

Atemfachgruppe Trauma (AFT)

Die Initiative

Das Bewusstsein über das Phänomen Trauma und das Interesse an Bewältigungs- bzw. Behandlungsmöglichkeiten steigt ständig. Zwischen Trauma und Atem besteht eine direkte, wechselseitige Verbindung. Trauma wirkt sich immer auch auf den Atem aus und kann, wenn es nicht aufgelöst wird, zu Atemstörungen führen. Arbeit mit dem Atem kann zum Lösen dieser Auswirkungen und Störungen sowie zum Bewältigen von Trauma beitragen. Deshalb beschäftigen sich auch immer mehr Atemtherapeutinnen und Atemtherapeuten mit diesen Themen.

Die Atemfachgruppe Trauma (AFT) bietet dazu Austausch-, Informations-, Unterstützungs- und Vernetzungsmöglichkeiten. Sie ist sowohl für Atemtherapeutinnen und Atemtherapeuten, die zusätzlich eine Weiterbildung in einer traumatherapeutischen Methode absolviert haben und beides bzw. eine Kombination davon in ihrer Praxis anbieten als auch für jene, die sich dafür interessieren. Bislang haben sich 71 Kolleginnen und Kollegen (29 aus Deutschland, 27 aus der Schweiz, 14 aus Österreich und 1 aus Norwegen) angemeldet. Das erste Treffen hat am 4. September 2024 stattgefunden.

Die AFT ist länder-, verbände- und methodenübergreifend, selbstorganisiert, basisdemokratisch sowie werbe- und kostenfrei. Derzeit wird sie von den Atem-Berufsverbänden der Schweiz [AFS](#) und Österreich [atemaustria](#) unterstützt.

Wenn du an einer Teilnahme interessiert bist, melde dich per E-Mail an info@norbert-faller.com.

Nächste Treffen

Montag, 10. März, 19:00 – 20:45 Uhr

Thema an diesem Abend wird Behandeln auf der Liege bei Trauma mit einer praktischen Erfahrung und Erfahrungsaustausch sein. Helen Stutz wird aus ihrer Arbeit, die sie Resilienz-Schöpfung durch Trauma-Lösung nennt, die Technik des Ressourcentransfers vorstellen. Dies ist eine Intervention, die sie vielfach beim Behandeln auf der Liege nutzt und wir aber auch an uns selbst erfahren können. Sie kann – wenn sie in eure Arbeit passt – dann auch von euch selbst angewendet werden. Helen wird uns die Methode und den theoretischen Hintergrund inkl. einem Exkurs in die Neurobiologie kurz vorstellen und anschließend durch die Erfahrung leiten. Hinterher können wir Fragen im Plenum stellen und Erfahrungen in Breakout-Rooms austauschen. Danach werden wir uns – auch wieder im Plenum und in Breakout-Rooms – grundsätzlich über das Thema Behandeln auf der Liege bei Trauma austauschen – wann und bei wem es möglich ist, was zu beachten ist usw.

Montag, 2. Juni, 19:00 – 20:45 Uhr

Thema an diesem Abend wird die Bedeutung und die Wirkweisen des Kehlkopfes und der Stimmorgane bei der Trauma-Integration sein. Margit Seeling wird ihre Arbeit mit dem Kehlkopf als Vernetzungsorgan des komplexen Körper-Geist-Systems, in dem sich die tiefsten Lebensmuster, die entweder das Überleben regeln oder kreativ das Leben gestalten, vorstellen. Sie wird uns den theoretischen Hintergrund erläutern und anschließend mit uns exemplarische Übungen durchführen, die ihr dann auch in eure Arbeit integrieren könnt. Deren Intention wird sein, offene und freie Verbindungen vom

Kehlkopf sowohl zu den Körperorganen als auch zum mittleren und oberen Gehirn herzustellen. Über die entstehende parasympathische Ruhe, Gelassenheit und Präsenz in den Körperräumen wird eine gefühlte und lebendige Resonanzfähigkeit in den Sinnesorganen und oberen Gehirnarealen möglich. Hinterher können unmittelbare Fragen im Plenum gestellt und dann Erfahrungen in Breakout-Rooms und auch im Plenum ausgetauscht werden.

Weitere Treffen

Alle drei Monate (März, Juni, September und Dezember) werden Treffen per Zoom-Video-Konferenz stattfinden. Obwohl von Teilnehmer*innen der Wunsch geäußert wurde, dass die Tage wechseln sollen, wurde bislang immer von den meisten Montag gewählt. Es scheint der Tag zu sein, an dem die meisten Zeit haben. Vielleicht können sich die anderen langfristig auch den Montagabend alle drei Monate dafür freihalten/-machen.

Inhalte und wer sie präsentiert, werden gemeinsam bei vorherigen Treffen vereinbart.

Was erwartet dich?

Viele am Thema interessierte Kolleginnen und Kollegen, die zum Teil neu im Beruf oder mit der Thematik befasst sind bis hin zu jenen, die viele Jahre schon atem- und/oder traumatherapeutisch arbeiten und sehr erfahren sind und manche, die auch ausbilden. In erster Linie sind alle an Austausch-, Informations-, Unterstützungs- und Vernetzungsmöglichkeiten über Atemtherapie bei Trauma interessiert.

Je nach Entwicklung dieser Fachgruppe und Engagement der Teilnehmer*innen, könnte es auch darum gehen – gegebenenfalls mit Unterstützung der nationalen Atem-Verbände – die Öffentlichkeit mehr zu informieren, welchen spezifischen und wirkmächtigen Beitrag Atemtherapie zur Behandlung und zum Bewältigen von Trauma leisten kann. Das könnte in Form von Publikationen, Präsentationen, Veranstaltungen (z. B. Online-Kongressen) usw. geschehen.

Von allen Treffen werden Audio- und oder Videoaufnahmen gemacht, so dass man sich diese noch einmal anhören oder anschauen bzw. nachhören und nachschauen kann, falls eine Teilnahme am Treffen nicht möglich war. Zum Schutz der Inhalte und Personen stehen die Aufnahmen nur den registrierten Teilnehmer*innen dieser Gruppe zur Verfügung und können nur auf dieser Seite angeschaut und angehört werden.

Beabsichtigte bzw. mögliche Inhalte der AFT sind:

- Vernetzung aller Atemtherapeutinnen und Atemtherapeuten, die zusätzlich zur Atemausbildung eine Weiterbildung in einer traumatherapeutischen Methode absolviert haben und beides bzw. eine Kombination davon in ihrer Praxis anbieten.
- Informationsmöglichkeit für interessierte Kolleginnen und Kollegen über Atemtherapie bei Trauma.
- Mit Hilfe der vorliegenden Adressenliste besteht die Möglichkeit, Klientinnen und Klienten an

entsprechend arbeitende Kolleginnen und Kollegen weiter zu verweisen.

- Relevanz der Arbeit mit Trauma innerhalb der Atemtherapie klären – welche Klientinnen und Klienten kommen mit welchen Formen von Trauma zur Atemtherapie.
- Besprechen, warum jede*r Einzelne denkt, dass die Kombination Atem und Trauma (und speziell die Arbeit mit dem zugelassenen Atem) besonders hilfreich ist und welche traumasensitiven und -bewältigenden Interventionen es in den einzelnen Atemmethoden schon gibt.
- Besprechen, welche speziellen Themen und Schwierigkeiten bei Klientinnen und Klienten mit Trauma generell, aber auch speziell in unserer Arbeit mit dem Atem aufkommen/bestehen.
- Austausch welche traumatherapeutischen Methoden oder Teile daraus – z. B. Somatic Experiencing® (SE), Tension and Trauma Releasing Exercises (TRE®), EMDR®, Tapping usw. – gute Ergänzungen zur Atemtherapie sind und wie sie einzelne Kolleginnen und Kollegen in ihre Arbeit integrieren.
- Austausch über die einzelnen Methoden und ihre Wirksamkeit in Verbindung mit dem Atem.
- Impulsreferate zum Vorstellen der einzelnen Methoden und ihrer Wirksamkeit in Verbindung mit dem Atem.
- Impulsreferate, wer welche Methoden wie kombiniert, evtl. kombiniert mit Demos/Übungseinheiten.
- Fallbesprechungen.
- Interventionsangebote.
- Organisation und Koordination regionaler Übungs-/Peergruppen.
- Trauma und Spiritualität, Bewusstseinsarbeit.
- Ausarbeitung von Texten zur Darstellung der Atemtherapie bei Trauma und evtl. spezifischer Arbeitsweisen auf den Websites der nationalen Verbände (Schweiz, Deutschland, Österreich).
- Veröffentlichen von Artikeln in den Verbandszeitschriften als Info für Kolleginnen und Kollegen.
- PR.
- Veranstaltung oder Initiierung von Tagungen/Kongresse zum Thema.
- ...