

Trauma im Unternehmen

24.03.2023, 00:17 | Handel, Wirtschaft, Finanzen, Banken & Versicherungen

Pressemitteilung von: *Astrid Saragosa*

Presseagentur: *Astrid Saragosa*



Awardverleihung Speakerslam 4.3.23 Mastershausen

Weilheimerin gewinnt schon wieder Speaker Award

Die Weilheimerin Astrid Saragosa erregt neben ihren Tätigkeiten als Therapeutin, Dozentin und Coach, zusehend mehr Aufmerksamkeit auf der Bühne.

Nicht nur hat sie dieses Jahr schon zweimal einen Award bei der Internationalen Speaker Slam in Mastershausen erhalten, sondern auch den Zwischenentscheid für die beste Rednerin Bayerns in Augsburg für sich gewonnen. Nun geht es auf, zum bayerischen Entscheid der Toastmasters nach Regensburg am 1. April 2023.

Auch am 22.3.23 sprach sie im Strascheg Center for Entrepreneurship in München über „Humanbased Leadership. Für

ihre erste freie Rede auf Englisch, erhielt sie wie bei ihrer Rede am Weltfrauentag zur „Frauenkraft“ viele positive Rückmeldungen und großen Applaus der begeisterten Zuhörer.

Ihr Thema der frühen Nachsorge nach belastenden Ereignissen und alle Auswirkungen auf Familie, Beruf und Gesellschaft verdienen auch wirklich mehr Öffentlichkeit. Immer wieder geht es ihr um innere Werte, die eigene Kraft zu stärken, wertschätzende Kommunikation, den Mut persönlich zu wachsen und Präsenz. Ihr inneres Feuer lodert und nimmt die Zuhörer mit, selbst zu überdenken, zu reflektieren und sich möglicherweise auf den Weg zu machen um mehr innere Stärke zu entwickeln. Sie möchte Menschen motivieren innere „Unfreiheiten“ zu lösen, glücklich Leben zu lernen und wertschätzend zu lieben. Wir brauchen mehr menschiertes Handeln in der Politik, im Unternehmen, im Gesundheitswesen... eigentlich Überall.

Als international anerkannte Traumaexpertin und Dozentin, hat sie viele Jahre Erfahrungen sammeln dürfen, um mit leicht- und schwerstraumatisierten Menschen durch Erlebtes hindurchzuarbeiten. Sie hat Menschen nach Amok, Bombenattentat, Missbrauch, Mobbing, Unfall, Verlust und Erfahrungen mit Krankheit und Operationen begleitet wieder in ihre Kraft zu kommen. Eine ihrer Herzensanliegen sind Mütter und Väter rund um das Thema Geburt.

In einer Interventionsstudie ihrer Arbeit mit Alina Steffen, die 2021 ihren Masterabschluss am Lehrstuhl Psychologie der Universität Innsbruck erlangte, zeigten sich starke Effekte auf die Reduzierung von posttraumatischen Belastungssymptomen, Reduzierung von Symptomen der Wochenbettdepression und der Gewinnung von persönlicher Kraft.

Astrid Saragosa spricht in Unternehmen und begleitet betroffene Mitarbeiter nach belastenden Ereignissen gestärkt in den Berufsalltag zurückzukommen. Verantwortliche in der Personalführung erkennen immer mehr, dass auch Ereignisse im privaten Umfeld Auswirkungen haben auf die mögliche Präsenz, die Konzentration auf Arbeitsinhalte und auf die Teamfähigkeit. Das kann ein Vater sein, der durch eine schwere Geburt seines Kindes ebenso aus der Bahn geworfen wurde wie seine Frau. Aber natürlich geht es auch um Ereignisse, die während der Arbeitszeit geschehen, wie beispielsweise Unfälle, Überfälle oder Gewalterfahrungen.

Wenn Menschen im Anschluss an unerwartete Lebensereignisse aus ihrer aktuellen Leistungsfähigkeit fallen, benötigt das erstmal keine Diagnose oder eine Beschreibung mit Krankheitswert. Vielmehr geht es darum frühzeitig zu reflektieren und Erlebtes zu integrieren. Das für diesen ersten Schritt keine lange Traumatherapie notwendig ist, bestätigt sie mit dem wachsenden Nachsorgeteam, welches von ihr im Weiterbildungsinstitut Psychotraumatologie ausgebildet wird.

Mit ihrem neuen Buch und Online Kurs „Trauma im Unternehmen“ möchte Sie zu einer menschierten Unternehmensführung anregen. Wer sich dafür interessiert, kann sich auf ihrer Webseite www.saragosa.de bereits für den Vorverkauf registrieren.

Doch erstmal drücken wir ihr die Daumen für den bayerischen Redewettbewerb und sind gespannt wieder von ihr zu hören.

Wer sich speziell rund um belastende Geburtserfahrungen informieren möchte, findet hier Anlaufstellen:

Elternseite: www.nachdergeburt.com

Seite für Fachkräfte: www.geburtstrauma.de



Astrid Saragosa - 1. Platz Redewettbewerb: Vorentscheid zu besten Rednerin Bayerns 2023

https://www.youtube.com/watch?v=_eFvx_fanP4

Portrait

Astrid Saragosa ist international anerkannte Expertin für die frühe Nachsorge nach belastenden Ereignissen und hat einen Master in Psychotraumatologie und Stressmanagement. Sie begleitet Privatpersonen und Unternehmen und gibt ihr Wissen weiter, indem sie ein Netzwerk für die frühe Nachsorge nach belastenden Ereignissen ausbildet. Ihr Bereich ist die Sekundär-Prävention. Spätere Diagnosen oder chronische Erkrankungen wie Depressionen, Burn-Out oder Angstzuständen sollen damit frühzeitig entgegengewirkt werden.

Frau Saragosa war als Traumaexpertin auch Teil der Dokumentation „Gewalt bei der Geburt, Der unbekannt Skandal“ zu finden in der ARD Mediathek, ebenso wie bei Hamburg 1, im Interview mit Alissa Stein. Diese und weitere öffentliche Auftritte finden Sie auf den Webseiten. Sie ist Vorstand des Vereins Greenbirth e.V. und möchte mit einem Online Fragebogen dieses Jahr 77 777 Frauen erreichen, um herauszufinden, wie es Frauen nach der Geburt in Deutschland wirklich geht und ob sie die notwendige Unterstützung erhalten. Nach ihrem ersten Buch „Traumatische Geburten verarbeiten“ möchte Sie mit dem wohl kommenden Bestseller „Trauma im Unternehmen“ noch mehr Menschen erreichen, sich auf den Weg zu „Humanbased Leadership“ und persönlichem Wachstum zu machen.

News-ID: 1242757 • Views: 683 (Stand: 30.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1242757/Trauma-im-Unternehmen.html>