

EmotionAid® Level 1

Stressregulationstechnik für den Therapiealltag

Kurs Nr. 65.26

Ziele	• Teilnehmende erlernen die einfachen und effizienten 5-Schritte der Selbstregulationstechnik von EmotionAid® und können sie bei Stress oder als emotionale Ersthilfe anwenden. • Sie kennen Massnahmen, um Stress, Compassion fatigue (Vorstufe von Burnout) und Trauma vorzubeugen und ihre persönliche Resilienz zu erhöhen. • Teilnehmende erfahren die Erdung, Spannungsentladung und Ressourcenfindung an sich selbst auf kognitiver, emotionaler und proprioceptiver Wahrnehmungsebene. • Berechtigt zum Aufbaumodul EmotionAid® Level 2 (Practitioner Zertifikat) für die Weitervermittlung und Anwendung mit Patienten.
Inhalt	• Vermittlung der aktuellen Erkenntnisse aus der Neurophysiologie, Somatic Experiencing®, Stress und Trauma Konzepte über die Funktionsweise des Gehirns bei Stress und Angst und deren Entspannung • Stress wahrnehmen und fokussieren lernen, Erdung und Spannungsentladung des ANS, Verankerung der freigesetzten Energie durch Ressourcenfindung • Demos, Reflexions- und Wahrnehmungsarbeit • Praktisches Einüben mit Assistenz in Kleingruppen
Beschreibung	Was ist EmotionAid®? EmotionAid® wurde vom International Trauma Healing Institute in Israel vor 13 Jahren konzipiert und findet seit 3 Jahren im deutschsprachigen Raum Einzug. Es baut auf Basiselemente der Somatic Experiencing® Methode und den aktuellen Kenntnissen aus der Neurobiologie auf. Sie wurde in verschiedenen Gruppen erprobt, sei dies in Kriegsgebieten, Notfällen, im beruflichen Kontext mit hohem Stresslevel oder bei Naturkatastrophen. EmotionAid® findet insbesondere bei Menschen in helfenden Berufen Anwendung, welche täglichem Stress ausgesetzt sind und ermöglicht ihnen, trotz hoher Belastung, ihre Arbeit kompetent und innerlich erfüllt auszuführen. Die Selbstregulationsfähigkeit des autonomen Nervensystems der Therapeutin ist die Basis, um den Patienten in seinem Stresserleben professionell zu begleiten, ohne sich vom Leidensstrudel des Patienten vereinnahmen zu lassen oder in eine kognitive, distanzierte Haltung flüchten zu müssen. Durch die Spiegelneuronen überträgt sich die eigene Selbstregulation auf den Patienten und Ko-Regulation kann beim Patienten beginnen. EmotionAid® kann in der Ergotherapie bei verschiedensten Problematiken wie zum Beispiel bei chronischen Schmerzen, CRPS, ADHS, stagnierenden Heilungsverläufen, Schlafschwierigkeiten und psychischer Überaktivierung genutzt werden. Es kann bei Kindern und Erwachsenen, als Heimprogramm oder auch am Beginn der Ergotherapie Einheit eingesetzt werden.

Datum / Ort	Freitag: 26. Juni 2026, 08:30 bis 17:00 Uhr Samstag: 27. Juni 2025, 08:30 bis 15.30 Uhr Supervision: Mittwoch: 08. Juli 2026, 19:30 bis 21:00 Uhr Online
Leitung	Anne Matiatos, Ergotherapeutin, Craniosacral Therapeutin, Somatic Experiencing® Practitioner, EmotionAid® Trainerin Assistenz: ausgebildete EmotionAid® Facilitator
Zielpublikum	Ergotherapeut*innen und Fachpersonen in helfenden, medizinischen Berufen
Kosten	EVS-Mitglieder: CHF 400.00 Nichtmitglieder: CHF 600.00
Anmeldung	Bis 25.05.2026 via www.ergotherapie.ch/bildung/fort-und-weiterbildung Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Ergotherapie-Verband Schweiz Altenbergstrasse 29 / Postfach 686 3000 Bern 8