

PRINZIPIEN EINER STRESS- und TRAUMASENSIBLEN HALTUNG

<p>SICHERHEIT herstellen</p>	<p>Angesichts von:</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reduzierung von Angst und Stress ✓ Vermittlung von Sicherheit ✓ Vertrauen herstellen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedrohung • Überlebensstress und grundlegende Verunsicherung • Erschütterung des Vertrauens in sich selbst und in andere
<p>STÄRKUNG</p>	<p>Angesichts von:</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Empowerment – Stärkung von Selbstwirksamkeit und Selbstwertgefühl 	<ul style="list-style-type: none"> • Der Erfahrung von extremer Hilflosigkeit
<p>SOLIDARITÄT UND VEBINDUNG</p>	<p>Angesichts von:</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Anerkennung des Leids ✓ Erfahrung von Solidarität, Verbundenheit und Soziale Wieder-Teilhabe ✓ Ganzheitliche Sichtweise auf die Betroffenen in ihrem Lebensumfeld 	<ul style="list-style-type: none"> • Scham und Schuldgefühlen • Isolation und Diskriminierung • Dissoziation und Spaltungsmechanismen
<p>ACHTSAME ORGANISATIONSKULTUR</p> <p>SELBSTFÜRSORGE</p>	<p>Angesichts von:</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Förderung der Kompetenzen im Umgang mit Stress ✓ Achtsamkeit gegenüber Spaltungsdynamiken ✓ Selbstfürsorge ✓ Resilienzförderung 	<p>Erhöhter Stressexposition</p> <p>Systemischer Traumadynamik</p> <p>Indirekter Traumatisierung</p> <p>Umgang mit (existenziellen) Krisen</p>