

Benjamin, 24 Psychologiestudent



Alle zwei Wochen treffe ich mich mit Uli, unserem erfahrenen Traumatherapeuten und bereite das Programm für unsere Gruppe vor. Diese findet alle zwei Wochen am Sonntag statt. Mir macht es Freude mit Uli kreative Ideen auszuarbeiten und außerdem kann ich theoretisches Wissen aus meinem Studium in die Praxis umsetzen.



Oft denken wir uns Übungen zum Aktivieren der Teilnehmer aus und nutzen Materialien wie Flipcharts, Karten, Bilder, Videos und vieles mehr. Unserer Kreativität und unserem Einfallsreichtum sind dabei keine Grenzen gesetzt. Am Sonntag ist es dann so weit und wir treffen uns alle in Geretsried im Jugendzentrum „Saftladen“. Ich präsentiere dort unsere geplanten Inhalte und erhalte dabei Hilfe von Uli und Assistenten, die ebenfalls ehrenamtlich bei uns tätig sind.

Die Teilnehmer haben große Freude an unserem Programm und machen engagiert mit. Es hilft ihnen, ihre Probleme für einen kurzen Moment zu vergessen, mit dem Trauma zu leben und Gleichgesinnte zu finden. Nach der Gruppe räumen wir gemeinsam auf und sprechen mit einzelnen Teilnehmern, die sich instabil fühlen, damit keiner in schlechter Verfassung nach Hause geht.



TRIGG ist ein traumapädagogisches Gruppenangebot für Geflüchtete, in welchem sie psychosozial unterstützt werden und lernen, mit Ihrem Trauma zu leben. Das erhöht die Lebensqualität der Geflüchteten und ermöglicht Integration und Arbeitsaufnahme.