

# Fortbildungskurs

## SVGB /Selbstverteidigung für Gewaltbetroffene

### Vertiefe dein Wissen und stärke deine Resilienz!

Als SVGB Pallas-Trainerin oder SVGB-TiS trägst du eine besondere Verantwortung. Dieser Fortbildungskurs bietet dir die Gelegenheit, dein Wissen und deine Fähigkeiten in der Arbeit mit gewaltbetroffenen Menschen aufzufrischen, zu vertiefen und zu erweitern. Es handelt sich nicht um ein TiS-Training, jedoch wird die Kommunikation zwischen Kursleitung und TiS kurz beleuchtet.

*Dieser Fortbildungskurs richtet sich an Pallas Trainer:innen und TiS-Personen mit Vorkenntnissen im Bereich Gewalt gegen Menschen. Es handelt sich um eine Vertiefung, keine Einführung.*

### Inhalte

- **Kursgestaltung:** Wie strukturierst du einen SVGB-Kurs effektiv und traumasensibel, um ein sicheres und unterstützendes Lernumfeld zu schaffen?
- **Repertoire Erweitern:** Lerne weitere Strategien, um Personen mit Gewalterfahrungen noch besser unterstützen zu können.
- **Kommunikation:** Wie kannst du eine eigene (nonverbale), klare Kommunikation mit deinem/r TiS entwickeln.
- **Selbstregulation und Co-Regulation:** Erkenne akute Stresssituationen und lerne weitere Techniken zur Stressreduktion und zur Förderung von Stabilität und Sicherheit.
- **Stabilisierungsübungen:** Erweitere das Toleranzfenster deiner Teilnehmerinnen durch praktische Übungen.
- **Sekundärtraumatisierung:** Schütze dich selbst und deine Teilnehmerinnen vor Sekundärtraumatisierung.
- **Stärke dich:** Erhalte wertvolle Impulse für deine eigene Selbstfürsorge und Stressbewältigung.
- **Traumafolgestörungen:** Verstehe die Auswirkungen von Trauma und entwickle Strategien im Umgang damit.
- **Vernetze dich:** Tausche dich mit Kolleginnen und Kollegen aus und lerne von erfahrenen Trainerinnen.

---

<b>Datum:</b>	Samstag, 8. November 2025
<b>Zeit:</b>	09.30h – 16.30h
<b>Wo:</b>	Zürich oder Zug
<b>Leitung:</b>	Clarissa Walther, Katharina Eisenring, Karin Vonwil
<b>Kosten:</b>	Fr. 295.- für Pallas Mitglieder Fr. 340.- für Nichtmitglieder <i>inkl. Unterlagen, Pausenverpflegung &amp; FK-Bestätigung</i>
<b>Kurs-Nr.</b>	FK-d/f-77/2025

---

**Anmeldung an:** [karin.vonwil@bluewin.ch](mailto:karin.vonwil@bluewin.ch) **Anmeldeschluss bis:** 21. September 2025

---

Die Teilnehmenden müssen über eine ausreichende Unfallversicherung verfügen. Sobald wir die Anmeldung erhalten, bestätigen wir diese und informieren über den genauen Ablauf und die Zahlungsmodalitäten. Bei Rückzug der Anmeldung werden folgende Beträge fällig:

- 30 bis 8 Tage vor Kursbeginn 50% der Kurskosten
- 7 bis 2 Tage vor Kursbeginn 75% der Kurskosten
- 1 bis 0 Tage vor Kursbeginn 100% der Kurskosten