

**LOGO**

[zusammen-halt-finden.de](http://zusammen-halt-finden.de)

# TraumaNetz Köln

Kompetenz für seelisch verletzte Familien

# Was ist ein seelisches Trauma?

**Eine existenzielle Bedrohung, die die eigenen Handlungsmöglichkeiten überschreitet.**

Zum Beispiel bei körperlicher, sexualisierter und emotionaler Gewalt, Vernachlässigung, Bindungsabbrüchen und Verlust oder Unfällen.

Aber auch medizinische Eingriffe, Frühgeburt, Mobbing, dauerhafte Überforderung, lebensbedrohliche Erkrankungen und andere Krisen können sich für Betroffene traumatisch anfühlen.

# Mögliche Folgen seelischer Verletzungen:

- Schlafstörungen, Alpträume, Ängste
- Aggressionen und Impulsdurchbrüche
- Körperliche Symptome wie Kopf- oder Bauchschmerzen
- Erinnerungsblitze
- Abwesenheitszustände
- Dauerhafte Überforderungsgefühle
- Vermeidungsverhalten, z. B. Schulangst
- Selbstschädigendes Verhalten

Sie wünschen sich als Eltern Wissen und Handlungsideen für ihr seelisch verletztes (Pflege)Kind?

Sie als Mutter oder Vater fühlen sich durch eigene seelische Verletzungen stark belastet?

Du hast als Kind/Jugendliche\*r Schweres erlebt und möchtest wissen, was Dir helfen kann?

Sie als Lehrer\*in/Erzieher\*in benötigen Informationen zum Thema und zu möglichen Hilfen für traumatisierte Kinder?

Sie als traumasensible Fachkraft möchten sich mit uns vernetzen, um sich gemeinsam stark zu machen für betroffene Familien?

**kurzfristig**

**kostenfrei**

**vertraulich**

**Ihrem Bedarf entsprechend**

**auf Wunsch anonym**

**Wer?** Astrid Petry | Josch Henke  
Systemische Therapeuten (DGSF/SG) –  
Schwerpunkt Traumafolgen

traumanetz@logo-koeln.de  
Telefon 0221 16807613

**Wo?** LOGO | Takustraße 1-3 | 4. Stock | 50825 Köln

**Wie?** telefonisch | per E-Mail

**Wann?** telefonische Sprechzeiten Di. 16-17 Uhr  
und Do. 11-12 Uhr | nach Vereinbarung



**LOGO**  
zusammen-halt-finden.de



Gefördert durch :

RheinEnergie  
**Stiftung** | **Familie**