

KONTAKT

Ella Gabriele Amann
Tel.: +49(0)30 966 003 89
presse@Stiftung-ResilienzForum.org

Stiftung ResilienzForum
Mehringdamm 62
10961 Berlin
www.Stiftung-ResilienzForum.org



PRESSEMITTEILUNG | BERLIN 15. MÄRZ 2022

Teilnahme am 3. Resilienz-Kongress 2022

Vorstellung unseres trauma-informed Facilitation-Ansatz

Trauma-informed zu arbeiten bedeutet vielmehr, ein Bewusstsein für mögliche traumatische Erfahrungen bei Klient:innen zu entwickeln und diese in den Beratungs- oder Coaching-Prozessen angemessen zu berücksichtigen. Der Begriff stammt aus dem Bereich der Traumaforschung und -Therapie und hat sich in den letzten Jahren auch in anderen professionellen Kontexten, wie zum Beispiel in der Pädagogik, Beratung oder im Coaching, etabliert.

Ein trauma-informed Ansatz berücksichtigt, dass viele Menschen in ihrem Leben traumatische Erfahrungen gemacht haben könnten, sei es durch Gewalterfahrungen, Verluste, Misshandlungen oder andere belastende Ereignisse. Solche traumatischen Erfahrungen können sich langfristig auf die Psyche und das Verhalten der Betroffenen auswirken und auch in alltäglichen Situationen Spuren hinterlassen.

Sebastian Mauritz, Resilienz-Experte und Veranstalter des 3. Resilienz-Online-Kongresses geht im Gespräch mit Ella Gabriele Amann, Resilienz- und Trauma-Expertin der Frage nach, welche Rolle der trauma-informed Ansatz in der Resilienzförderung spielt. Wie können Resilienz-Berater, Trainer und Coaches Trauma erkennen und was können sie konkret tun, wenn sie bei ihren Klienten ein Trauma vermuten?

Wie wirkt sich Resilienz-Förderung auf die Bewältigung von Traumata aus? Die Förderung von Resilienz kann eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Traumata spielen. Resilienz bedeutet die Fähigkeit, auch in schwierigen Lebenssituationen widerstandsfähig zu bleiben und gestärkt aus Herausforderungen hervorzugehen. Indem wir die Resilienz unserer Teilnehmer:innen fördern, unterstützen wir sie dabei, belastende Ereignisse besser zu verarbeiten und die Auswirkungen von Traumata zu mindern.

Ein resilientes Mindset ermöglicht es den Menschen, auf eine flexible und konstruktive Art und Weise mit schwierigen Situationen umzugehen. Sie entwickeln eine bessere Selbstregulation und Selbstfürsorge, was dazu führt, dass sie sich selbst besser unterstützen können, auch wenn sie mit belastenden Erfahrungen konfrontiert sind.

Darüber hinaus stärken wir in unseren Resilienz-Programmen auch die sozialen und emotionalen Kompetenzen unserer Teilnehmer:innen. Das bedeutet, dass sie besser in der Lage sind, soziale Unterstützung anzunehmen und sich mit anderen auszutauschen. Dies kann einen positiven Einfluss auf den Umgang mit Traumata haben, da soziale Unterstützung ein wichtiger Faktor bei der Bewältigung von Traumata ist.

Kongress-Infos und Anmeldung unter: www.Resilienz-Kongress.de

ZUR VERÖFFENTLICHUNG AM 15. MÄRZ 2022, 9.00 UHR