



TRAUMA ZENTRIERTE FACHBERATUNG

Traumazentrierte Fachberatung (zptn/DeGPT zertifiziert) ist speziell für Betroffene und deren Angehörige geeignet, die kurzfristige Unterstützung im Themenbereich Traumafolgestörungen und Belastungsreaktionen suchen.

Wie kann die Beratung helfen

- Symptomreduzierung
- Stabilisierung
- mehr innere Ruhe
- Orientierung
- Traumatherapie finden

Kontakt

Phone 0173 523 1775

Email tina.tingelhoff@gmx.de

www.praxis-fuer-biodynamik.de

✉ Schillerstr.17 97215 Uffenheim

Eine neue Spur ins Leben finden und gestalten

Die Methoden der Trauma zentrierten Fachberatung beinhalten eine Körper-, Ressourcen- und Systemorientierte Stabilisierung ausgerichtet auf die Auswirkungen von Traumafolgestörungen.

Traumafolgestörungen werden häufig als Posttraumatische Belastungsstörung oder Entwicklungstrauma klassifiziert. Man unterscheidet zwischen akut oder langandauernden Belastungsfaktoren von starkem Ausmaß. Auch nach schweren Erkrankungen oder tiefgreifenden Verlusterlebnissen können Traumafolgestörungen entstehen. Diese können zu deutlichen Beeinträchtigungen im persönlichen, sozialen und familiären Bereich führen. Oft stehen Gefühle wie Wut, Trauer, Hilflosigkeit oder auch emotionale Taubheit sowie körperliche Symptome im Vordergrund, die nicht durch andere Ursachen erklärbar sind.

Die **Trauma zentrierte Fachberatung** ist psychoedukativ ausgerichtet und wird von speziell dafür ausgebildeten zertifizierten TraumafachberaterInnen durchgeführt. Es werden Symptomverständnis, psychosomatische Zusammenhänge und körperorientierte Stabilisierung leicht verständlich vermittelt. Wesentliche Ziele sind die Symptomreduzierung und die Förderung des Selbsthilfepotentials. Wenn Sie auf der Suche nach einem Psychotraumatherapeuten sind, kann die Trauma zentrierte Fachberatung ein erster Stützpunkt sein. Sie können dieses Stabilisierungs- und Beratungsangebot begleitend zu einer Psychotherapie oder als Überbrückung von Wartezeiten auf einen Psychotherapieplatz nutzen. Die Beratung findet persönlich, telefonisch oder über Videosprechstunde statt.

Tina Tingelhoff
Körperpsychotherapeutin
Trauma zentrierte Fachberatung
überregional

Phone 0173 523 1775

Email tina.tingelhoff@gmx.de

Web www.praxis-fuer-biodynamik.de

**Für Informationen und Ihre
persönlichen Fragen nehmen
Sie bitte Kontakt auf**