



„Bindungs- und Entwicklungstrauma verstehen - Wie wir werden, die wir sind“

Dieses Seminar basiert auf dem Neuroaffektiven Beziehungsmodell NARM und den neuesten Erkenntnissen aus Bindungs- und Beziehungsforschung. Wir werden uns mit der frühen Entstehung von Charakterstrukturen und der späteren Entwicklung eines gesunden Erwachsenen-Ichs beschäftigen.

Oft können wir in bestimmten Lebensbereichen kein gesundes Erwachsenen-Ich entwickeln, weil wir immer noch im Kind-Bewusstsein festhängen. Die Abnabelung von der Welt unserer Eltern und deren Konzepten ist noch nicht vollständig erfolgt und behindert dadurch unser Denken, Handeln und Fühlen. Die Folge sind unbegründete Ängste, Symptome auf körperlicher oder psychischer Ebene, Burnout und Kontaktprobleme im Beruf oder Privat.

Dieses Seminar vermittelt sowohl neues Verständnis für die eigenen Überlebensstrategien, als auch neues Handwerkszeug, wenn Sie mit Menschen arbeiten. Das Ziel ist es, Bindungs- und Beziehungsfähigkeit zu stärken und ein gesundes Erwachsenen-Ich zu entwickeln.

Im Focus stehen die 5 biologischen Grundbedürfnisse eines jeden Menschen:

Kontakt, Einstimmung, Vertrauen, Autonomie/Wille, Liebe/Sexualität

Werden diese Bedürfnisse in der kindlichen Entwicklung nicht ausreichend genährt, leiden Selbstregulierung, Identität und Selbstachtung. Statt einer erfüllenden Lebensweise, entwickeln wir als Erwachsene Überlebensstrategien, die unsere Erfahrungen in der Gegenwart beeinflussen und Identitätsverzerrungen, geringes Selbstwertgefühl, Scham, chronische Selbstverurteilung und Entfremdung bewirken.

In Theorie und Praxis werden wir uns mit folgenden Inhalten beschäftigen:

- Die 5 adaptiven Überlebensstrukturen
- Die Entwicklung von Kernressourcen und ihr Einfluss auf die Entwicklung einer erwachsenen Identität
- Entstehung von Bindungs-/Beziehungs- und Entwicklungstrauma
- Erkennen von alten Überlebensstrategien
- Charakterstrukturen erkennen und Identifizierungen lösen
- Selbstregulierung und Beziehungsfähigkeit stärken
- Übungen zur Selbsterforschung
- Bedürfnis-Modell nach Ingrid Scherle



Adamea Akademie

Termin:

13.-14. Juni 2026

Seminarzeiten:

Samstag: 10:00 – 19:00 Uhr

Sonntag: 9:30:00 – 15:30 Uhr

375,00 €

Voraussetzungen:

Dieser Kurs ist offen für alle interessierten Menschen.

Mitzubringen:

Schreibunterlagen, Trinkflasche, Hausschuhe

Referentin: Ingrid Adamea Scherle



Gesundheitspraktikerin & ResilienzCoach, Burnout-Prävention,
Ganzheitliches Gesundheitscoaching.

Arbeit mit Persönlichkeits- und Charakterstrukturen, neuroaffektive Regulation
nach Bindungs- und Entwicklungstrauma.

CranioSacrale Biodynamik, Traumalösung, NARM, ISP.

10-jährige Tätigkeit als sozialpädagogische Familienhelferin in Baden-
Württemberg und Schulungen von Fachkräften in unterschiedlichen Bereichen.

www.ingridscherle.com

www.adamea-akademie.com