

"Das Wissen
über das Nervensystem
verändert, wie wir
einander sehen
– und wie wir begleiten."
Marei Theunert

Traumasensibles Arbeiten mit Nervensystem & Körper

Fortbildung · Workshop · Supervision für Beratungsstellen in Hannover und Umgebung

Warum traumasensible Haltung für ihr Team?

Eine traumasensible Haltung, das Verständnis des Nervensystems und die Arbeit mit dem Körper sind heute unverzichtbar, um Menschen nachhaltig zu begleiten – und gleichzeitig die eigene Gesundheit als Fachkraft zu schützen. Immer mehr Klient*innen leben mit einem Nervensystem, das durch chronischen Stress, schmerzhafte Bindungserfahrungen, Neurodiversität, Hochfunktionalität oder Überforderung geprägt ist. Traumasensibilität, Körperarbeit und Wissen über Regulation sind daher keine Zusatzqualifikationen mehr, sondern die Grundlage für wirksame, sichere und gesunde Beziehungsarbeit.

Aktuelle neurowissenschaftliche Studien zeigen, dass die Kombination aus Wissen über das Nervensystem, Embodiment und reflektierter Selbstwahrnehmung messbar zu einer besseren Emotionsregulation, reduzierter Stressbelastung und höherer Beziehungsqualität beiträgt (vgl. Chin et al., 2024; Rezapour et al., 2025).

Meine Workshops und Supervisionen bieten Ihnen und ihrem Team:

- mehr Sicherheit im Umgang mit belasteten Klient*innen
- Verständnis für Stress- und Schutzreaktionen
- einfache Tools für Selbst- und Co-Regulation
- gestärkte Teamgesundheit und weniger Überlastung

Marei Theunert

Expertin für Bindungstrauma, Nervensystem und körperorientierte Emotionsarbeit

Dipl. Pädagogin · Heilpraktikerin für Psychotherapie · Systemische Therapeutin · Autorin · Dozentin · Workshops, Fortbildungen & Supervision

Erfahrungen und Schwerpunkte:

- Beratung und Therapie für Einzelpersonen, Paare und Familien
- (u. a. Sucht-, Familien- und psychosoziale Beratung; seit 2018 selbstständig mit Schwerpunkt auf Frauen und Müttern)
- Leitung von Gruppen, Workshops und traumasensiblen Weiterbildungen
- Dozentin für Familienbegleiter:innen, Doulas, Hebammen u. a.
- Lehrtätigkeit an der IU Internationale Hochschule (Soziale Arbeit)
- Supervision u. a. für Schwangerschaftsberatungsstellen, Lehrer:innen, ITPB -Institut





Weil dein Körper erinnert, was dein Kopf vergessen will

Inhouse Angebote für Fachkräfte aus Beratungsstellen, Kitas und Schulen:



Supervision

- für Teams oder Leitungen
- Reflexion von Fällen, Teamdynamiken und eigenen Stressmustern
- Integration von körperorientierter Emotionsarbeit und systemischen Blickwinkeln
- dient der Qualitätssicherung und beugt Erschöpfung vor



Vortrag: Das Nervensystem verstehen (90 min)

- verständliche Einführung in Stress- und Trauma-Reaktionen
- erklärt, warum rein kognitive Ansätze oft nicht ausreichen
- zeigt erste einfache Körperübungen für Co-Regulation und Präsenz
- ideal für Fachtage, Teammeetings oder als Auftakt zu vertiefenden Maßnahmen



Workshop: Traumasensibles Arbeiten im sozialen Bereich (4 Stunden)

- enthält den Impulsvortrag als Einführung
- vermittelt eine traumasensible Haltung und verständliche Neuro-Basics
- praktische Übungen für Selbst- und Co-Regulation
- Arbeit mit Fallvignetten aus dem Beratungsalltag
- fördert die Selbstfürsorge und Sicherheit der Fachkräfte

Für alle die mehr wollen:

Online Ausbildung zur traumasensiblen Familienbegleitung

Start 2026





Honorarsätze für Fortbildungen, Workshops & Supervision

Marei Theunert

Expertin für Bindungstrauma, Nervensystem & körperorientierte Emotionsarbeit Dipl. Pädagogin · Heilpraktikerin für Psychotherapie · Systemische Therapeutin · Autorin & Dozentin

Angebote für Beratungsstellen, Jugendhilfe & soziale Einrichtungen

Ich biete praxisnahe, traumasensible Fortbildungen, Workshops und Supervisionen, die neueste Erkenntnisse aus Neurobiologie, Systemik und Körperarbeit verbinden. Alle Formate können als Inhouse-Angebot in Ihrer Einrichtung oder online durchgeführt werden.

Impulsvortrag

"Das Nervensystem verstehen – warum Körperarbeit in der Beratung unverzichtbar ist"

Dauer: ca. 90 Minuten

Inhalt: Grundlagen zu Trauma & Nervensystem, Schutzreaktionen, Co-Regulation, kleine

Praxisimpulse

Honorar: 350 € zzgl. Fahrtkosten

Halbtags-Workshop

"Traumasensibles Arbeiten im sozialen Bereich"

Dauer: 3-4 Stunden

Inhalt: Kombination aus Vortrag, Embodiment-Übungen, Reflexion & Transfer in den

Berufsalltag

Honorar: 650 € zzgl. Fahrtkosten

Supervision für Teams & Fachkräfte

Dauer: 2-3 Stunden

Inhalt: Fallreflexion, Arbeit mit Teamdynamiken & Stressmustern, Selbst- und Co-Regulation

Honorar: 240 € pro Termin





Individuelle Tagesseminare & Teamtage

Auf Anfrage konzipiere ich maßgeschneiderte Inhouse-Seminare oder Fachtage zu folgenden Schwerpunkten:

- Nervensystem und Selbstregulation
- Trauma und Körperarbeit in Beratung & Pädagogik
- Burnout-Prävention & Psychohygiene für Fachkräfte
- Elternarbeit & Bindungskompetenz

Honorarrahmen: 950 – 1.200 € pro Tag (6 Std. zzgl. Pause & Fahrtkosten)

Ausbildung zur traumasensiblen Familienbegleitung

Neben Fortbildungen und Supervisionen biete ich die Online-Ausbildung zur traumasensiblen Familienbegleitung an. Sie richtet sich an **Fachkräfte aus Beratung**, **Pädagogik**, **Therapie**, **Geburtshilfe und Familienbegleitung**, **die ihre Arbeit um ein tiefes Verständnis von Bindung**, **Nervensystem**, **Embodiment und Trauma-Regulation erweitern möchten**.

Die Ausbildung vermittelt praxisnah, wie frühe Erfahrungen, Stress und Beziehungsmuster das Familiensystem prägen – und wie Begleitung auf einer körperlich und emotional sicheren Basis gelingt.

Sie kombiniert **Fachwissen mit Selbsterfahrung, Körperarbeit und Reflexion** – für eine neue Qualität von Verbindung und Wirksamkeit in der Familienbegleitung.

Nächster Start: 2026

Allgemeine Hinweise

- Alle Preise verstehen sich zzgl. gesetzlich geltender Umsatzsteuer (falls anwendbar).
- Fahrtkosten werden mit 0,35 €/km ab Hannover berechnet.
- Bei regelmäßig gebuchten Supervisionen oder Fortbildungsreihen sind Paketpreise möglich.
- Online-Veranstaltungen auf Anfrage zu leicht reduzierten Konditionen.

Kontakt

Marei Theunert

Praxis für Psychotherapie & körperorientierte Emotions- und Traumaarbeit

kontakt@mareitheunert.de

www.mareitheunert.de

Hannover & Umgebung

