

EmotionAid®

Kostenloser Workshop zum Kennenlernen

Datum: **16.06.2022**

Anzahlung 0,00 €

[» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Amalin Rangelova

Tel. 0221-57407-38

a.rangelova@uta-akademie.de

In diesem Workshop erlernst du in der Methode EmotionAid® die ersten Schritte zur Selbstregulation, die in Stresssituationen oder wann immer du es benötigst, sehr hilfreich sein kann.

Seminarbeschreibung

EmotionAid® ist eine aus 5 Schritten bestehende Kurzintervention zur Selbstregulierung oder zur ersten Hilfe für andere. Es umfasst das EmotionAid® 5-Schritte-Protokoll und eine Toolbox mit Methoden zum Üben, Lernen und Lehren von EmotionAid®.

Es ist eine Methode für Notfallinterventionen, sie kann von allen Personen angewendet werden, die in ihrem Berufsleben mit Stress konfrontiert sind, und sie kann Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen leicht beigebracht werden, um ihre Fähigkeit zu unterstützen, mit Stress, Angst, Panikattacken und allen Symptomen umzugehen, die aus traumatischen Erfahrungen resultieren.

Dieser Workshop ist gesponsert von der [Sammasati Stiftung](#). Er ist geeignet für TherapeutInnen und allen, die lernen möchten in stressigen Situationen ihr Nervensystem selbst zu regulieren.

English description

EmotionAid® - Free of charge Introduction

In this workshop you will learn the first steps of self-regulation in the EmotionAid® method, which can be very helpful in stressful situations or whenever you need it.

EmotionAid® is a short intervention consisting of 5 steps for self-regulation or as a first aid for others. It includes the EmotionAid® 5-step protocol and a toolbox of methods for practicing, learning and teaching EmotionAid®.

It is an emergency intervention method, it can be used by anyone facing stress in their professional life, and it can be easily taught to children, adolescents, and adults to support their ability to cope with stress, anxiety, panic attacks, and any symptoms resulting from traumatic experiences.

This workshop is a short workshop sponsored by the Sammasati Foundation of the UTA Cologne. It is suitable for therapists and anyone who wants to learn to self-regulate their nervous system in stressful situations.

Zugehörige Angebote

Emotion Aid® Practitioner / Facilitator

19. Juni - 25. August 2022

mit Cathy Lawi

Emotion Aid Online-Info-Abend

06. Juni, 17:00 Uhr

Zugang zum Info-Abend

Buchung

Donnerstag, 16. Juni 2022

15:00 - 18:00 Uhr

Dieses Seminar wird online über Zoom angeboten. Zoom kannst du [hier](#) kostenfrei herunterladen.

Zur Workshop-Anmeldung

Nach Anmeldung erhältst du automatisch den Zoom-Link zur Teilnahme per E-Mail.

Dozent*innen

Cathy Lawi

ist zertifizierte Traumatherapeutin, Lebensberaterin, Atemtherapeutin und Gruppenleiterin. Die gebürtige Französin hat im Vereinigten Königreich, in der Schweiz und in den USA studiert, an der Universität Genf promoviert und am UC San Francisco Medical Center als Post-Doc gearbeitet. Den ersten Teil ihres Berufslebens verbrachte sie in der Krebsforschung und leitete

dann die Entwicklung von Blockbustern gegen Krebs, bevor sie mehrere Biotech-Start-ups gründete. Während sie in der Schweiz lebte, wurde Cathy Lawi als eine der führenden Persönlichkeiten in der Biotechnologie anerkannt und vom Schweizer Wirtschaftsmagazin Bilan als eine der einflussreichsten Personen in diesem Bereich zitiert.

Cathy Lawi beschloss, ihr Leben einem völlig neuen Bereich der Wissenschaft zu widmen, nachdem sie Peter Levines Buch "Den Tiger wecken" entdeckt hatte, und wurde Somatic Experiencing (SE)[®] Practitioner, während sie eine Reihe von therapeutischen und Gruppenführungstechniken studierte. Sie ist begeistert von dem Heilungspotenzial von SE, seinen weitreichenden Anwendungsmöglichkeiten und insbesondere von seiner Fähigkeit, einzigartige Werkzeuge zur Selbstregulierung und Stressbewältigung bereitzustellen.

Sie ist Geschäftsführerin von EmotionAid[®], einer gemeinnützigen Organisation, die sich der Bereitstellung von emotionaler Erster Hilfe und Werkzeugen zum Aufbau von Resilienz für verschiedene Bevölkerungsgruppen widmet.