann der Konflikt transformiert werden und die Dynamik ressourcenorientiert und beziehungskreativ genutzt werden kann.</p> <p>Das MODELL DER TRUMASENSIBLEN BEZIEHUNGSDYNAMIK zeigt, dass Partner versuchen Bindung über traumatisierte Erfahrungen von Bedürfnisvermeidung herzustellen und wie diese Art der Bindungsdynamik aufgelöst werden und zu Beziehungskreativität und Beziehungskompetenz werden kann.</p> <p>Die METHODE DER TIMELINE DER BEZIEHUNGSBEDÜRFNISSE eröffnet die Schattensaspekte durch die unterschiedlichen jüngeren Schichten. Und genau diese sind es, die Ressourcen kreativ freisetzen.</p>

2.5 Beziehungsenergie zwischen Bindung und Autonomie

Termine	07. Juni - 09. Juni 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Die Sehnsucht nach bedingungsloser Liebe führt uns zu einem wunderbaren Nähe-Distanzverhältnis, das uns in Beziehungen Wertschätzung und Selbstwert erleben lässt – wenn es gelingt. Diese Sehnsucht verleitet uns aber auch zu Überanpassung und Idealisierung, zu Unteranpassung und Abwertung und kann zerstörerische Ausmaße annehmen – manchmal auch schleichend und unbemerkt. Keine Pole prägen unsere Beziehungsmuster so stark, wie die Pole von Autonomie und Bindungsnähe.</p> <p>DAS MODELL DER ELLIPSE DES BEGEHRENS erklärt die Dynamik zwischen beiden Polen und auch Kompensationsmuster. Was wir mögen, was wir aushalten, was uns guttut und glücklich macht, hängt von unserem Reifeprozess ab, wie wir mit bindungsbezogener Autonomie umgehen lernen. Denn eins ist immer wieder von Bedeutung: die Ambivalenz zwischen beiden Bewegungen.</p> <p>Die METHODE DER IMAGINATIVEN NEU-INSZENIERUNG transformiert die Beziehungs dynamik in der Arbeit mit Einzelnen, kann aber auch mit Paaren angewendet werden.</p>



2.6 Neurosystemisches Coaching und EMDR – mit Zertifizierung, NSC

Termine	08. August - 11. August 2024 Donnerstag, 18.00 – 22.00 Freitag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>NSC® ARBEITET MIT DEM SYSTEMISCHEN HEXAGON® ALS HINTERGRUNDMODELL, das die unterschiedlichen Systemfelder, wie Bühnen auf denen unser Leben spielt, auffächert. Dabei sind die Sozialen Systeme mit den Personen im Arbeits- und Privatbereich ebenso wichtig, wie die sinn- und haltgebenden Systeme, die uns in Organisationen und in unserer Emotion begegnen.</p> <p>Wie im EMDR bezieht auch der NSC®-Coach im Neurosystemischen Coaching die bilaterale Hemisphärenstimulation mit ein. DABEI WERDEN DIE WACHEN REM-PHASEN DER RAPID EYE MOVEMENTS GENUTZT UND MIT SYSTEMISCHER AUFSTELLUNGSARBEIT VERBUNDEN.</p> <p>Das Mamut unseres Unbewussten, das 99 x größer scheint als die bewussten Anteile, wollen wir zu neuen Mustern zielorientiert steuern und bleiben dabei oftmals in alten Mustern stecken. Die Neuroplastizität unseres Gehirns ist die Chance das Mamut in die richtige Richtung anzutriggern. Durch die „wachen REM-Phasen“ werden emotional belastende Erlebnisse „einsortierbar“.</p> <p>Mit Hilfe der Arbeit mit den Pushboards (Aufstellungs-Boards mit Magnetfiguren) werden aktuell belastende Aufstellungsbilder kontextualisiert und auf der Timeline verortet. Wegen der Bewegungsmöglichkeit brauchen wir also Pushboards mit Magnetfiguren. Das neue Aufstellungsbild kann durch bilaterale Systemstimulation etabliert werden. Blockierende Alltagstrancen, die aus hinderlichen Kontextvermischungen entstanden sind, werden dadurch aufgelöst. Der Kontextflow zwischen den einzelnen</p>

	<p>Systemfeldern ist Ziel. Die Aufstellungen geschehen in Kombination mit dem Vordergrund-Hintergrund-Prinzip aus der Gestaltarbeit, damit sichergestellt wird, dass das „Lösungsbild“ sich nicht aus dem „Problembild“ entwickelt, sondern autonom erlebt wird.</p> <p>Das Ziel der Arbeit mit NSC® ist also nicht nur Work-Life-Balance, die wir lieber „Work-Private-Flow“ nennen, sondern auch „Sinn-Interaktions-Flow“ und „Support-Selfsupport-Flow“. Gerade die Self-Support-Systeme werden durch die Etablierung der Figur des Inneren Coaches fest verankert. Wenn diese 3 Flow-Arten im eigenen Erleben spürbar sind, fühlen wir uns wohl, produktiv und kreativ.</p> <p>Ausgewählte Inhalte in Stichpunkten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Das Systemische Hexagon® mit den 3 bedeutsamen Flow-Arten • Der Einsatz des digitalen Fragetools, der Persönlichen System-Profil-Analyse und das Spinnennetzdiagramm (Systemogramm) als Analyseinstrumentarium für Fallen (Probleme, Herausforderungen) und Ressourcen • Wieso wir von Triggergrenze sprechen und nicht von Problemen – die Idee der Kontaktgrenze aus der Gestalt • Die Neuroplastizität unseres Gehirns und neurophysiologische Vorgänge bei bilateraler Stimulation • Die Bedeutung der REM-Phasen und der Schlaffrequenzen und die Erkenntnisse der EMDR-Begründerin Francine Shapiro • Das NSC®-Standardprotokoll im Vergleich mit dem EMDR-Standardprotokoll und einzelnen Protokollen zu Störungsbildern • Die Bedeutung von hinderlichen und förderlichen I-Beliefs, Ich-Kognitionen und Skalierungsverfahren • Die Kontextualisierung von Systemaufstellungen mit Pushboard und Timeline und die Bedeutung des Vordergrund- und Hintergrund-Prinzips aus der Gestalt für die Aufstellungsarbeit • Die Arbeit mit dem Inneren Coach als Innere Führungs-Instanz
--	---



	<ul style="list-style-type: none">• Entmischungs-Hypnose von vergangener Situation und neuem Erleben <p>Systemische Aufstellungsvarianten mit „wachen REM-Phasen“</p>
--	---

2.7 Körperarbeit, Atmung, Kreativität und Imagination

Termine	04. Oktober – 07. Oktober 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00; 14.30 – 18.30 Montag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Peter Levine hat den Satz geprägt: „WER TRAUMATHERAPIE MACHT UND DABEI DEN KÖRPER NICHT EINBEZIEHT, BEGEHT KÖRPERVERLETZUNG“.</p> <p>Dieser Satz gilt genauso für Traumasensibles Arbeiten im Coaching mit Singles und auch mit Paaren. Beziehung ohne Körper, ist keine. Wir sind immer auch körperlich und werden deshalb in dieser Einheit Bewegung, Tanz, Körperarbeit ins Zentrum rücken. Dabei geht es um die VIER-SCHRITTE-VERBINDUNG VON KÖRPERARBEIT, ATMUNG, KREATIVITÄT UND IMAGINATION.</p> <p>Was davon wie und in welchen Settings umgesetzt werden kann, wird Zielsetzung für die Praxis als Beziehungsdynamiker und Coach.</p>



2.8 Polyvagale Gesprächskultur in Beziehungen – vergegenwärtigt Kommunizieren

Termine	06. Dezember - 08. Dezember 2024 Dienstag, 18.00 – 22.00 Mittwoch, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Donnerstag, 9.00 – 13.00
Inhalt	Gerade mit Paaren, aber auch in anderen Beziehungen braucht es KOMMUNIKATIONSMODELLE UND -ÜBUNGEN , die in der Praxis angewendet werden können. Die METHODE DES VERGEGENWÄRTIGTEN KOMMUNIZIERENS ist eine Vorgehensweise, die ganz bestimmten Mustern folgt und direkt angewendet werden kann – im Coaching, aber auch zuhause von Paaren und in anderen Beziehungen.



Kosten

Ausbildung zum / zur Traumasensiblen Beziehungsdynamiker:in & Coach	
Einführung in Traumasensibles Begleiten (3 x 2 Stunden)	105,00€
Online-Lern-Nuggets zum Polyvagalsystem (3 x 2 Stunden)	105,00 €
Online-Lern-Nuggets zu Liebe und Beziehungsdynamik (3 x 2 Stunden)	105,00 €
Online-Lern-Nuggets zu Single- und Paardynamik (3 x 2 Stunden)	105,00 €
Traumasensible/r Beziehungsdynamiker/in und Coach Präsenz-Einheiten (96 Stunden) incl. NSC®-Coach	2400,00 €
Abendakademie: im Ausbildungspreis enthalten	-
Online-Systembrett: im Ausbildungspreis enthalten	-
Zertifizierungsgebühr bei Zertifizierung zum / zur Traumsensiblen Beziehungsdynamiker:in & Coach (fällt erst zur Zertifizierung an)	295,00 €
Gesamtpreis bei Einzelbuchungen	2820,00 €
Gesamtpreis bei Buchung der gesamten Ausbildung mit Frühbuchergeschenk (Wir schenken Ihnen die Online-Seminare ab dem Zeitpunkt der Ausbildungsbuchung.)	2400,00 €
Zahlungsmodalität: Online-Seminare, die vor der Ausbildung gebucht werden jeweils vor Seminarbeginn Präsenz-Seminare in 5 monatlichen Raten von Juni 2023 – Oktober 2023 in Höhe von 480,00 €	



Weitere nachfolgende 8 Präsenzseminaren bilden zur/m Traumsensible/n Beziehungs- und Sexualtherapeut/in aus

Gelebte oder auch ungelebte Sexualität ist eine der stärksten Energiequellen, die unsere Identität ausmacht. Zugleich gibt es wohl kaum ein Thema, das so stark ausgeblendet, überspielt, oberflächlich weggelächelt oder mit eingefahrenen Alltagserklärungen zur Seite gestellt wird.

Erkenntnisse aus der neuesten Sexualforschung werden meist auch in Coaching- und Therapieausbildungen wenig oder nicht integriert. Dabei gehört Sexualität zum Kern unserer Identität und beeinflusst unbewusst auch unser Alltagserleben. Hierbei denken viele an sexuelle Praktiken, aber es geht im Umgang mit diesem Thema um die eigene authentische Lebendigkeit in Verbindung mit meinen Bindungsmustern, die durch traumatische Verletzungen blockiert werden können.

Es geht um deine authentische Beziehungslebendigkeit



3 Traumasensible/r Beziehungs- und Sexualtherapeut/in

3.1 Die Ellipse des sexuellen Begehrens I – Dynamik der Pole

Termine	19.Januar – 21.Januar 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Die ELLIPSE DES SEXUELLEN BEGEHRENS ist ein Modell, das sich auf die Arbeit von David Schnarch bezieht.</p> <p>Im Mittelpunkt steht dabei die Dynamik von Komfort- und Performancespirale, die die Bewegung abbildet, die in allen Beziehungen zum förderlichen und ausgeglichenen Beziehungsflow beiträgt, oder zur destruktiven Beziehungsblockade. Dabei ist immer auch die Beziehung zu sich selbst mit gemeint.</p> <p>Die METHODE AUTONOMIEORIENTIERTER BEZIEHUNGSDIALOG übt die Zielrichtung ein, um die es wohl zentral immer wieder geht, um Beziehung, Begehen und Sexualität wach und lebendig zu gestalten: selbst-bestätigte Intimität.</p> <p>Allerdings ist diese Methode auch auf alle anderen Beziehungen und Coaching- und Therapiesituationen anwendbar.</p>

3.2 Traumasensibles Ressourcen-Coaching mit EMDR – mit Zertifizierung, EMDR

Termine	02. – 03. Februar 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30
Inhalt	<p>Unsere EMDR-Einheit setzt sich zusammen aus dem 4-tägigen Seminar zum NeuroSystemischen, NSC®-Coach (alternativ: wingwave®-Coach) und diesem 2-tägigen Seminar in traumasensiblem Ressourcen-Coaching mit EMDR. Sowohl als wingwave®-Coach, als auch als NSC®-Coach kann man also diese 2 Tage in EMDR für Coaching und Therapie upgraden.</p> <p>Bewusst werden in der Ausbildung Inhalte für das Coaching-Setting vermittelt und ebenso Inhalte für die Arbeit in der Psychotherapie. Psychotherapeutische Inhalte werden kognitiv vermittelt und entsprechend EMDR-Protokolle weitergegeben. Gerade auch für die traumasensible Arbeit im Coaching sind diese Inhalte sinnvoll, zudem wird auch die Thematik der Abgrenzung beider Berufsformate beleuchtet.</p> <p>Teilnehmer/innen, die in Psychotherapie oder psychotherapeutisch-orientierten Settings arbeiten, können die EMDR-Protokolle direkt 1 : 1 umsetzen.</p> <p>Geübt werden zudem mehrere Ressource-Methoden, die den traumasensiblen Einsatz im Coaching zum Fokus haben. Francine Shapiro hat als Entwicklerin von EMDR besonderen Wert auf bilaterale Ressource-Übungen gelegt und die 70-30%-Regel eingeführt. Das meiste in Coaching und Therapie (70 %) soll also Ressourcenarbeit sein.</p> <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Neurophysiologie und Vertiefung der Polyvagaltheorie • Übungen zu Sicherheit, Ressourceaktivierung und psychologischer Stabilisierung • Hausaufgaben für Klient:innen

	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutsame Traumaformen und Auswirkungen • Traumaexposition und Krisenintervention mit CIPBS® als Ressource-Methode • EMDR Standard-Protokoll im Vergleich zu Wingwave® und NSC® <p>Protokolle zu verschiedenen Störungsbildern (Trauer, Phobie, Psychosomatik, Angst, unerwünschte Verhaltensmuster, Süchte, Allergie, Schmerz u.a.) für Psychotherapie und für den traumasensiblen Umgang im Coaching.</p>
--	--

3.3 Die Ellipse des sexuellen Begehrens II – Angstregulation und die systemische Funktion sexueller Funktionsstörungen

Termine	<p>11.April – 14.April 2024</p> <p>Donnerstag, 18.00 – 22.00 Freitag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00</p>
Inhalt	<p>Wer seine Emotionen selbst regulieren kann, ist Chef/in der eigenen Persönlichkeitsanteile. Wer dies nicht kann, gibt Innere Führung an einzelne Persönlichkeitsanteile ab und fühlt sich in manchen Situationen fremdgesteuert.</p> <p>Vor allem sind es Ängste aus vergangenen Zeiten, die das „dort und damals“ in die Dynamik des „hier und heute“ mischen. Die eigene Angstregulation ist Basisziel in der „traumasensiblen Beziehungs- und Sexualtherapie“.</p> <p>Auf einmalige Art und Weise integriert das „Modell der Ellipse des sexuellen Begehrens“ die „Polyvagaltheorie“. Dadurch erhält die Verbindung von Traumsensibler Begleitung und Beziehungs- und Sexualtherapie eine Klarheit, die die Dynamik aller Beziehungssituationen verständlich und plausibel erklärt.</p> <p>Inhalte sind auch die sogenannten sexuellen Funktionsstörungen (Genitale Schmerzsyndrome, Orgasmusstörungen,</p>

	Sexuelle Appetenzstörungen, Sexuelle Erregungsstörungen, körperliche Erkrankungen, etc...), die in ihrer Bedeutung, also ihrer Systemischen Funktion gesehen werden – statt der Störung rückt dadurch der Lösungsversuch des Organismus und des Systems ins Zentrum.
--	--

3.4 Sexuelle Leidenschaft, Fantasien, Reinszenierungen, und das ideale sexuelle Szenario

Termine	26.Juli – 28.Juli 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Wenn die Lust tot ist, stellt sich die Frage: Kann sie wiederbelebt werden? Wenn wir das „Ich“ dem „Wir“ opfern, ist die Opferhandlung schon geschehen auf dem die Leidenschaft auf dem Altar des „Wir“ ermordet wird. Diese psychodynamische Sicht von Individuation und Beziehung steht im Fokus dieser Einheit und wird verdeutlicht durch das WIR-ICH-TABUSIERUNGSMODELL. Denn der Tabubereich vergrößert sich, je mehr das Wir das Ich verschluckt.</p> <p>Sexuelle Leidenschaft und Fantasien, Reinszenierungen und alle Schattenanteile rücken in den Blick.</p> <p>Die METHODE DES IDEALEN SEXUELLEN SZENARIOS von U. Clement bildet eine Möglichkeit, die ganz konkret mit unseren Klienten umgesetzt werden kann – sowohl im Einzel, wie auch im Paar-Setting.</p>

3.5 Zwischen Missbrauch und posttraumatischem Wachstum – die eigene sexuelle Geografie

Termine	27.September – 29.September 2024 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Die posttraumatische Belastungsstörung wird gut wahrgenommen, weniger jedoch das posttraumatische Wachstum. Gerade, wenn wir uns mit small-t-traumata beschäftigen, wie im Coaching und möglicherweise auch in der Therapie, werden uns viele RESSOURCENREICHE TRANSFORMATIONEN begegnen. Wie diese gut angebahnt werden können, ist Inhalt des Seminars. Weil auch Kontrolle über Beziehung ein Thema ist, rückt das Thema Begehrten und Verlangen in den Mittelpunkt, denn die Person kontrolliert die Beziehung, die das schwächeren Verlangen hat. Begehrten und Verlangen ist also auch ein Steuerinstrumentarium in Bezug auf Beziehungsdynamik. D. Schnarch hat dies in seinem „high-desire-low-desire-Konzept“ verdeutlicht. In der eigenen SEXUELLEN GEOGRAFIE können die eigenen Plots sichtbar werden.</p> <p>Als sehr intensiv traumabeladenes Thema braucht sexueller Missbrauch seinen eigenen Raum. In den Blick kommen dabei sowohl die spezifischen Auswirkungen und Folgestörungen, als auch der Wachstumsprozess, der sich daraus entwickeln kann.</p>

3.6 Innere Anteile, Schatten, Kompensationsmuster und das Spiel mit der Macht – Dominanz und Unterwerfung

Termine	07.Februar – 09.Februar 2025 Freitag, 18.00 – 22.00 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Das Modell des Systemischen Hexagons eignet sich auch hervorragend als MODELL DER KOMPENSATIONSMUSTER. Wie wir mit unseren inneren Anteilen umgehen, wie wir Schattenanteile zu vermeiden versuchen und damit in uns selbst eine Bühne der Machtspiele eröffnen wird in diesem Seminar erlebt. Kompensation ist ein wunderbar hilfreicher Vorgang, der jedoch auch zerstörerische Auswirkungen haben kann.</p> <p>Gerade die Polyvagaltheorie bietet eine gute Basis, um das Spiel der Macht, zwischen Dominanz und Unterwerfung, genauer zu beleuchten. Sich daraus ergebende Bindungsmuster bestimmen über die Beziehungsdynamik im Alltag. Die Kollusionstypen nach J. Willi sind aufschlussreich und können für die Dynamik der Beziehung reflektiert werden. EXPLORIERENDE FRAGEN, DIE ZUR DIFFERENZIERUNG führen, sind Lerninhalte auf der Basis des Differenzierungsansatzes von D. Schnarch. Er beschreibt am besten, wie Beziehung auch in einem stagnierenden emotionalen Pad landen kann, und sich nichts mehr bewegt.</p> <p>Nähe und Distanzübungen sind in jeder Paarsitzung weiterführend.</p>

3.7 Interventionen für die paar- und sexualtherapeutische Praxis – ein Verfahrensdialog

Termine	09.April – 11.April 2025 Mittwoch, 18.00 – 22.00 Donnerstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Freitag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>Aus den unterschiedlichen Verfahrensweisen können wir Methoden und Interventionen für die Beziehungsarbeit nutzen. Beliebte Techniken, wie der Leere Stuhl und imaginative und kreative Methoden aus der Gestalttherapie, die Reframingtechniken und die TimeLine aus dem NLP, die Aufstellungs- und Skulpturarbeit aus der Systemischen Therapie, des Szenische Gestalten und die Spielvarianten aus dem Psychodrama u.a. werden in dieser Einheit in Dialog gebracht und auf Beziehungsarbeit hin reflektiert und strukturiert gesammelt.</p> <p>Spezifische Techniken aus der Paar- und Sexualtherapie, wie z.B. Nähe-Distanz-Übungen, the-neuralgic-point-interview, Konfliktintegration, Körper- und Differenzierungsübungen, Augenkontakt-Übung, das ISS (Ideale Sexuelle Szenario), (Sexuelle) Beziehungs-landkarten mit entsprechendem Beliefs-Background, Selbstbild-Übungen,</p> <p>Auch die verschiedenen sexualtherapeutischen Schulen und Ansätze (psychoanalytisch, systemisch, verhaltenstherapeutisch, Sensualitätstraining, Hamburger Schule, sexocorporel) werden kennengelernt. Der bindungsorientierte und differenzierungsorientierte Ansatz ist gerade im Hinblick auf die Ellipse des sexuellen Begehrns interessant.</p>



3.8 Beziehungen zwischen Trauma- und Wertschätzungs-Dynamik. Abschluss, Reflexion und Start in der eigenen Praxis

Termine	22.Mai – 25.Mai 2025 Donnerstag, 18.00 – 22.00 Freitag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Samstag, 9.00 – 13.00; 14.30 -18.30 Sonntag, 9.00 – 13.00
Inhalt	<p>„Wie geil ist das denn? Da sind wir tatsächlich mit unserer (small-t-) Trauma-Dynamik gekommen und nun würde ich unsere Dynamik als Wellness-Dynamik bezeichnen.“</p> <p>Diese Aussage eines homosexuellen Paars markiert wohl den bestmöglichen Erfolg im Beratungssetting, der möglich ist, aber nicht immer so wunderbar klar eintritt.</p> <p>Die Entschlüsselung der eigenen Krisen-Dynamik bezieht wohl vergangene Konflikt-Szenarien immer mit ein, um zu einer aktuellen Wertschätzungs-Dynamik in der aktuellen Beziehung zu sich und zu anderen zu kommen. Dabei ist es wenig entscheidend, welches Beziehungsmodell man lebt, ob als Single oder in Partnerschaft, in Dreierbeziehungen oder einem offenen Beziehungsmodell, ob als heterosexueller, homosexueller, bisexueller oder asexueller Mensch oder eben ganz individuell einfach als „DU“.</p> <p style="text-align: center;">„ENTSCHEIDEND ALLEIN IST, DASS DU LIEBEN KANNST, DICH UND ANDERE!“</p>



Zusätzliche Zeitressourcen:

Ganz bewusst ist die Einteilung des weiteren Verlaufs sehr frei und offen gehalten. Jede/r Teilnehmer/in kann selber entscheiden, ob und in welchem zeitlichen Rhythmus weitere Bausteine sinnvoll sind. Obligatorisch ist dabei ein Kurzreferat von ca. 20 Min., dass in Kleingruppen präsentiert wird.

Die Besprechung einer Kurzdoku über eine Sitzung mit einer/m Klienten/in ist fakultativ und dient der eigenen Profilschärfung. Ebenso werden Online-Peergruppentreffen, Supervisionen und asynchrone Inhalte empfohlen, die zwischen den Einheiten als VideoClips und Arbeitsblätter weitergegeben werden.



Präsenz- Seminare	in Regensburg bei INTAKA
Online- Seminare	per Zoom
Asynchrones Lernen	ist immer individuell gestaltbar, durch Video-Clips und/oder Aufgabenstellungen, die Sie zuhause nach freier Zeiteinteilung bearbeiten können.

Asynchrones Arbeiten

Asynchrones Arbeiten planen Sie selbst alleine oder zusammen mit den anderen Teilnehmer:innen oder Ihren Peers. Sie können auch schon zwischen den Einheiten die anwesende Gruppe nutzen zum gemeinsamen Üben und Experimentieren oder auch andere Zeiten für diese Arbeit vereinbaren.



Kosten

Ausbildung zum/zur Traumasensiblen Beziehungs- und Sexualtherapeut/in	
Einführung in Traumasensibles Begleiten (3 x 2 Stunden)	105,00€
Online-Lern-Nuggets zum Polyvagalsystem (3 x 2 Stunden)	105,00 €
Online-Lern-Nuggets zu Liebe und Beziehungs dynamik (3 x 2 Stunden)	105,00 €
Online-Lern-Nuggets zu Single- und Paardynamik (3 x 2 Stunden)	105,00 €
Traumasensible/r Beziehungs dynamiker/in und Coach Präsenz-Einheiten (96 Stunden) incl. NSC®-Coach-Zertifizierung	2400,00 €
Aufbauseminare: Traumasensible/r Beziehungs- und Sexualtherapeut/in Präsenz-Einheiten (140 Stunden) incl. EMDR-Zertifizierung	3500,00 €
Abendakademie: im Ausbildungspreis enthalten	-
Online-Systembrett: im Ausbildungspreis enthalten	-
Zertifizierungsgebühr bei Zertifizierung zum/zur Traumsensiblen Beziehungs- & Sexualtherapeut/in (fällt erst zur Zertifizierung an)	295,00 €
Gesamtpreis bei Einzelbuchungen	6320,00 €
Gesamtpreis bei Buchung der gesamten Ausbildung mit Frühbuchergeschenk und Einführungspreis (Wir schenken Ihnen die Online-Seminare ab dem Zeitpunkt der Ausbildungsbuchung und zusätzlich 400,00 €)	5500,00 €
Zahlungsmodalität: Online-Seminare, die vor der Ausbildung gebucht werden jeweils vor Seminarbeginn Präsenz-Seminare in 25 monatlichen Raten von Juni 2023 – Mai 2025 in Höhe von 220,00 €	



Zertifizierung

- Traumasensible:r Coach und Beziehungsdynamiker:in, INTAKA
- NSC® -Coach, INTAKA
- Traumasensible:r Beziehungs- und Sexualtherapeut:in, INTAKA
- EMDR, INTAKA
- Zertifizierung ist durch die European Coaching Association (ECA) möglich, bei der wir als Lehrakademie anerkannt sind.

- Zur Zertifizierung ist einzubringen (fakultativ):

Vorstellen des eigenen Stils und der eigenen Literaturverarbeitung in Form von

- Kurzreferat
- Dokumentation
- Lehrsupervision

Trainer



Gerhard Gigler

Systemischer Beziehungsdynamiker und Sexualtherapeut, Hypnosetherapeut, Traumatherapeut, Heilpraktiker für Psychotherapie, Coach und Supervisor, Lehrtrainer für NLP, Gestalt, Hypnose, NSC, EMDR, Systemik und Systemischen Organisationsaufstellungen

Zudem mehrjährige Ausbildungen in:
Psychodrama, Transaktionsanalyse, klientenzentrierter Gesprächstherapie

MEIN ZIEL IST UND BLEIBT DIE INTEGRATIVE HALTUNG, UM FÜR JEDE/N TEILNEHMER/IN DEN EIGENEN STIL ZU FINDEN, DENN:

DU BIST DER EINZIGE EXPERTE FÜR DEINE ART BEZIEHUNGSDYNAMIK ZU LEBEN.

Seminarort für die Präsenzseminare:

INTAKA, Bismarckplatz 9, 93047 Regensburg



Haben Sie weitere Fragen?

Kontaktieren Sie uns gerne!

Gerne stehen wir Ihnen zu einem kostenfreien Infogespräch zur Verfügung!

Kontakt



INTAKA
Bismarckplatz 9
93047 Regensburg

www.intaka.de
Email: info@intaka.de
Tel: 0941/ 56 76 760
Facebook:

<https://www.facebook.com/intaka.akademie/>