

## Selbsterfahrung: Wie es ist, muss es nicht bleiben

In ihrem neuen Buch, „Wie es ist muss es nicht bleiben“, erschienen im Fachverlag „Junfermann“, (<https://www.junfermann.de/titel/wie-es-ist-muss-es-nicht-bleiben/1707>) stellt Michaela Huber Arbeitstechniken vor, die sich in der Psychotherapie mit schwer traumatisierten Menschen bewährt haben – in der Arbeit mit Menschen, die schon fast den Glauben an tragfähige Veränderungen aufgegeben hatten.

Für die entwickelten Behandlungsmethoden erhielt Michaela Huber den „Women World Award 2023 (USA)“ und den „Global Healthcare & Pharma Award 2023“ für das beste psychologische Ausbildungs- und Trainingsprogramm in Europa.

Neben der Bearbeitung von Traumata sind diese Methoden auch für weitere Themenfelder in der Psychotherapie, im Coaching, in der Supervision oder in der Beratung geeignet.

Doch auch für Betroffene selbst, sind die von Frau Huber entwickelten und verfeinerten Techniken, eine wichtige Hilfe, Veränderungen zu erwirken und die Hintergründe zu verstehen.

Im Seminar werden einige Arbeitstechniken an Fallbeispielen vorgestellt, es wird Liferarbeiten und Kleingruppenarbeiten dazu geben, damit die Teilnehmer die Techniken für sich selbst oder für die Anwendung bei anderen üben können.

In einer kleinen Gruppe mit drei Trainerinnen – Michaela Huber, Andrea Frieberthäuser und Birgit Löwenbrück – im schönen geschützten Rahmen des Hotels in Hohenroda.

Hier ist es, das Seminar-Angebot.

Wir freuen uns auf Sie/Euch!  
Ihre Michaela Huber

Fotos: [www.hotelpark-hohenroda.com](http://www.hotelpark-hohenroda.com)

## Selbsterfahrungswoche vom 16.07. - 20.07.2024 in Hohenroda/Hessen

### Fortbildung und Selbsterfahrung für Menschen die mit Traumatisierten arbeiten

**Veranstalterin und Referentin:** Michaela Huber  
Psychologin, Psychotherapeutin  
Past President (DGTD)  
Email: [info@michaela-huber.com](mailto:info@michaela-huber.com)  
[www.mh-akademie.com](http://www.mh-akademie.com)

**Referentin:** Andrea Frieberthäuser  
Kindheits- und Sozialwissenschaftlerin (M.A.),  
Traumatherapeutin, Bindungspsychotherapeutin,  
Kreativ- und Gestaltungstherapeutin  
E-mail: [info@praxis-frieberthaeuser.de](mailto:info@praxis-frieberthaeuser.de)

**Referentin:** Birgit Löwenbrück  
Diplompädagogin, Traumatherapeutin (HPG),  
TCTSY-Trainerin des Center for Trauma & Embodiment  
Email: [info@tctsy.de](mailto:info@tctsy.de) · [www.traumasensitives-yoga.de](http://www.traumasensitives-yoga.de)

### Tagungsort und evtl. Wohnort:

Tagungsort ist ein schönes Hotel in Hohenroda/Hessen. Das Seminar wird komplett online bei uns auf der Homepage [www.mh-akademie.com](http://www.mh-akademie.com) buchbar sein, dort erfolgt der Vorgang – inklusive Bezahlung – automatisch.

### Die Fortbildung findet an fünf Tagen statt: Von Dienstag, den 16. Juli 2024, 11 - 18 Uhr bis Samstag, den 20. Juli 2024

Die Anreise und Unterkunft kann jede(r) TeilnehmerIn selbst organisieren. Hotelpark Hohenroda:  
[www.hotelpark-hohenroda.com](http://www.hotelpark-hohenroda.com)

**Teilnahmegebühr für das Seminar: 790,00 €**  
pro TeilnehmerIn incl. Verpflegung während der Seminarzeiten.

*Bitte beachten Sie für die Buchungen die allgemeinen Geschäftsbedingungen und Datenschutzbestimmungen. Es gelten die AGB auf der Homepage.*

Es gibt die Möglichkeit, Einzelarbeit bei den Referentinnen zu buchen.

## Retreat-Seminar Selbsterfahrung: Wie es ist, muss es nicht bleiben.

Fortbildung und Selbsterfahrung für  
Menschen, die mit Traumatisierten arbeiten

Michaela Huber  
Andrea Frieberthäuser  
Birgit Löwenbrück



Michaela Huber

Veranstalterin und Referentin:

## Michaela Huber

- Psychotraumatologin
- Stressexpertin
- Supervisorin
- Ausbilderin
- TV-Expertin
- Autorin



Referentin:

## Birgit Löwenbrück

- Diplompädagogin
- Psychotherapie (HPG)
- TCTSY-Trainerin



Referentin:

## Andrea Friebertshäuser

- Kindheits- und Sozialwissenschaftlerin (M. A.)
- Bindungspsychotherapeutin
- Kreativ- und Gestaltungs-therapeutin
- Psychotherapie (HPG)/Traumatherapie/Supervision
- Systemisches Einzel-, Team- und Führungskräftecoaching



Michaela Huber ist eine international renommierte Psychotraumatologin.

Die Trauma- und Stressexpertin wurde für ihr Engagement für schwer traumatisierte Menschen, den Mitaufbau von Psycho-Traumazentren und die internationale Vernetzung von KollegInnen mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet.

Den „International Distinguished Achievement Award“ erhielt sie für ihre Forschungen und Fachpublikationen. Ihr wurde unter anderem auch der Pappenheim-Preis sowie viele weitere internationale Auszeichnungen verliehen.

Michaela Huber steht in der Woche des Retreat-Seminars für Übungen und Vermittlung von Theorie zur Resilienz und posttraumatischem Wachstum, sowie für supervisorischen und Selbsterfahrende-Einheiten, die auch zusätzlich bei ihr in den anschließenden Tagen gebucht werden können, zur Verfügung.

Weitere Informationen finden Sie auch auf der Website [www.mh-akademie.com](http://www.mh-akademie.com)

Birgit Löwenbrück hat mehr als 30 Jahre Erfahrung in der Sozialen Arbeit mit Erwachsenen und Kindern, in ihrer privaten Praxis für Psychotherapie (HPG) arbeitet sie schwerpunktmäßig mit TCTSY, körperorientierten und psychosensorischen Methoden.

### **Achtsamkeitsbasierte, interozeptive und psychosensorische Interventionen**

können die Selbstfürsorge unterstützen oder in psychotherapeutische und beratende Arbeit einbezogen werden. Vom evidenzbasierten Trauma Center Trauma Sensitiven Yoga über klinisch erprobte Methoden, wie Traumasensitive Achtsamkeit und einem Ansatz, der Selbstberührung in der Arbeit mit traumatisierten Menschen nutzt, können Sie drei unterschiedliche Ansätze erkunden. Dabei liegt der Schwerpunkt nach einer kurzen Einführung auf angeleiteter Praxis, anschließend gibt es Raum für Fragen und Diskussion.

### **Qigong zur Selbstfürsorge**

Vielleicht möchten Sie den Seminartag von Dienstag bis Freitag mit bewegtem und stillem Qigong ausklingen lassen und dabei ihr Qi, ihre Lebensenergie nähren. Die „Arbeit mit dem Qi“ kann Sie unterstützen Herz und Geist zu beruhigen, sich zu zentrieren und sich mit den Kräften von Himmel und Erde zu verbinden.

Andrea Friebertshäuser arbeitet seit 1996 mit Überlebenden physischer, psychischer und sexualisierter Gewalt.

Nach 15-jähriger, klinischer Tätigkeit im Team der Wicker-Klinik, Bad Wildungen ist sie seit 2011 freiberuflich tätig. In ihrer Praxis in Kassel hat sie sich auf die Arbeit mit komplex traumatisierten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen spezialisiert.

Sie supervidiert zudem Einzelpersonen und Teams aus dem breiten Spektrum psychosozialer Handlungsfelder zu traumasensiblen und schutzkonzeptorientiertem Arbeiten.

Im Seminar wird sie uns kreativ und erlebnisorientiert mit dem Seminarthema in Kontakt bringen. Wir sind eingeladen, uns mit ihr auf eine bunte, spannende Reise zur praxisnahen Lebens-KUNST zu begeben. Eigene (Leistungs)Ansprüche dürfen dabei ins Innere Universum beurlaubt werden und Fantasien können u.a. auf Papier Gestalt annehmen. Wir üben Achtsamkeit im Miteinander, treten in Interaktion mit den inneren Bildern, genießen dabei Selbstreflexion, Entschleunigung und die (Wieder)Entdeckung des eigenen Potentials.

Bitte Malsachen mitbringen.

