

Sehr geehrte SEP's

Wir freuen uns, euch auf das **bevorstehende EmotionAid® Online-Training**

vom 17. bis 24. November 2020 mit anschließender Supervision in englischer Sprache hinzuweisen!

Wir bitten dich / euch höflich, uns zu unterstützen, diese Informationen in eurem nationalen SE® Verband und an die SEPs eures Landes zu übermitteln!

Lerne wie man:

- Angst, Burnout, Stress und Trauma verhindert
- die individuelle und kollektive Belastbarkeit erhöht
- eine einfache und effiziente Selbstregulierung erreicht
- einer Gruppe oder einer Person, die starkem Stress, Angst oder Trauma ausgesetzt ist, eine sofortige emotionale Erste-Hilfe-Behandlung anbietet
- wirksame Maßnahmen gegen Krisen bei Angriffen oder Naturkatastrophen anwendet

Es ist uns eine große Freude, Dr. Cathy Lawi (PhD, SEP, PCC, Präsidentin von ITI Israel) als Hauptleiterin dieser Schulung zu begrüßen. Sie ist eine erfahrene Lehrerin und Anwenderin von EmotionAid® und hat mit dieser Methode erfolgreich Selbstregulierung und Belastbarkeit in israelischen Schulen und Krankenhäusern, bei Ärzten und Krankenschwestern, Kindern, Rentnern, vom Krieg betroffenen Menschen, Ersthelfern und Menschen in helfenden Berufen eingeführt.

Steigender kollektiver und individueller Stress

Ein halbes Jahr nach der Erklärung von Covid 19 als Pandemie wird deutlich, dass der Stress sowohl kollektiv als auch individuell gestiegen ist. Die allgemeinen Ängste vor Infektionen, Sterben, wirtschaftlicher Not und tägliche unterschiedliche politische und mediale Meldungen verunmöglichen es, uns zuverlässig zu orientieren. Dies schafft Stress und beeinträchtigt unsere Fähigkeit, uns effizient zu regulieren und einen vorteilhaften Kontakt zu unserer inneren und äußeren Umgebung aufrechtzuerhalten.

Bedarf nach einem einfachen Tool zur Stressbewältigung

Viele wissen nicht, wie man sich auf einfache und effiziente Weise selbst reguliert und so eine Grundlage für nachhaltige Belastbarkeit schafft.

Es ist wichtiger denn je, sich jetzt mit einem praktischen und unmittelbar einsetzbaren Instrument zum Umgang mit Stress für sich selbst und andere vertraut zu machen, um den bevorstehenden Herausforderungen selbstständig und kompetent begegnen zu können.

Einführung von EmotionAid® in Europa: 5 Schritte zur Selbstregulierung

Aufgrund von Covid 19 haben wir EmotionAid® im vergangenen April und Juli in Europa eingeführt. Das Training stieß im französisch- und deutschsprachigen Raum Europas auf großes Interesse und Begeisterung. Wir selbst haben an der Schulung im April teilgenommen und die 5-Schritte-EmotionAid®-Technik, welche auf den neuesten neurobiologischen Forschungen und den Grundelementen von Somatic Experiencing™ basiert, begeistert kennengelernt und in unsere Arbeit aufgenommen. Dieses Tool und deren Hintergründe werden im Training mit Cathys warmen und großzügigen Art vermittelt.

EmotionAid® Training - November 2020

All diese Umstände veranlassten uns, jetzt im November 2020 einen weiteren Kurs zu organisieren. Wir freuen uns sehr, alle unsere europäischen "Nachbarn" zum nächsten Training begrüßen zu dürfen. Dies ist möglich, da der Kurs in englischer Sprache durchgeführt wird. Drucksachen werden in 10 weitere Sprachen verfügbar sein.

Wenn sich 25 Personen für das Training anmelden, findet er statt! Der großzügige Covid-19 bedingte **Rabatt von 30% Preisnachlass** ermöglicht ein sehr erschwingliches Preis-Leistungsverhältnis! Weitere Details findest du im beigefügten Flyer mit [Registrierungslink](#) für das Online-Training.

Kontaktiere uns!

Wenn du Fragen hast, zögere / zögert bitte nicht, [uns](#) oder das Institut für Traumaheilung in Israel bezüglich des EmotionAid® Online-Trainings zu kontaktieren.

Anne Matiatos und Nicole Collomb

SEP's aus der Schweiz

anne.matiatos@evs-hin.ch