**Traumasprechstunde in der Ambulanz für Kinder- und Jugendliche in Geldern**

Für Kinder und Jugendliche:

Es ist dir etwas passiert. Oder es ist sogar vieles passiert…

* Ein Unfall
* Du hast Gewalt, Mobbing oder Cybermobbing erlebt
* Du hast ein belastendes Ereignis miterlebt oder gesehen wie jemandem etwas sehr Schlimmes passiert ist
* Gewalt in der Familie
* Sexuelle Übergriffe (innerhalb oder ausserhalb der Familie)
* Tod eines Elternteils oder eines Geschwisters
* Schwere Krankheit oder Operationen

Solch ein Ereignis nennt man Trauma. Wenn du immer an das Ereignis denken musst und dich deine Reaktionen beunruhigen, brauchst du Hilfe.

Unser Angebot

Wir informieren dich über mögliche Reaktionen nach dem Trauma und geben auch Tips, was du tun kannst, damit es dir bessergeht. Bei mehrfachen oder länger andauernden Belastungen dauert die therapeutische Unterstützung länger. Bei einem einzigen Trauma ohne Vorbelastung genügen oft wenige therapeutische Termine, damit es dir bessergeht.

Anmeldung: Du oder Deine Eltern können sich an unser Ambulanzbüro wenden, um einen zeitnahen Termin zu erhalten.

Für Eltern:

Manchmal ist eine sofortige Hilfe nach einem Trauma notwendig, allerdings kann es auch so sein, dass Kinder und Jugendliche unmittelbar nach einem Trauma nur wenige oder gar keine Reaktionen zeigen. Bei einigen Kindern und Jugendlichen treten erst mehrere Wochen oder sogar Monate später ungewohnte Verhaltensänderungen wie Rückzug, Aggressionen, Konzentrationsstörungen, Schlafprobleme und Leistungsabfall sowie andere Symptome auf.

Falls unangenehme Wiedererinnerungen, Vermeidungsreaktionen und Übererregungnicht vorübergehend sind, spricht man von einer Posttraumatischen Belastungsstörung. Hier ist es besonders wichtig, fachliche Hilfe zu beanspruchen. So können Kinder und Jugendlichein der Regel ein Trauma gut überwinden.

Fachliche Hilfe sollte beansprucht werden, wenn:

• die Symptome nicht abklingen.

• gravierende Verhaltens- und Wesensveränderungen nach einem Trauma auftreten.

• Sie sich durch die Belastung oder Betreuung überfordert fühlen.

• Sie unsicher sind, ob Ihre Tochter oder Ihr Sohn schon an einer Posttraumatischen Belastungsstörung leidet.

In unserem Ambulanzbüro können sie einen zeitnahen Termin vereinbaren.