



QUERENBURG-INSTITUT

EHRENAMTSAKADEMIE

Wie gehe ich mit traumatisierten Menschen um?

Ehrenamtlich Aktive begleiten und unterstützen manchmal Menschen, die unter psychischen Belastungen leiden. Besonders häufig geschieht dies im Bereich der Flüchtlingshilfe. Flüchtlinge aus Krisengebieten sind aufgrund ihrer Erfahrungen häufig traumatisiert. Ehrenamtliche Helfer müssen keine Traumaexperten sein. Sie sollten jedoch idealerweise wissen, wie sich Traumata äußern können, welche Faktoren die Entwicklung einer Traumatisierung begünstigen und wo Betroffene Hilfe finden können.

Ehrenamtliche Helfer müssen sich vor einem Übergreifen der psychischen Belastung auf ihre eigene Person schützen. Dabei ist es wichtig, dass sie jederzeit ihre eigenen Grenzen kennen und einhalten.

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, was Sie im Umgang mit traumatisierten Menschen beachten sollten, wie Sie Betroffene und sich selbst schützen können und wie Sie sinnvoll Hilfe organisieren. Wir erarbeiten Gesprächstechniken für eine sensible Kommunikation und einen respektvollen Umgang mit Traumatisierten. Schließlich identifizieren wir die Grenzen der ehrenamtlichen Hilfe und Sie erhalten Tipps, wie es gelingt, diese konsequent einzuhalten.

Mögliche Inhalte Ihrer Fortbildung:

- Was ist ein Trauma?
- Wie erkenne ich ein Trauma? Mögliche Symptomatik
- Behandlung von Traumata und Traumafolgestörungen
- Hilfe bei akuten Belastungsreaktionen
- Schutz vor sekundärer Traumatisierung
- Gesprächsführungstechniken
- Grenzen setzen und einhalten