



# NARM 2026-27

## NeuroAffektives Beziehungsmodell



### FORTBILDUNG ZUR THERAPEUTISCHEN BEGLEITUNG VON MENSCHEN MIT ENTWICKLUNGSTRAUMA

**D**as NeuroAffektive Beziehungsmodell (NARM™) ist eine Weiterbildung für Psychiaterinnen und Psychiater, sowie Psycho-, Trauma- und Körper-PsychotherapeutInnen. NARM thematisiert Beziehungs- und Bindungstraumata und arbeitet mit frühen, unbewussten Mustern von Verbindungsabbruch, die unsere Identität, Emotionen, Physiologie, Verhalten und Beziehungen tief beeinflussen. NARM integriert sowohl einen psychodynamischen als auch einen körperzentrierten Ansatz und ist ein umfassendes theoretisches und klinisches Modell für die Arbeit mit komplexen Entwicklungstraumata.

### Frühe Entwicklungsstörungen prägen den Überlebensstil vieler Menschen.

Das vom amerikanischen Autor und Psychologen Dr. Larry Heller entwickelte NARM-Modell basiert auf psychodynamischen Modellen wie der Bindungs- und Objektbeziehungstheorie und somatisch fundierten Charakterstrukturansätzen, um das wechselseitige Zusammenwirken von psychologischen Themen und dem Körper zu untersuchen. **NARM beschreibt einen neuen Ansatz beziehungsorientierter Arbeit im gegenwärtigen Moment und im Kontext interpersoneller Neurobiologie.** Es handelt sich dabei um ein stark ressourcenorientiertes, klar nicht-regressives und nicht-kathartisches, sowie letztlich

auch nicht-pathologisierendes Modell. **Basierend auf Achtsamkeit, Reflektion und Akzeptanz unterstützt NARM eine ganzheitliche Ausrichtung mit Blick auf die Natur der Persönlichkeit.** Die Vernetzung dieser verschiedenen genannten Elemente ist gegenüber vielen bisher im Westen gebrauchten Ansätze in Bezug auf Entwicklungstraumata neu. Dieser grundlegende Wandel zielt auf neue tiefgreifende klinische Auswirkungen für die Heilung komplexer Traumata und die gleichzeitige Unterstützung des persönlichen und beziehungs-mässigen Wachstums. →

#### DATEN:

Modul 1: 27. - 31.05.2026

Modul 2: 11. - 15.11.2026

Modul 3: 07. - 11.04.2027

Modul 4: 01. - 05.09.2027

#### KURSZEIT:

Jeweils von

10.00 – 13.00 und

14.30 – 17.30 Uhr

Insgesamt 4 x 30 Stunden

#### KOSTEN:

CHF 5280 für 4 Module

(CHF 1320,- pro Modul)

Training kann in 4 Raten bezahlt werden

#### KURSORT: Zürich

#### SPRACHE: Deutsch

#### TEILNAHMEBEDINGUNG:

Abgeschlossene Ausbildung in einem psychotherapeutischen oder körperpsychotherapeutischen Verfahren und mindestens 2 Jahre Praxiserfahrung mit regelmässigem PatientInnen-/KlientInnenkontakt.

#### KURSBEDINGUNGEN:

Die schriftliche Anmeldung mit hinten stehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr.100.- an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

## KURSZIELE

Im NARM Practitioner Training lernen die Teilnehmenden:

- Verschiedene Fähigkeiten für die spezifische Arbeit mit Entwicklungs- und Schocktraumata - sowie mögliche Kontraindikationen beim Einen oder Anderen.
  - Die komplexen Dynamiken von Dysregulation des Nervensystems in Verbindung mit Identitätsverzerrungen. Beispiele dafür sind die toxischen Scham- und Schuldgefühle, geringes Selbstwertgefühl, chronische Selbst-Verurteilung und andere psychobiologische Symptome.
  - Wie frühe adaptive Überlebensstile bewusst und Schritt für Schritt begleitet und wie einst lebensret-
- tende Muster verwandelt werden, die bis heute das aktuelle Erleben der betroffenen Personen verzerren.
- Wann mehr Begleitarbeit von Unten nach Oben („bottom-up“) und wann mehr von Oben nach Unten („top-down“) angesagt ist - und wann es auch Sinn macht, mit beidem gleichzeitig zu arbeiten, um den besonderen Herausforderungen von Entwicklungs-traumata zu begegnen.
  - Wie Patientinnen oder Patienten mittels achtsamen und nachhaltigen Prozessen bei der Desidentifizierung von Identitätsverzerrungen unterstützt werden können.
  - Eine neue, kohärente Theorie für die Arbeit mit Affekten und Emotionen, die darauf abzielt, ihre psycho-biologische Vervollständigung zu unterstützen.

## KURSAUFBAU

Das NARM Practitioner Training besteht aus 4 Modulen von jeweils 5 Tagen. Zusätzlich sind zehn Gruppensupervisionsstunden und zehn Einzelstunden mit NARM™-qualifizierten TherapeutInnen erforderlich für die Zertifizierung. Die Termine für die zusätzlichen Stunden werden individuell mit den Teilnehmenden vereinbart.

### MODUL 1

- Die Organisationsprinzipien von NARM
- Die theoretische Ausrichtung von NARM
- Unterschiedliche Interventionen für die Arbeit mit Schock vs. Entwicklungstrauma
- Das Arbeiten „top-down“ und „bottom-up“
- Nachverfolgen des Prozesses von Kontakt und Kontaktabbruch
- Entwicklungsprozess: Bindung und Loslösung/Individuation
- Reframing von Bindung und Bindungsverlust
- Modell: Die Verzerrung der Lebenskraft
- Der Kreislauf innerer Not und der Heilungskreislauf in NARM
- Die 5 Adaptiven Überlebensstile
- Auf Stolz und Scham basierende Identifikationen
- Überlebensstil Kontakt
- Überlebensstil Einstimmung
- Das therapeutische Modell von NARM – die 4 Säulen
- NARM-Säule 1: Entwicklung eines therapeutischen „Vertrages“.
- NARM-Säule 2: Erkundende Fragen stellen
- Dekonstruktion von Erfahrungen (im Sinne der Desidentifikation)
- „Drilling Down“: Ein Prozess, bei dem Annahmen in Frage gestellt und Erfahrungen geklärt werden.

## MODUL 2

- Das Beziehungsmodell in NARM
- Arbeitshypothesen bilden
- Identifizierung des Kern-Dilemmas: Kernthemen vs. Überlebensstrategien (Verhalten, Symptome, etc.)
- Überlebensstil Vertrauen
- Überlebensstil Autonomie
- Überlebensstil Liebe-Sexualität
- NARM-Säule 3: Selbstwirksamkeit unterstützen (Handlungsmacht als Grundlage der Entwicklung des Erwachsenen-Selbst)
- NARM-Säule 4: Spiegeln positiver Veränderungen hin zu vermehrtem Kontakt
- Sprache in NARM

## MODUL 3

- NARM-Modell für die Arbeit mit Affekten
- Primäre vs. Standard-Emotionen
- Emotionale Vervollständigung
- Der psycho-biologische Prozess der Scham („Scham als Verb und nicht als Substantiv“; „Scham als Prozess und nicht als Zustand“)
- Scham, Schuldgefühle und Selbsthass
- Die Arbeit mit Wut und Aggressionen
- Gegenübertragung in NARM
- Ungeklärtes Einfühlungsvermögen und Anstrengung des Therapeuten
- Narzissmus und Vergegenständlichung des Selbst
- Narzisstischer vs. sadistischer Missbrauch
- Das Persönlichkeitsspektrum in NARM

## MODUL 4

- Vertiefende Erforschung des Kontakt Überlebensstils: Themen, Symptome und damit verbundene Störungen
- Das Zusammenspiel der Überlebensstile: Primäre und sekundäre Muster
- Vertiefende Betrachtung der Dynamik um Bindung, Loslösung/Individuation, Bindungsverlust und Kerndilemma
- Beziehungen, Paare, Intimität und Sexualität
- Überlebensstile und die Polyvagale Theorie
- NARM und der Körper
- Arbeiten mit Identität
- Transgeneracionales Trauma
- Desidentifizierungsprozess
- Freiheit von Identität
- Posttraumatisches Wachstum
- Resilienz: Unterstützung der Fähigkeit, zunehmende Komplexität zu tolerieren
- Effektive Integration von NARM in die therapeutische Praxis

## LEHRMETHODEN

Alle vier Module sind geprägt durch eine Kombination aus zwei komplementären Unterrichtsformen:

- *Didaktisches und theoretisches Lernen*: umfasst Vorträge, Frage- und Antwort-Zeiten, Diskussionen, Fallbesprechung und Dekonstruktion von Live-Demonstrations-sitzungen und Demo-Videos.
- *Experimentelles Lernen*: beinhaltet Selbsterforschungsübungen, Kleingruppenaktivitäten, Rollenspiele, angeleitete Übungen zum Ausbau von Fertigkeiten und aktives Coaching in Bezug auf therapeutische Fähigkeiten.

Darüber hinaus stehen Lernangebote wie Studien- und Übungsgruppen, Einzel- und Gruppensupervision und individuelle Einzelstunden zur Verfügung.

## ZERTIFIZIERUNG

Die Zertifizierung als NARM Practitioner wird von Dr. Laurence Heller, NARM International, ausgestellt.

## THEMENÜBERSICHT

Die Themen und der zeitliche Ablauf können vom Kursleiter geändert werden.

---

«Die spontane innere Bewegung in uns allen zielt immer auf Verbindung, Gesundheit und Lebendigkeit.» Dr. Larry Heller

---

\* **Michael Mokrus** arbeitet seit 1989 freiberuflich in eigener Praxis und unterrichtet als Trainer, Dozent und Supervisor verschiedene achtsamkeitsbasierte körper-, psycho- und traumatherapeutische Ansätze für Menschen in therapeutischen Berufen in Deutschland, Österreich, Holland, Polen und der Schweiz. Seit 2003 ist er kontinuierlich im Supervisionsteam von Somatic Experiencing (SE) in Deutschland, seit 2012 im Lehrteam von NARM und ISP (Integrale Somatische Psychologie nach Dr. Raja Selvam). Michael Mokrus verfügt über langjährige eigene Erfahrungen mit unterschiedlichen Achtsamkeitspraktiken. Er ist verheiratet und lebt in Köln. Homepage: [www.michaelmokrus.de](http://www.michaelmokrus.de)

Nach der Anmeldung erhalten Sie Bewerbungsunterlagen. Der Kursleiter entscheidet nach Durchsicht über die Zulassung zur Weiterbildung.

## NARM-Einführungskurs

07. - 08. Februar 2026



---

**Anmeldetalon:** Ich melde mich gemäss den auf der ersten Seite genannten Bedingungen an für die Weiterbildung «**NARM 2026 - 2027**» mit Michael Mokrus; Beginn am 27. Mai 2026:

Name ..... Vorname.....  
Strasse ..... PLZ/Ort.....  
Beruf ..... Telefon.....  
E-Mail ..... Fax.....  
Ort/Datum ..... Unterschrift.....