

Traumakompetenz und Selbstfürsorge für Fachkräfte

Praxis weiterentwickeln und Handlungssicherheit stärken

Bildungsurlaub

Inhalt

Ein Kind zieht sich ohne erkennbaren Grund zurück. Eine Jugendliche wirkt zunehmend belastet. Ein junger Mensch provoziert immer wieder Konflikte.

Sie wollen helfen, verstehen, unterstützen. Doch manchmal fühlen Sie sich hilflos, erschöpft oder emotional überfordert. Die schweren Schicksale der Kinder und Jugendlichen beschäftigen Sie und Sie fragen sich: Wie kann ich langfristig gut für andere da sein, ohne selbst auszubrennen?

Dieser Bildungsurlaub gibt Ihnen Antworten. In fünf intensiven Tagen entwickeln Sie ein tiefes Verständnis für traumatisierte Kinder und Jugendliche und lernen gleichzeitig, gut für sich selbst zu sorgen.

Was Sie lernen:

Trauma verstehen: Warum reagieren manche Kinder und Jugendliche so, wie sie reagieren? Was passiert im Gehirn bei Stress und Überforderung?
Wie beeinflusst Trauma das Lernen und Verhalten?

Sie erhalten fundiertes Wissen über Traumafolgen und erkennen, was hinter dem "schwierigen Verhalten" steckt.

Traumasensibel arbeiten: Sie lernen konkrete Methoden, um Kindern Sicherheit zu geben, Retraumatisierung zu vermeiden und Stabilität zu schaffen.

Praxisnah und umsetzbar – für Ihren Alltag mit belasteten Kindern und Jugendlichen

Sie entwickeln einen persönlichen Selbstfürsorge-Plan mit alltagstauglichen Strategien: Atemtechniken, Körperübungen, Emotionsregulation und mentale Entlastung.

Praktisch, persönlich, nachhaltig. Wir arbeiten mit Ihren eigenen Fällen, reflektieren in geschütztem Rahmen und üben konkrete Techniken. Sie haben Gelegenheit, sich mit Kolleg:innen aus unterschiedlichen Kontexten auszutauschen und bauen ein unterstützendes Netzwerk auf.

Sie gehen gestärkt zurück. Mit neuem Wissen, praktischen Werkzeugen, einem Handlungsplan und der Gewissheit: Ich kann gut für andere sorgen, ohne mich selbst zu vergessen.

Nutzen

1. Mehr Verständnis und Sicherheit im Umgang mit Kindern und Jugendlichen
 - Sie verstehen, wie Trauma entsteht und wie es Denken, Lernen und Verhalten beeinflusst.
 - „Schwieriges Verhalten“ wird einordbar statt belastend.
2. Konkrete, alltagstaugliche Handlungskompetenz
 - Sie lernen traumasensibles Arbeiten: Sicherheit geben, Stabilität fördern, Retraumatisierung vermeiden.
 - Methoden und Werkzeuge, die direkt im Berufsalltag umsetzbar sind.
3. Schutz der eigenen Gesundheit
 - Auseinandersetzung mit sekundärer Traumatisierung.
 - Entwicklung eines persönlichen „Selbstfürsorge-Plans“.
4. Praxisnahes Lernen
 - Arbeit mit eigenen Fällen, Reflexion im geschützten Rahmen.
 - Üben konkreter Techniken.
5. Austausch und Vernetzung
 - Möglichkeit, sich mit Kolleg:innen aus unterschiedlichen Kontexten auszutauschen.
 - Evtl. Aufbau eines unterstützenden Netzwerks.
6. Nachhaltiger Effekt
 - Neues Wissen
 - Praktische Werkzeuge
 - Klarer Handlungsplan
 - Und die Gewissheit: „Ich kann gut für andere sorgen, ohne mich selbst zu verlieren.“



Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.
LWL-Bildungszentrum

Online anmelden

<https://www.lwl-bildung.de/detail?seminar=52679>

Veranstaltungsnummer
27-0603-210-0054-0001

Datum
19.07.2027 - 23.07.2027

Anmeldeschluss
28.06.2027

Ort
LWL-Bildungszentrum
Jugendhof Vlotho
Oeynhausener Str. 1
32602 Vlotho
Tel.: 05733 923-0
[Karte und Routenplaner](#)

Teilnehmendenkreis
Die Fortbildung richtet sich an alle Fachkräfte und Akteur:innen der Kinder- und Jugendhilfe, die Kinder und Jugendliche begleiten, fördern und unterstützen.

Teilnehmendenzahl
10

Kosten
475,00 €
Teilnahmeentgelt
160,00 € Verpflegung
490,00 € Übernachtung
EZ mit Vollverpflegung
inkl. gesetzl. Umsatzsteuer

Kein Frühstück und Abendessen für Teilnehmende ohne Übernachtung.

Zeitraumen / Programm

- 1. Tag: 10:00 -17:00 Uhr
- 2.-4. Tag: 09:00-16:00 Uhr
- 5. Tag: 09:00-15:00 Uhr

Essenszeiten:

Frühstück von 08.00 Uhr-09.00 Uhr

Mittagessen und Mittagspause: 12.30 Uhr – 13.30 Uhr

Nachmittags Kaffee und Kuchen

Abendessen: 18.00 Uhr -18.45 Uhr

Kein Frühstück und Abendessen für Teilnehmende ohne Übernachtung.

Methoden

Impulsvorträge, Arbeit mit Fallvignetten, Arbeit an eigenen Fällen, strukturierte Fallbesprechungen, niedrigschwellige Selbsterfahrung und Körperarbeit, Methodentraining für den Schulalltag (Stabilisierungstechniken, traumasensible Gesprächsführung), Rollenspiele, Austausch und kollegiale Unterstützung.

Anbieter

LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho

Referentin / Referent



Julia Bethlehem

Dipl. Soziologin, Trauma-Fachberaterin (zptn)

Auskunft zu Inhalten



Julia Bethlehem

E-Mail: julia.bethlehem@lwl.org

Telefon: 05733/923-623

Auskunft zu Anmeldung und Organisation



Sabine Yilmaz

E-Mail: sabine.yilmaz@lwl.org

Telefon: 05733 923-310

Wir über uns

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) steht für erstklassige Fortbildungen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe sowie im Fachgebiet Suchthilfe. Durch die Kombination bewährter und innovativer Methoden bieten wir den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, beruflich und persönlich zu wachsen. Mit unseren praxisorientierten Angeboten fördern wir den Erfahrungsaustausch in unserer Region. Was uns auszeichnet? Hochwertige Wissensvermittlung zu fairen Konditionen. www.lwl-bildung.de