

Katalog

Inhouse-Fortbildungen



1

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage und gestalten eine Fortbildung, die speziell ausgerichtet ist auf die Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiter_innen, Ihres Teams und dem Bedarf Ihrer Einrichtung. Dieser Ausschnitt an möglichen Fortbildungen soll Ihnen Anregung und Orientierung bieten. Wenn Sie Interesse an anderen Themen haben, sprechen Sie uns gerne an!

Herzlichen Dank!

fortschritte Hamburg
Lerchenstraße 28a
22767 Hamburg
info@fortschritte-hamburg.de
fortschritte-hamburg.de

Inhouse-Fortbildungen und Supervision

Übersicht

- Einführung in die Psychotraumatologie
- Kinder und Jugendliche als Zeugen und Opfer von häuslicher Gewalt
- Traumatisierungen bei Kindern/Jugendlichen (Schülerinnen und Schülern) erkennen und angemessen handeln
- Psychosoziale Ersthilfe mit Schulklassen/Gruppen bei belastenden Ereignissen in der Schule
- Grundlagen der traumasensiblen Gesprächsführung mit belasteten und/oder traumatisierten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- Grundlagen der Traumapädagogik
- Einführung in die Bindungstheorie und Bindungsforschung
- Selbstverletzendes und suizidales Verhalten bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- Überblick und Einführung in die unterschiedlichen psychischen Erkrankungen von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen (z.B. ADHS, Autismus-Spektrum-Störungen, Traumafolgeerkrankungen, Depressionen, Persönlichkeitsstörungen, Schizophrene Psychosen etc.)
- Grundlagen der Psychologie, Kommunikationspsychologie und Gesprächsführung
- Lösungsorientierte Gesprächsführung
- Resilienz und Selbstfürsorge
- Trauma und Flucht
 - Psychische Traumatisierung und die psychosoziale Begleitung von Geflüchteten
- Trauma und Partnerschaft / Wenn eine_r von beiden (komplex) traumatisiert ist - wichtige Aspekte in der Paarberatung

Inhouse-Fortbildungen im Einzelnen – ein Ausschnitt

1. Einführung in die Psychotraumatologie

In diesem Seminar wird ein erster Einblick in die Dynamik und Folgen psychischer Traumatisierungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen vermittelt.

Was ist psychische Traumatisierung? Welche kurzfristigen, welche längerfristigen Folgen kann es geben? Welche Handlungshinweise gibt es, um die Betroffenen unterstützen und stabilisieren zu können? Wie kann ich als professionelle/r Helfer_in gut auf mich aufpassen? Unbearbeitete traumatische Erfahrungen hinterlassen bei den Betroffenen nicht nur beeinträchtigende Spuren und Folgen, sondern sind maßgeblich auch an der Ausbildung von psychischen Erkrankungen beteiligt. Für eine hilfreiche Begleitung der Betroffenen ist es notwendig, zuallererst über die theoretischen Grundlagen der Psychotraumatologie Kenntnis zu gewinnen und die eigenen institutionellen und fachlichen Möglichkeiten und Grenzen zu reflektieren.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 3-7 Stunden

3

2. Kinder und Jugendliche als Opfer und Zeugen häuslicher Gewalt - Eine Fortbildung für Lehrkräfte und schulisches Personal

Jedes 10. Kind / Jugendliche_r in Deutschland ist Opfer von häuslicher Gewalt. Diese Zeugenschaft kann über Jahre chronisch traumatisierend wirken. Von diesen 10 % erleben mehr als die Hälfte der betroffenen Kinder und Jugendliche zusätzlich Misshandlungen und Gewalt. Welche Folgen, Verhaltensauffälligkeiten und Symptome können bei den Betroffenen auftauchen? Und wie kann Schule helfen?

Bei dieser Fortbildung wird der theoretische Kontext von häuslicher Gewalt vermittelt und im Anschluss sinnvolle Interventionen und notwendige Handlungsstrategien im schulischen Alltag erarbeitet und erprobt.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 3-7 Stunden

3. Traumatisierungen bei Schülerinnen und Schülern erkennen und angemessen handeln

In diesem Seminar wird ein erster Einblick in die Dynamik und Folgen psychischer Traumatisierungen bei Kindern und Jugendlichen vermittelt.

Was ist psychische Traumatisierung? Welche kurzfristigen, welche längerfristigen Folgen kann es geben? Kann ich bei Kindern und Jugendlichen erkennen, dass sie traumatisiert sind? Welche Handlungshinweise gibt es, um die Betroffenen im schulischen Alltag unterstützen, stabilisieren und auch regulieren zu können?

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 3-7 Stunden

4. Grundlagen der traumasensiblen Gesprächsführung mit belasteten und/ oder traumatisierten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Tagesseminar

In dieser Fortbildung werden die Grundlagen der Psychotraumatologie vermittelt und die zentralen Elemente der traumapädagogischen Begleitung und traumasensiblen Gesprächsführung vorgestellt.

Im Anschluss an die theoretische Einführung in diese Thematik wird der Transfer in die alltägliche psychosoziale Begleitung und Beratung der betroffenen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen im Mittelpunkt stehen. Hierfür werden ressourcenorientierte Stabilisierungsübungen für die jeweiligen Altersgruppen vorgestellt und ausprobiert. Eigene Fälle können gern eingebracht werden.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1-2 Tage, 7-14 Stunden

5. Grundlagen der traumasensiblen Gesprächsführung mit belasteten und/ oder traumatisierten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Weiterbildung

In dieser Inhouse-Schulung werden die theoretischen und praktischen Basiskompetenzen traumasensibler Beratung, Begleitung und Gesprächsführung anschaulich vermittelt und praktisch erfahrbar gemacht.

Innerhalb von 4 Modulen lernen die Teilnehmenden die theoretischen Grundlagen der Psychotraumatologie und Traumaberatung kennen und können anhand zahlreicher ressourcenorientierter und stabilisierender Fragetechniken, Übungen und Tools ihre beraterische Kompetenz erweitern. Ein weiterer Fokus wird dabei auf den Kontext Trauma und Flucht/Asyl gelegt. Den Teilnehmenden werden die Grundlagen der trauma- und kultursensiblen Beratung/Begleitung von (traumatisierten) Geflüchteten vermittelt und typische Herausforderungen der Einzelberatung mit oder ohne Dolmetscher supervisorisch begleitet.

Modul I

Einführung in die Psychotraumatologie und Grundsätze der Traumaberatung

In diesem Seminar wird ein erster Einblick in die Dynamik und Folgen psychischer Traumatisierungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen vermittelt.

Was ist psychische Traumatisierung? Welche kurzfristigen, welche längerfristigen Folgen kann es geben? Welche Handlungshinweise gibt es, um die Betroffenen unterstützen und stabilisieren zu können? Wie kann ich als professionelle/r Helfer_in gut auf mich aufpassen?

Themen im Überblick:

- Grundlagen der Trauma- und Dissoziationstheorie
- Mono/Komplextraumatisierung/Entwicklungstraumata
- Neurosequentielle Entwicklung des Gehirns
- Grundlegende Folgen für die Betroffenen
- Psychische Symptome und Diagnosen in unterschiedlichen Altersstufen
- Grundsätze in Pädagogik und Beratung
- Burnout-Prävention und Selbstfürsorge
- Raum für supervisorische Fragen und Fälle

Modul II und III

Praktische Tools der Stabilisierungsarbeit und Ressourcenorientierung

Auswahl an Themen in der Übersicht:

- Bedeutung der Psychoedukation
- Bedeutung der Validierung / Anerkennen des Leidens
- Reorientierung im „Hier und Jetzt“
- Distanzierung von belastenden Ereignissen (z.B. Tresorübung)
- Arbeit mit der Zeitlinie – das Trauma ist vergangen!
- Notfallkoffer / Ressourcenkoffer erstellen
- Achtsamkeitsübungen, Körper wahrnehmen (Körper und Atmung spüren lassen)
- Imaginationsübungen (z.B. Sicherer Ort, hilfreiche Wesen etc.)
- Ressourcenorientierte Fragetechniken
- Raum für supervisorische Fragen und Fälle
- etc. pp.

Modul IV

- **Trauma im Kontext Flucht und Asyl - Trauma- und kultursensible Beratung/Begleitung von Geflüchteten**

An diesem Modul steht die trauma- und kultursensible Beratung und Begleitung der (traumatisierten) Geflüchteten im Vordergrund.

Nahezu alle Geflüchtete aus Syrien und dem Irak sind durch die Kriege und die Erfahrungen auf der Flucht traumatisiert, davon entwickeln 50% eine ausgewachsene Depressive Störung und/oder eine Posttraumatische Belastungsstörung. Wie begleiten wir die Betroffenen, die unter solch schweren Symptomen leiden? Wie können wir den Geflüchteten helfen, sich immer wieder zu re-orientieren und zu stabilisieren? Welche Haltung und welche ressourcenorientierten Tools können hilfreich im Rahmen von Schulungen sein? Wie gehe ich mit dem oft sehr leidvollen Schicksal der Geflüchteten um? Und wie kann eine hilfreiche, stützende und stabilisierende Einzelberatung mit Geflüchteten gestaltet werden? Diese und weitere Fragen werden wir beleuchten und Antworten finden.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 4 Module je 2 Tage a 6-7 Stunden

6. Psychische Traumatisierungen, Traumafolgestörungen und die Grundlagen der psychosozialen Begleitung

An diesem Fortbildungstag wird ein Einblick in die Ursachen, die Dynamik und die Folgen psychischer Traumatisierungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen anschaulich vermittelt. Was ist eine psychische Traumatisierung? Welche kurzfristigen, welche längerfristigen Folgen kann es geben? Was passiert auf neurobiologischer Ebene? Welche Handlungshinweise gibt es, um die Betroffenen unterstützen und stabilisieren zu können? Unbearbeitete traumatische Erfahrungen hinterlassen bei den Betroffenen nicht nur beeinträchtigende und leidvolle Spuren und Folgen, sondern sind maßgeblich auch an der Ausbildung von psychischen Erkrankungen beteiligt. Klassische Traumafolgestörungen, wie die Posttraumatische Belastungsstörung und die Dissoziativen Störungen werden ebenso erläutert, wie ein Zusammenhang von chronischer Traumatisierung zu anderen psychischen Erkrankungen, wie z.B. AD(H)S und Persönlichkeitsstörungen hergestellt.

Der Transfer in die jeweiligen Arbeitsbereiche kann in Kleingruppen gezielt angeleitet werden. Eigene Fälle können gern eingebracht werden.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1-2 Tage, 7-14 Stunden

7

7. Einführung in die Bindungstheorie und Bindungsforschung

Die Bindungstheorie und Bindungsforschung hat über diverse Studien belegt, wie zentral das frühe Bindungserleben für die Kindesentwicklung ist, und für die Frage, ob Resilienz oder Vulnerabilität für psychische Erkrankungen in diesen frühen Jahren „angelegt“ wird.

Bei dieser Fortbildung werden die Grundlagen der Bindungstheorie anschaulich und mit Filmbespielen vermittelt und die Auswirkungen auf die pädagogische und therapeutische Arbeit aufgezeigt.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 3 - 7 Stunden

8. Selbstverletzendes und suizidales Verhalten bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

An diesem Fortbildungstag werden wir nach einem theoretischen Input in die Thematik des selbstverletzenden und suizidalen Verhaltens bei traumatisierten Kindern und Jugendlichen den Schwerpunkt auf die alltägliche Begleitung der Betroffenen legen. Selbstverletzendes Verhalten dient häufig dem Versuch einer Selbstregulation und der Reorientierung aus Flashbacks und Dissoziativen Zuständen. Wie kann dieses Wissen psychoedukativ für die Betroffenen und Begleiter_innen hilfreich zur Anwendung kommen und welche alternativen Tools der Stressbewältigung können entwickelt werden? Welche destruktiven Dynamiken sind am Wirken und wie können einerseits die Betroffenen und andererseits die professionellen Begleiter_innen aus ihnen aussteigen? Neben dem Erproben neuer Interventionen über das Rollenspiel, wird es auch Raum für Fallsupervision geben. Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1 Tag, 7 Stunden

9. Psychische Auffälligkeiten von Kindern und Jugendlichen – Ursachen, Dynamiken und hilfreiche Strategien der pädagogischen Arbeit im stationären Setting

In dieser Fortbildung wird ein Überblick über die psychischen Auffälligkeiten und die häufig diagnostizierten Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen gegeben und deren Ursachen, Auswirkungen und Dynamiken dargestellt.

Im Anschluss an die theoretische Einführung in diese Thematik wird der Transfer in die alltägliche Begleitung und Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen im Mittelpunkt stehen. Hilfreiche Strategien werden vorgestellt und erarbeitet und aktuelle Fälle bei Bedarf supervidiert.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1 Tag, 7 Stunden

10. Überblick und Einführung in unterschiedliche psychische Erkrankungen von Kindern und Jugendlichen - Tagesseminar

An diesem Fortbildungstag werden einige in der Kinder- und Jugendhilfe häufig vorkommende psychische Erkrankungen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen vorgestellt und erfahrbar gemacht.

Wir werden uns mit den allgemeinen Symptomen, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Angststörungen, Zwangsstörungen, ADHS, Autismus-Spektrum-Störungen, Persönlichkeitsstörungen und Schizophrenien beschäftigen und diese anhand von Fallbeispielen diskutieren.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1 Tag, 7 Stunden

11. Überblick, Einführung und Begleitung von unterschiedlichen psychischen Erkrankungen in der Kinder- und Jugendhilfe / 2-tägiges Modul

Bei diesem 2-tägigen Fortbildungsmodul werden einige in der Kinder- und Jugendhilfe häufig vorkommende psychische Erkrankungen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen vorgestellt und erfahrbar gemacht.

Wir werden uns am ersten Tag mit den allgemeinen Symptomen, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Angststörungen, Zwangsstörungen, ADHS, Autismus-Spektrum-Störungen, Persönlichkeitsstörungen und Schizophrenien beschäftigen und diese anhand von Fallbeispielen diskutieren.

Am zweiten Tag wird die pädagogische Begleitung der Betroffenen im Fokus stehen. Welche typischen Schwierigkeiten, Dynamiken und Verwicklungen müssen die pädagogischen Mitarbeiter_innen alltäglich meistern? Welche hilfreichen Strategien gibt es und können zur Anwendung kommen?

Eigene Fälle können im Rahmen von Fallsupervision gern eingebracht werden.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 2 Tage, (jeweils) 7 Stunden

12. Persönlichkeitsstörungen - Erscheinungsbilder, Ursachen, Dynamiken und hilfreiche Strategien der sozialpädagogischen / sozialpsychiatrischen Arbeit im ambulanten oder stationären Setting

In dieser Fortbildung wird ein Überblick über die Persönlichkeitsstörungen gegeben und deren Ursachen, Auswirkungen und Dynamiken dargestellt.

Im Anschluss an die theoretische Einführung in diese Thematik wird der Transfer in die alltägliche Begleitung und Arbeit mit den Betroffenen im Mittelpunkt stehen. Hilfreiche Strategien der Begleitung werden vorgestellt und erarbeitet und aktuelle Fälle bei Bedarf supervidiert.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 7 Stunden

13. Trauma und Partnerschaft / Wenn eine/r von beiden (komplex) traumatisiert ist. - Wichtige Aspekte in der Paarberatung

An diesem Fortbildungstag wird es zunächst eine Einführung in die Psychotraumatologie, Traumadynamik, Traumafolgesymptome und die Grundsätze der traumasensiblen Beratung und Therapie geben. Anschließend werden typische Paardynamiken vorgestellt, die entstehen können, wenn eine/r der beiden (oder beide!) psychisch traumatisiert oder gar komplex traumatisiert ist.

Im zweiten Teil wird geschaut, welche Paardynamiken, Traumafolgesymptome und typische Schwierigkeiten die Teilnehmer_innen aus ihrer alltäglichen Praxis kennen und welche Strategien der Begleitung bislang wirksam sind.

Im dritten Teil werden hilfreiche und traumasensible Interventionen in der Paarberatung gemeinsam erarbeitet und vorgestellt.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1-2 Tage, (jeweils) 7 Stunden

14. Resilienz und Selbstfürsorge

Wie entsteht Resilienz? Ist sie angeboren oder erworben? Kann sie gefördert werden und wenn ja, wie? Welche Faktoren wirken begünstigend, welche belastend? Was macht uns stark, Belastungen, Krisen oder gar Traumatisierungen zu meistern? Wieso hat der eine mehr Widerstandskraft als die andere? Und was brauche ich, um mich stark und sicher zu fühlen und meine alltäglichen beruflichen oder privaten Belastungen zu bewältigen und an ihnen bestenfalls zu wachsen?

Diese und andere Fragen und theoretischen Kontexte werden praxis- und lebensnah in den Blick genommen.

Zahlreiche stärkende Übungen werden vorgestellt und gemeinsam erfahren.

Den Teilnehmer_innen wird ein Skript ausgehändigt und weiterführende Literatur vorgestellt und empfohlen.

Dauer: 1-2 Tage, (jeweils) 7 Stunden

15. Grundlagen der psychosozialen und traumasensiblen Begleitung von (traumatisierten) Geflüchteten

An diesem Fortbildungstag wird zunächst ein allgemeiner Einblick in die Ursachen, die Dynamik und Folgen psychischer Traumatisierungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen gegeben. Was ist eine psychische Traumatisierung? Welche kurzfristigen, welche längerfristigen Folgen kann es geben? Was passiert auf neurobiologischer Ebene? Anschließend wird der Themenkomplex Flucht und Trauma in den Fokus genommen. Sind alle Geflüchteten traumatisiert? Wie zeigt sich eine mögliche psychische Traumatisierung bei den geflüchteten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen?

Und wie begegne ich diesen schweren Schicksalen, die sie mit sich tragen?

Im Zentrum der Fortbildung wird dann die Frage stehen: Was ist wichtig und hilfreich bei der psychosozialen Begleitung der (traumatisierten) Geflüchteten? Wie können trotz der häufig sehr ungewissen Zukunftsperspektive innere und äußere Ressourcen angesprochen und aktiviert werden?

Für den Transfer in die praktische Begleitung werden einige traumasensible und ressourcenorientierte Stabilisierungsübungen vorgestellt und ausprobiert.

Den TN_innen wird ein Skript samt Literaturliste ausgehändigt

Dauer: 1 Tag, 7 Stunden

Leitung

Jessika Distelmeyer, geb. 1973, 2 Kinder



Psychotherapeutische Heilpraktikerin, Fachberaterin für Psychotraumatologie

- Inhaberin und Geschäftsführerin des Fortbildungsinstituts *fortschritte* Hamburg seit 2009
- Referentin für Psychologie, Psychische Erkrankungen, Psychotraumatologie, Häusliche Gewalt und diverse andere Themen seit 2002 im eigenen Institut und externen Einrichtungen, wie Kliniken, Jugendhilfeeinrichtungen, Lehrinstitute, Schulen, dem Landesinstitut für Lehrerfortbildung in Hamburg und der Beratungsstelle für Gewaltprävention / BSB, Hamburg
- Praxis für Psychotherapie, Coaching und Supervision seit 2002
- Hauptamtliche Mitarbeiterin in einer Frauenberatungsstelle/Frauennotruf (2003-2009)
- Sozialpädagogische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen (1999-2002)
- Fünfjährige Ausbildung in Biodynamischer Körperpsychotherapie bei Ebba und Mona Lisa Boyesen / E.S.B.P.E e.V., Lübeck (1997-2001)
- Studium der Literaturwissenschaft und Philosophie (1994-1999)

Diverse Fortbildungen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe, Psychotraumatologie, Traumatherapie und psychotherapeutische Verfahren seit 1999.

Kontinuierliche Fortbildung und Supervision sichern die Qualität meiner Arbeit.

Lerchenstraße 28a
22767 Hamburg
Tel. 040 / 87 50 44 69
info@fortschritte-hamburg.de
fortschritte-hamburg.de
Jessika-Distelmeyer.de