



# Expedition Gefühle: Psychotraumatologie für Kinder und Jugendliche

**Nora Dietrich**

Die eigenen Gefühle wahrnehmen, benennen und in emotional aufwühlenden Alltagssituationen regulieren zu können, ist ein zentraler Schutzfaktor für Kinder und Jugendliche mit hoher Belastung. Auf kindgerechte, erlebnispädagogisch-spielerische Weise vermittelt das Training eben diese Kompetenzen und bietet Fachkräften einen Rahmen, in dem sie Halt und Orientierung bieten, Grenzen setzen und gleichzeitig das Bedürfnis nach Spiel und Spontaneität stillen können – ganz praktisch im Gruppen- und Einzelsetting.

Inhalte:

- Einführung in die theoretische Fundierung der kindlichen Emotionsregulation
- Das kindliche Erleben vor dem Hintergrund früherer traumatischer Erfahrungen verstehen lernen
- Kompetenzen für einen vertrauensvollen Beziehungsaufbau
- Kreative und spielerische Methoden zum Umgang mit Gefühlen erlernen und selbst erleben

Ziele:

- Eine innere Haltung entwickeln
- Risiken und Ressourcen von Kindern mit traumatischen Erfahrungen kennen
- Erlebnisorientierte Methoden kennen und nutzen

Zielpublikum:

SozialpädagogInnen, PsychologInnen, TherapeutInnen, Fachleute von Beratungsstellen mit oder ohne therapeutische Qualifikation

Kursleitung:

**Nora Dietrich, Psych.** Psychotherapeutin der VT für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, mit dem Zusatzschwerpunkt DBT. Sie engagiert sich freiberuflich im 2015 mit dem Innovationspreis der Stiftung Familienbande ausgezeichneten Projekt „Expedition Gefühle“. Selbstständige Trainerin in Bildung und Wirtschaft.

Ort:

Norddeutsches Institut für Kurzzeittherapie NIK  
Außer der Schleifmühle 40, 28203 Bremen

Datum:

23.-24. September 2019 - Montag 10.00 - 17.30 und Dienstag 9.00 - 16.00 Uhr

Kurskosten

€ 240,00

(ausschließlich schriftliche Anmeldung an [info@nik.de](mailto:info@nik.de) oder per Post)