



NAT-Curriculum 2026

NAT – Weiterbildung in Narrativer Trauma Beratung

„NAT – Narrative Trauma-Arbeit“ ist ein präventives Programm, das belastete Menschen frühzeitig erkennt und unterstützt, bevor sich psychische oder körperliche Erkrankungen manifestieren. Mit Hilfe eines Ampelsystems können gefährdete Personen identifiziert und durch ein strukturiertes „Screen and Coach“-Angebot begleitet werden.

Ziele von NAT

- Belastende Erlebnisse verarbeiten: Durch gezielte Biografiearbeit lernen Betroffene, belastende und selbststärkende Erfahrungen in Worte zu fassen.
- Resilienz stärken: Die narrative Aufarbeitung hilft, traumatische Erinnerungen zu entschärfen und nachhaltig die psychische Stabilität zu fördern.
- Folgeerkrankungen vermeiden: Frühzeitige Intervention verhindert oft die Manifestation langfristiger psychischer oder körperlicher Folgen.

Zielgruppe:

Nicht- therapeutische Fachpersonen aus dem Bereich soziale Arbeit, Beratungsstellen, Pflegefachpersonen, Asylwesen, Justizvollzug, sog. «Peers» (Experten aus Erfahrung).

Wie funktioniert NAT?

In wenigen Sitzungen arbeiten speziell ausgebildete Trauma-Coaches mit Betroffenen, um:

- belastende Erfahrungen narrativ aufzuarbeiten,
- diese zeitlich und räumlich einzuordnen,
- und so die sogenannten „Building Blocks“ – die Ansammlung belastender Erlebnisse – Schritt für Schritt abzubauen.

Wissenschaftliche Basis

Das Coaching basiert auf den Konzepten der Psychotraumatologie und der evidenzbasierten Narrativen Expositionstherapie (NET, Schauer & Elbert, vivo international). Diese klinisch erprobten Methoden ermöglichen eine nachhaltige Verarbeitung von traumatischen Erlebnissen.

Zukünftige NAT-Coaches profitieren von einem intensiven Schulungsprogramm, das auf Evidenz basiert und sich an den neuesten Standards der Trauma-Arbeit orientiert. Ziel ist es, Fachpersonen bestmöglich darauf vorzubereiten, Betroffene in wenigen, effektiven Sitzungen nachhaltig zu unterstützen und präventiv tätig zu sein.

Wer bildet zum NAT-Coach aus?

Das «Team Bern» von NAT- Schweiz bietet eine umfassende und praxisorientierte Ausbildung zum NAT-Coach an. Mit langer Erfahrung in der Psychotraumatologie und einem wissenschaftlich fundierten Ansatz vermittelt NAT- Schweiz die notwendigen Kompetenzen, um das NAT-Konzept erfolgreich anzuwenden. Die Ausbildung umfasst sowohl theoretisches Wissen zur Psychotraumatologie als auch praxisnahe Übungen zur narrativen Biografiearbeit.

Agenda 2026

1. Tag: Donnerstag, **15.01.2026**:
Einführung, Grundwissen 1-2; Schritt 1 der NAT, Das Gesundheitsscreening.
2. Tag: Donnerstag, **12.02.2026**:
Schritt 2 der NAT, Das Checklisten Interview
3. Tag: Donnerstag, **12.03.2026**:
Schritt 3 der NAT, Das Legen der Lebenslinie
4. Tag: Donnerstag, **30.04.2026**:
Schritt 4 der NAT, Die Erzählsitzungen – Blume
5. Tag: Donnerstag, **28.05.2026**:
Schritt 4 der NAT, Die Erzählsitzungen – Stein
6. Tag: Donnerstag, **18.06.2026**:
Schritt 4 der NAT, Die Erzählsitzungen - Stock
7. Tag: Donnerstag, **25.06.2026**:
Fragen & Antworten zum ‚Erzählrad‘, Mitschrift, Wiederlesen; Abschluss

Kursleitung:

Angela Falk (eidg. anerkannte Psychotherapeutin), Alessandra Czerski- Lempen (eidg. anerkannte Psychotherapeutin), Sandra Sommer (eidg. anerkannte Psychotherapeutin), Jens Sommer (Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie)

Kosten:

7 Kurstage inklusive geleitete Kleingruppenübungen zur praktischen Umsetzung und Einübung zwischen den Kurstagen, Kursunterlagen: 2` 100.-