



## Psychische Erste Hilfe bei Kindern und Jugendlichen nach Notsituationen

Kinder und Jugendliche haben schlicht bedingt durch Alter und Erfahrung weniger Bewältigungsstrategien. Dadurch sind sie hilfloser als Erwachsene nach Krisen und Notfällen. Neben der körperlichen Gesundheit ist die psychologische ein immens wichtiges Gut, um das eigene Wohlbefinden zu schützen. Körper und Geist gehen einher. Entstehen akute Krisen, wie beispielsweise das (Mit)Erleben von körperlicher Gewalt, ein schwerer Unfall oder ähnliches, ist die Nachbearbeitung einer solchen Situation im Sinne des Hinschauens und Kümmerns essentiell, um Kinder zu stabilisieren und weiteren psychischen Auswirkungen vorzubeugen.

Das Konzept der psychischen Ersten Hilfe bei Kindern und Jugendlichen befähigt die TeilnehmerInnen diese spezielle Personengruppe nach bedrohlichen und damit potentiell traumatisierenden Situationen stabilisierend zur Seite zu stehen. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter werden für diese Thematik sensibilisiert und bekommen Handwerkszeug, um nach einer akut belastenden Situation stützend zur Seite zu stehen. Um langfristigen Belastungen oder gar einem posttraumatischen Belastungssyndrom vorzubeugen, sind die erste Stabilisierung sowie eine angemessene Nachsorge essentiell.

Auch die eigene Psychohygiene steht im Vordergrund, denn gerade Notfälle bei denen Kinder oder Jugendliche betroffen sind, wirken oft belastender.

### Zentrale Inhalte auf einen Blick

- Einführung in die Psychische Erste Hilfe
- Kinder- und Jugendliche – Besonderheiten
- Notfallsituationen & besondere Ereignisse
- Körperliche Verarbeitung von bedrohlichen Situationen
- Notfallpsychologie - PTBS
- Wie kann ich stützen und schützen – spezifische Beratungskompetenz
- Erkennen von psychologischen Ausnahmezuständen
- Regeln der psychischen Ersten Hilfe für Kinder und Jugendliche
- Prävention von langfristigen Belastungen durch Psychoedukation
- Netzwerk
- Weiterführende Hilfestellungen (Checkliste, Notfallrucksack)

## Erfahren Sie mehr

Ob Workshop oder Coaching – wir werden das Thema entsprechend Ihren Vorstellungen gestalten. Lassen Sie uns auch im Vorfeld darüber sprechen, welche Inhalte für Sie relevant sind. Gerne begleiten wir Sie zudem mit entsprechender psychologischer Fachberatung.

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt!

## be • task ...weil Persönlichkeit zählt

Wir beraten und schulen all jene, die im beruflichen Kontext mit Krisen und Notlagen konfrontiert sind, beispielsweise durch

- krisenbedingte Wendepunkte
- potentiell traumatisierenden Situationen
- Mobbing und sexuelle Belästigung
- persönliche Belastungen

Durch unsere Unterstützung können Organisationen, Teams und Einzelpersonen Wege finden, professionell und gesundheitsfördernd mit diesen Situationen umzugehen.

Als Diplom Psychologinnen sind wir dank unserer langjährigen Erfahrung den verschiedensten Situationen begegnet, in denen wir unterstützend wirken konnten. Von Organisationsberatungen bis hin zur konkreten Arbeit mit Teams aber auch in der Unterstützung einzelner Personen in besonderen Lebenssituationen konnten wir Entwicklungen aktiv begleiten.