



Program

Temadag om børn og unges traumer og traumeheling

- Velkommen med kort intro til Rikke og programmet
- Introduktion til et traumeinformeret mindset
- Hvad er traumer, udviklingstraumer og traumatiske hændelser?
- Øvelse med at lave en traumelinje på et plejebarn og deling i gruppe
- Pause
- Nervesystemets forsvarssystemet og dets reaktioner
- Øvelse om tegn på belastning af nervesystemet og regulering af det
- Lidt om triggere, regulering og co-regulering m. øvelse om triggere
- Pause
- Reconnection: Forskellige måder i dagligdagen at understøtte børn til at blive hele igen ovenpå at være blevet traumatiseret
- Afsluttende refleksion og afrunding