

Material zur Traumabewältigung

Autor:in	Titel	Sprachen	Preis
Dr. Claudia Croos-Müller	„FIRST AID KIT FOR TRAUMA“ Erste Hilfe Informationen über Trauma und PTSD und Body2Brain Übungen für Überleben-de von Krieg und Gewalt https://traumafirstaid.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/02/first_aid_kit_trauma_german.pdf https://traumafirstaid.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/03/first_aid_kit_trauma_ukrain.pdf	deutsch englisch ukrainisch ...	kostenloser Download
Dr. Claudia Croos-Müller	„ALLES GUT – Das kleine Überlebensbuch“ Soforthilfe bei Belastung, Trauma & Co Soforthilfe bei Schrecksituationen und traumatischen Erlebnissen - die etwas andere Art, Krisen zu meistern. In bewährter Form stellt Claudia Croos-Müller einfache „Nebenbei“-Körperübungen vor, die bei belastenden Ereignissen beruhigend und stärkend auf die psychomenteale Gesundheit wirken, zum Beispiel „Sich schütteln“, „Augen bewegen“ und „Hand auf die Brust“. Diese Übungen stabilisieren in kürzester Zeit das Nervensystem und schenken wieder Sicherheit, Zuversicht und Lebensfreude. Wie gewohnt machen die Übungen sehr viel Spaß und können überall und jederzeit ausgeführt werden.	deutsch	10,00€
Caring Elephants gemeinnützige UG	„Katharina und Oleg“ Erste Hilfe für traumatisierte Flüchtlingskinder Katerina und Oleg sind mit ihrer Mutter und ihrem Opa nach einer langen Reise neu in dieses Land gekommen. Wie viele andere Familien auch, mussten sie weg vom Krieg. Und obwohl sie nun eigentlich in Sicherheit sind, geht es Katerina und Oleg nicht immer gut... Mit diesem Buch bekommen geflüchtete Kinder und Jugendliche und auch Erwachsene hilfreiche Übungen als psychologische Erste-Hilfe-Maßnahmen an die Hand, um im Umgang mit diesen belastenden Erfahrungen unterstützt und entlastet zu werden. Deutsch-ukrainisch: https://caring-elephants.de/wp-content/uploads/2024/10/Katerina-und-Oleg_ONLINE_2022-04-30.pdf Deutsch-arabisch: https://caring-elephants.de/wp-content/uploads/2024/12/Bilderbuch_Muna-und-Khalil_arabisch_ONLINE.pdf	deutsch-ukrainisch deutsch-arabisch	15,95 € oder kostenloser Download

Stein, Susanne	Das Trauma-Bilderbuch „Das Kind und seine Befreiung vom Schatten der großen, großen Angst“ – ein Bilderbuch für Flüchtlingsfamilien und ihre Unterstützer/innen https://schulpsychologie.de/blog/trauma-bilderbuch/Stein-2019-trauma-bilderbuch-ukrainisch.pdf Ein Kind erlebt kriegsbedingt eine überwältigende Angst-situation, der „Schatten dieser Angst“ verfolgt das Kind noch, wenn die schreckliche Situation bereits eine ferne Vergangenheit geworden sein könnte. Das Trauma-Bilderbuch versucht Kindern, Eltern und deren Unterstützer/innen dabei zu helfen, die ebenso unsichtbare wie lebeenseinschränkende Belastung zu verstehen. Es zeigt auf, was das Kind jetzt braucht: praktische Hilfen im Alltag, tröstende Botschaften der Eltern und evt. den Weg in eine Therapie.	deutsch englisch ukrainisch Russisch ...	kostenloser Download
Stein, Susanne	Traumabilderbögen: "Willkommen im neuen Leben" Wie es Kindern nach großen Angsterlebnissen ergehen kann und was ihnen dann weiterhilft https://little-trauma-help.org/wp-content/uploads/2024/06/trauma-picture-sheet-german.pdf Die Trauma-Bilderbögen sind ein Beratungstool für Eltern, deren Kinder nach schweren Angsterfahrungen anhaltende Schwierigkeiten haben. In den Bilderbögen wird an praktischen Beispielen gezeigt, wovor die Kinderseele geschützt werden muss und was ihr guttut, was die Selbstheilungskräfte stärkt.	deutsch englisch ukrainisch russisch ...	kostenloser Download
BPtK Bundespsycho- therapeuten- kammer	„Ratgeber für Flüchtlingseltern: Wie helfe ich meinem traumatisierten Kind“ Der BPtK-Elternratgeber Flüchtlinge wendet sich an Eltern von Flüchtlingskindern, die wissen möchten, wie sie ihrem Kind helfen können, wenn es Schreckliches erlebt hat. Der Ratgeber enthält Informationen darüber, wie sich traumatisierte Kinder je nach Alter verhalten und zeigt an vielen konkreten Situationen, wie Eltern richtig reagieren können. (nach Altersgruppen: Kleinkinder, Vorschulkinder, Schulkinder, Jugendliche) https://www.bptk.de/ratgeber/elternratgeber-fluechtlinge/Startseite Elternratgeber Flüchtlinge	deutsch englisch ukrainisch ...	kostenloser Download

Herzog, Marianne	„Lily, Ben und Omid“ Drei Kinder machen sich auf den Weg, ihren „sicheren“ Ort zu finden Ein Bilderbuch, das das schwierige Thema Trauma behandelt - ein Buch voller Hoffnung, das dem Thema die Schwere nimmt. Die Geschichte rund um diese drei Kinder erzählt von ihren Schwierigkeiten im Alltag und was sie und ihr Umfeld machen können, damit es alle einfacher haben. Das Buch ist vielseitig einsetzbar in Kindergarten und Schulen, zum Vorlesen und Erzählen in der Familie, aber auch in der Beratung und Therapie. Dieses Bilderbuch ist auch in Albanisch, Arabisch, Englisch, Farsi, Französisch, Italienisch, Polnisch, Portugiesisch, Rumänisch, Russisch, Schwedisch, Somali, Tamil, Tigrinya, Türkisch und Ukrainisch erhältlich. https://www.marianneherzog.com/lily-ben-und-omid/	deutsch englisch ...	26,00€
BBK Bundesamt für Bevölkerungs- schutz und Kata- strophenhilfe	„Mit belastenden Ereignissen umgehen“ Informationen für Betroffene Ratgeber für Erwachsene in verschiedenen Sprachen Mit belastenden Ereignissen umgehen	Deutsch Englisch	kostenloser Download