

# Wer hilft den Helfenden?

## Psychohygiene für Fachkräfte im Umgang mit sexualisierter Gewalt

In der pädagogischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen werden Fachkräfte mit sexualisierter Gewalt konfrontiert. Ob beim Entwickeln eines Schutzkonzeptes, durch grenzverletzende Kinder und Jugendliche oder einen konkreten Missbrauchsverdacht in der Einrichtung – das Thema kann für sie sehr belastend sein. Darüber hinaus kann die helfende Person eine sekundäre Traumatisierung erleiden.

Eine gute Psychohygiene und der Blick auf die eigene Belastungsgrenze sind die Voraussetzungen, um sich mit sexualisierter Gewalt professionell auseinanderzusetzen und Kinder und Jugendliche mit Missbrauchserfahrungen langfristig zu unterstützen.

### Inhalte

- Reflexion der eigenen Selbstfürsorge
- Belastungsgrenzen wahrnehmen
- Sekundäre Traumatisierungen von Helfenden
- Psychohygiene: Fakten und Methoden
- Der Weg zur Resilienz

### Ziele

- Grundlagenwissen zu Psychohygiene und Resilienz
- Grundlagenwissen zu sekundären Traumatisierungen
- Kennenlernen praktischer Methoden und Übungen für den Berufsalltag
- Aktivierung von individuellen Ressourcen

### Methoden

Input, Übungen, Kleingruppenarbeit, Diskussion,  
methodische Reflexion

### Seminar Nr.

**46A-26-06**

### Termin

**Donnerstag, 12. November 2026**

9:00 – 16:00 Uhr

### Ort

Fachberatungsstelle Violetta

### Kontakt + Infos

Doris Hesse

[DorisHesse@violetta-hannover.de](mailto:DorisHesse@violetta-hannover.de)

### Referentin

Ronja Steinhauer

### Zielgruppe

Fachkräfte aus der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit Grundwissen zum Thema sexualisierte Gewalt (max. 12 Pers.)

### Kosten

150,- Euro inkl. Getränke, Gebäck & Obst, Handout

### Anmeldung

per Post, Mail oder online bis zum 15.10.2026

**Anmeldeformular per Fax 0511 – 85 55 94 oder  
per Post an Violetta, Wöhlerstraße 42 · 30163 Hannover**

**Hiermit melde ich mich verbindlich an für**

---

Titel

---

Seminar-Nr.

---

Seminar-Datum

---

Veranstaltungsort

---

Name / Vorname

---

Institution

---

Straße

---

PLZ / Ort

---

Telefon / Fax

---

E-Mail

*Sollte die Rechnungsadresse abweichen, nehmen Sie bitte Kontakt zu Doris Hesse (s. u.) auf.*

 ich nutze einen Rollstuhl

Bitte setzen Sie sich bei speziellen Bedarfen in Verbindung mit  
**DorisHesse@violetta-hannover.de**

Bei Verhinderung melden Sie sich bitte bis spätestens **4 Wochen vor Kursbeginn** schriftlich ab. Kann diese Frist nicht eingehalten werden, ist die Seminargebühr zu entrichten, es sei denn, der Platz kann anderweitig vergeben werden. In diesem Fall wird eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 15 € erhoben.

---

Datum / Unterschrift