

NAT Narratives Trauma-Coaching

Lehrgangsleitung NET Institute

NAT - Narratives Trauma-Coaching wurde entwickelt um durch ein ‚Screen and Coach‘ Angebot traumatisierte und belastete Menschen mittels eines Ampelsystems zu erkennen und aufzufangen, bevor sich psychische und körperliche Erkrankungen unwiederbringlich manifestieren. Das NAT Coaching stellt ein strukturiertes Unterstützungs- und Präventionsprogramm für Betroffene dar, die in wenigen Erzählsitzungen mit einem entsprechend ausgebildeten Trauma-Coach lernen, ihre belastenden, aber auch selbststärkenden Erlebnisse im Verlauf ihres Lebens in Worte zu fassen und durch die Coach-geleitete Betrachtung in ihre Biografie einzuordnen. Ziel der NAT Arbeit ist es schrittweise den individuellen ‚Building Block‘ (d.h. die Anhäufung belastender Lebenserfahrungen) durch narrative Biografiearbeit abzubauen. Die eingehende erzählende Betrachtung nimmt der Erinnerung den Schrecken; die Anbindung des Erlebten an eine bestimmte Zeit im Leben und an den Ort des Geschehens korrigiert physische und psychische Folgen der ursprünglichen Traumatisierung und kann damit manifeste psychische und körperliche Folgeerkrankungen verhindern. Das Coaching Programm basiert auf den Grundlagen, Konzepten und dem Wissen der Psychotraumatologie und einem evidenz-basierten, klinisch-therapeutisch gut erforschten Verfahren unserer Arbeitsgruppe, der Narrativen Expositionstherapie NET¹.

¹ Schauer, Neuner, Elbert, *‚Narrative Exposure Therapy NET‘*, 2025, Hogrefe

TAG 1 der NAT: Präsenz oder ONLINE

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 – 09:15	Willkommen und Vorstellung der Personen und des Ablaufs		Team NET Institute
09:15 – 10:30	Grundwissen zur NAT 1/2 Psychobiologie von traumatischem Stress - Überlebensreaktion	Präsentation & Diskussion	Team NET Institute
10:30 – 10:45	Pause		
10:45– 12:00	Grundwissen zur NAT 2/2: Bausteineffekt der Belastung und Furchtnetzwerk	Präsentation & Diskussion	Team NET Institute
12:00 – 13:00	Mittagspause		
13:00 – 14:30	Schritt 1 der NAT : Das Gesundheitsscreening	Präsentation & Vorführübung	Team NET Institute
14:30 – 14:45	Pause		
14:45 – 15:45	Anwendung des Gesundheitsinterviews in Kleingruppen mit Facilitator	Übung	Team NET Institute
15:45 – 17:00	Das Ampelsystem (Auswertung) & Psychoedukation (Kaffeepause nach Bedarf)	Präsentation & Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 1 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel (Selbsterfahrung) als Hausaufgabe das Gesundheitsinterview in Kleingruppen, die Zuordnung der Klienten mit Hilfe des Ampelsystems und die zugehörige Psychoedukation.

TAG 2: PRÄSENZ oder Online

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 – 10:00	Auffrischung der Kenntnisse von Tag 1 Fragen & Antworten zum Gesundheitsinterview	Diskussion	Team NET Institute
10:00 – 10:15	Pause		
10:00 – 12:00	Schritt 2 der NAT : Das Checklisten Interview Vorstellen der Checklisten: Traumaevents, Kindheitsbelastungen, Körperliche Gesundheit, Appetitive Gewaltbereitschaft, Dissociation	Präsentation & Vorführung	Team NET Institute
12:00 – 13:00	Mittagessen		
13:00 – 15:30	Anwendung der Checklisten im Rollenspiel in Kleingruppen, Facilitator	Übung	Team NET Institute
15:30 – 15:45	Pause		
15:45 – 17:00	Fragen und Antworten rund um die Befragung von traumatischen und belastenden Lebensereignisse; Do's und Don'ts beim Befragen von Traumata; Psychoedukation	Präsentation & Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 2 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel (Selbsterfahrung) als Hausaufgabe das Checklisten Interview und die zugehörige Psychoedukation.

TAG 3 der NAT: Online

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 - 10:00	Auffrischung der Kenntnisse von Tag 2 Fragen & Antworten zum Checklisten Interview	Diskussion	Team NET Institute
10:00 - 10:15	Pause		
10:00 - 12:00	Schritt 3 der NAT : Das Legen der Lebenslinie	Präsentation & Vorführung	Team NET Institute
12:00 - 13:00	Mittagessen		
13:00 - 15:30	Anwendung der Lebenslinie im Rollenspiel in Kleingruppen mit Facilitator	Übung	Team NET Institute
15:30 - 15:45	Pause		
15:45 - 17:00	Fragen und Antworten rund um das Legen der Lebenslinie und die Mitschrift; Do's und Don'ts, Psychoedukation	Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 3 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel (Selbsterfahrung) als Hausaufgabe das Legen der Lebenslinie, die Mitschrift und die zugehörige Psychoedukation.

TAG 4 der NAT: Präsenz in Bern

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 – 10:00	Auffrischung der Kenntnisse von Tag 3 Fragen & Antworten zum Legen der Lebenslinie	Diskussion	Team NET Institute
10:00 – 10:15	Pause		
10:00 – 12:00	Schritt 4 der NAT : Die Erzählsitzungen - Blume	Präsentation	Team NET Institute
12:00 – 13:00	Mittagessen		
13:00 – 15:30	Anwendung des ‚Erzählrades‘ am Beispiel eines aufregenden freudigen Erlebnisses & Wiederlesen	Demonstration und Diskussion	Team NET Institute
15:30 – 15:45	Pause		
15:45 – 17:00	Fragen und Antworten rund um das Erzählrad und die Erzählsitzungen, Mitschrift und Wiederlesen; Do's und Don'ts, Psychoedukation	Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 4 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel (Selbsterfahrung) als Hausaufgabe das Erarbeiten einer Blume oder eines aufregenden positiven Erlebnisses unter Anwendung des Narrativen Erzählrads, auch Mitschrift und Wiederlesen.

TAG 5 der NAT: Präsenz und Online (hybrid)

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 – 10:00	Auffrischung der Kenntnisse von Tag 4 Fragen & Antworten zum ‚Erzählrad‘, zur Mitschrift, zum ‚Wiederlesen‘	Diskussion	Team NET Institute
10:00 – 10:15	Pause		
10:00 – 12:00	Schritt 4 der NAT Die Erzählsitzungen - Stein Demonstration der Anwendung des ‚Erzählrades‘ am Beispiel eines traumatischen Erlebnisses, ‚Wiederlesen‘	Präsentation	Team NET Institute
12:00 – 13:00	Mittagessen		
13:00 – 15:30	Anwendung des ‚Erzählrades‘ am Beispiel eines traumatischen Erlebnisses und ‚Wiederlesen‘ in Kleingruppen mit Facilitators	Demonstration und Diskussion	Team NET Institute
15:30 – 15:45	Pause		
15:45 – 17:00	Fragen und Antworten rund um das Erzählrad und die Erzählsitzungen, Mitschrift, Wiederlesen; Do's und Don'ts, Psychoedukation	Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 5 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel (Selbsterfahrung) als Hausaufgabe das Erarbeiten eigener Traumasteine unter Anwendung des Narrativen Erzählrades, auch Mitschrift und Wiederlesen.

TAG 6 der NAT: Präsenz und Online (hybrid)

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 – 10:00	Auffrischung der Kenntnisse von Tag 5 Fragen & Antworten zum ‚Erzählrad‘ bei Traumasteinen, Mitschrift, ‚Wiederlesen‘	Diskussion	Team NET Institute
10:00 – 10:15	Pause		
10:00 – 12:00	Schritt 4 der NAT : Die Erzählsitzungen - Stock Stöcke = Taten in der Biographie Appetitive Gewaltbereitschaft	Präsentation & Diskussion	Team NET Institute
12:00 – 13:00	Mittagessen		
13:00 – 15:30	Anwendung des ‚Erzählrades‘ am Beispiel eigener Taten, ‚Wiederlesen‘ in Kleingruppen mit Facilitators	Demonstration und Diskussion	Team NET Institute
15:30 – 15:45	Pause		
15:45 – 17:00	Fragen und Antworten rund um das Erzählrad und die Erzählsitzungen bei der Bearbeitung von Stöcken, Mitschrift, Wiederlesen; Do's und Don'ts, Psychoedukation	Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 6 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel als Hausaufgabe das Erarbeiten eigener Stöcke/Taten in Kleingruppen unter Anwendung des Narrativen Erzählrades, auch Mitschrift und Wiederlesen.

TAG 7 der NAT: Präsenz und Online (hybrid)

Zeit	Sitzung		Facilitator
9:00 – 10:00	Auffrischung der Kenntnisse von Tag 6 Fragen & Antworten zum ‚Erzählrad‘ bei Stöcken/Taten, Mitschrift, ‚Wiederlesen‘	Diskussion	Team NET Institute
10:00 – 10:15	Pause		
10:00 – 12:00	Dissoziation und anti-dissoziative Strategien bei der Bearbeitung von Steinen (Viktimisierung) und Stöcken (eigene Taten)	Präsentation & Diskussion	Team NET Institute
12:00 – 13:00	Mittagessen		
13:00 – 15:30	Anwendung anti-dissoziativer Strategien bei der Bearbeitung von Steinen und Stöcken	Demonstration und Diskussion	Team NET Institute
15:30 – 15:45	Pause		
15:45 – 17:00	Offenes Plenum	Diskussion	Team NET Institute

Im Anschluß an Tag 7 des NAT Trainings übt die Gruppe im Rollenspiel als Hausaufgabe das Erarbeiten eigener Stöcke und/oder Steine mit Dissoziationsanteil unter Anwendung des Erzählrads, auch Mitschrift und Wiederlesen.

Empfehlung: Im Anschluß an die NAT Ausbildung empfehlen wir 10 Online Klinische Gruppenkonsultationen zur Fallarbeit für die NAT Coaches mit eigenen Klienten.

Auffrischungseinheiten verschiedener Kursteile, als auch Klinische Konsultationen zur Methode der NAT können jederzeit Online mit NET Institute vereinbart werden.

Kosten laut Curriculum: 12 Personen ca. EURO 25.800,-