

Eine Veranstaltung des Wiener Netzwerkes gegen  
sexuelle Gewalt an Mädchen, Buben und Jugendlichen

**Einladung zur 11. Fachtagung**

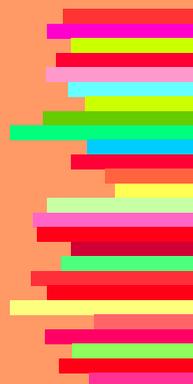
## **Was Kinder wi(e)der stehen lässt**

Resilienz als Fundament für Kinder und  
Jugendliche bei traumatischen Ereignissen

**Montag 18. November 2013**

Europahaus  
Linzerstraße 429  
1140 Wien

Fachtagung 2013



**Gefördert durch:**

Bundeskanzleramt – Bundesministerin für Frauen; Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz; Bundesministerium für Justiz; Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend; Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur; Magistrat der Stadt Wien, Magistratsabteilung 7; Magistratsabteilung 13, Fachbereich Jugend / Pädagogik



# ORGANISATORISCHES

Wir bitten Sie, sich vorzugsweise per E-Mail oder per Fax oder mit beiliegender Antwortkarte, **bis 11. 11. 2013** anzumelden.

E-Mail an: [wienernetzwerk@inode.at](mailto:wienernetzwerk@inode.at)

**Stornierungen sind nur bis 11. 11. 2013 möglich.**

Der Tagungsbeitrag von **€ 55,-** (StudentInnen € 47,-) inkl. Mittagsmenü und Tagungsmappe ist einzuzahlen auf das **Konto Nr: 00510039815** bei der **PSK, BLZ 60000**, lautend auf „**FreundInnen des Wiener Netzwerkes gegen sexuelle Gewalt an Mädchen, Buben und Jugendlichen**“.

**Die Anmeldung gilt ausnahmslos erst ab Einlangen des Tagungsbeitrages auf dem Tagungskonto.**

**Barrierefreiheit:** Die Tagungsräume sind barrierefrei zugänglich.

**Büchertisch:** Buchhandlung ChickLit, 1010 Wien, Kleeblattg. 7, [www.chicklit.at](http://www.chicklit.at)

**Tagungsort:** Europahaus, Linzerstraße 429, 1140 Wien

AUSKUNFT, ANMELDUNG	POSTADRESSE
Tel: <b>0676/70 65 575</b>	<b>Wiener Netzwerk</b>
Fax: <b>01/205 55 00-15</b>	Pf 1043
E-Mail: <a href="mailto:wienernetzwerk@inode.at">wienernetzwerk@inode.at</a>	1220 Wien

**Fachtagungsorganisation und Moderation:** Christine Bodendorfer

**Inhaltliche Konzeption:** Dr.<sup>in</sup> Claudia Scheibenreif, Mag.<sup>a</sup> Claudia Denk, Verein Wiener Frauenhäuser

Im Programm variieren die geschlechterbezogenen Sprachformen, je nachdem, wie von den Referent\_innen und Workshopleiter\_innen gewählt. Damit soll die Vielfältigkeit sichtbar und auch die Tatsache deutlich werden, dass die Begriffe und grammatikalischen Formen einem ständigen Wandel unterliegen und das Ringen um die passende gendersensible Sprache immer auch Teil einer präventiven Haltung ist, ohne, dass es DIE richtige Antwort gibt.

# PROGRAMM

**08:30** Anmeldung

**09:00** Begrüßung

**09:15 - 10:15**

## **Einführung in das Thema, Präsentation der eigenen Studien**

Die Förderung von Resilienz ergibt sich aus der Stärkung der Schutzfaktoren und der Reduzierung von Risikofaktoren. Des weiteren erscheint es auf Grundlage der vorliegenden Forschungsergebnisse unabdingbar, Resilienz in ihrer Prozesshaftigkeit zu erforschen, um den Mechanismus des Zurückspringens besser zu verstehen. Eigene Studien an Erwachsenen, die in ihrer Kindheit massiven Traumatisierungen ausgesetzt waren (z. B. Kindheit im Zweiten Weltkrieg bzw. Opfer institutionellen Missbrauchs), zeigen, dass Optimismus, gute Bewältigungskompetenz sowie die Fähigkeit, die Welt, sich selbst und die Umgebung mit Humor wahrzunehmen, mit einem höheren Ausmaß an Resilienz verbunden sind.

Ass.Prof.Dr.<sup>in</sup> Lueger-Schuster

**10:15 - 11:15**

## **Resilienzförderung bei Kindern und Jugendlichen**

In diesem Vortrag wird eine auf drei Prinzipien basierende Grundlage für Resilienzförderung bei Kindern und Jugendlichen (externe Unterstützung – I Have, Problemlösungs- und interpersonelle Fähigkeiten – I Can und entwickelte, innere Stärken – I Am) am Beispiel eines entwickelten Resilienzförderungsprogrammes vorgestellt. Der Resilienzbegriff wird durch das Konzept der „versteckten Resilienz“ erweitert und vor dem Hintergrund des bio-ökologischen Entwicklungsmodells nach Bronfenbrenner beleuchtet.

Dr.<sup>in</sup> Silvia Exenberger

**11:15 - 11:30** kurze Pause

**11:30 - 12:30**

## **Resilienz – moderne Zauberformel psychischer Gesundheit?**

Der Resilienz-Begriff mutiert zunehmend zum modernen Zauberwort für allgemeine Lebenstüchtigkeit und soziale Kompetenz, für Widerstandsfähigkeit und Belastungs-Resistenz, ja gleichsam zum grundsätzlichen Synonym für einen erfolgreichen Lebensweg gegen allen Unbill des Lebens und die Widrigkeiten der Biographie. Was ist unter Resilienz zu verstehen und können diese großen Hoffnungen erfüllt werden? Wie können wir dieses Wissen in unserem therapeutischen oder pädagogischen Alltag nützen? Das Referat versucht eine aktuelle Bilanz sowie einen kritischen Kommentar über ein halbes Jahrhundert Resilienzforschung.

Dr. Klaus Vavrik

**12:30 - 14:00** Mittagspause

**14:00 - 17:00** Workshops

# WORKSHOPS

## **A** Resilienzförderung bei Kindern & Jugendlichen

In diesem Workshop wird anhand von Beispielen gezeigt, wie die drei Hauptfaktoren der Resilienz nach Edith Grotberg – I Have (externe Unterstützung), I Am (entwickelte, innere Stärken) und I Can (interpersonelle Fähigkeiten) bei Kindern und Jugendlichen gefördert werden können. Außerdem haben die WorkshopteilnehmerInnen die Möglichkeit kurze Fallgeschichten zu präsentieren und die Anwendung der drei Prinzipien der Resilienzförderung zu üben und vertiefen.

Dr.<sup>in</sup> Silvia Exenberger

## **B** Resilienz – moderne Zauberformel psychischer Gesundheit?

Die Fähigkeit zur Resilienz wird einerseits - aus verschiedenen Quellen gespeist - mit ins Leben gebracht und dann durch lebenspraktische Erfahrungen gestärkt oder belastet. Vulnerabilität ist das negativ besetzte Spiegelbild hierzu. So begleiten uns angeborene Persönlichkeitsmerkmale oft durchs ganze Leben, aber auch die neurobiologische Verarbeitung psychosozialer Erfahrungen hinterlässt tiefe und lebenslange Spuren in unserer Seele und in unserem Gehirn. Je jünger dieses ist, desto größer ist auch seine Formbarkeit. Diese Neuroplastizität ist der Boden für die enorme Lernfähigkeit des Menschen. Der Workshop soll im Anschluss an den Vortrag Einblick in die Biographie von Menschen mit Traumaerfahrung bieten und die Folgen für ihr weiteres Leben (von der Bindungsstörung bis zur dissoziativen Persönlichkeit) aufzeigen. Traumaorientierte Psychotherapie und Ressourcenarbeit wird dargestellt. Fallgeschichten können gerne zur gemeinsamen Diskussion mitgebracht werden.

Dr. Klaus Vavrik

## **C** Familiäre und soziale Netzwerke als Basis für die Resilienzförderung

Für Kinder und Jugendliche, die eine traumatische Situation erlebt haben, sind das Vorhandensein von Schutzfaktoren und Ressourcen von hoher Bedeutung für die Bewältigung. Diese müssen jedoch sozusagen als „Bewältigungskapital“ auch genutzt werden können. Ohne zusätzliche soziale Netzwerke verpuffen diese Ressourcen häufig. In diesem Workshop wird die Bedeutung von familiären und sozialen Netzwerken besprochen. Anhand von einem Fallbeispiel wird der interaktionale Aspekt des Resilienzprozesses gezeigt und die damit verbundenen Themen wie geschlechts- und altersspezifische Unterschiede, soziale Komponenten und die Bedeutung außerfamiliärer Bezugspersonen mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern diskutiert.

Karl Miksch, MBA MSc

## **D** Frühe Bindung und Resilienz

Basierend auf aktuellen Forschungsergebnissen, wonach eine sichere emotionale Bindung als wesentliche Grundlage für Resilienz angesehen wird, soll im Workshop auf die frühe Bindung eingegangen werden. Aus der mittlerweile sehr umfassenden Bindungsforschung können wertvolle Erkenntnisse für die Förderung von sicherer Bindung abgeleitet werden.

Es wird ein Überblick über die Bindungstheorie gegeben, Ergebnisse der aktuelleren Bindungsforschung dargestellt und es soll erarbeitet werden, wie sie praktisch im Arbeitsalltag der in der Prävention mit Kindern arbeitenden Personen Anwendung finden können. Ziel des Workshops ist es, Wissen um Bindung zu vermitteln, um Eltern-Kind-Interaktionen hinsichtlich der Bindungsqualität einschätzen zu können und zu einem besseren Verständnis von Kindern in schwierigen und bindungsrelevanten Situationen zu gelangen.  
Mag.<sup>a</sup> Claudia Konrad

## **E** **ACHTSAM mit mir – ACHTSAM in der Beratung**

Achtsamkeit definiert sich nach Jon Kabat-Zinn (2006) als willentliche und nichtwertende Ausrichtung der Aufmerksamkeit auf den jeweiligen Moment. Zentrales Anliegen des Workshops ist es, Achtsamkeitsübungen zur Stressreduktion zu vermitteln, die gemeinsam eingeübt werden. Die TeilnehmerInnen widmen sich nach kurzer theoretischer Einführung praktischen Übungen, die zur Selbsterfahrung und dem persönlichen Innehalten dienen. Gleichzeitig werden achtsame Interventionen in der Arbeit mit KlientInnen sowie Achtsamkeitsübungen zur eigenen Gesundheitspflege vermittelt.

Im gemeinsamen Erproben und –spüren gehen wir der Frage nach: sind achtsame BeraterInnen resilienter?

Mag.<sup>a</sup> Sanela Manjić & Mag.<sup>a</sup> Anna-Melina Hartmann

## **F** **Zurück ins lebendige Leben - Selbstfürsorge und Psychohygiene**

Das „Wahrnehmen-Können“ von Momenten positiver Empfindungen, positiver Wendungen, positiver Veränderungen scheint letztlich dafür verantwortlich zu sein, ob und wie Menschen in Krisensituationen sich wieder auf den Weg „zurück ins lebendige Leben“ machen können. In diesem Workshop geht es darum, die eigene Resilienz zu pflegen und zu fördern. Dort, wo sich negative Emotionen und/oder pessimistische Einstellungen gebildet haben, dort, wo man spüren kann, dass das Engagement nachlässt und die Qualität der Arbeit negativ beeinflusst wird, wird versucht Bewegung hinzubringen, sodass inneres Wachstum und Entwicklung möglich wird. Elemente der Selbsterfahrung, leichte körperliche Übungen und Gruppenübungen aus der Tiefenökologie werden den verbalen Austausch ergänzen und bereichern.

Mag.<sup>a</sup> Michaela Melzer



## **ANMELDESCHLUSS: 11. NOVEMBER 2013**

Ich/wir nehmen an der Fachtagung am 18.11. teil (Anzahl der Pers.)

Ich/wir möchte(n) teilnehmen am Workshop Nr.

Ersatz Nr.

Da die Workshops parallel laufen, ist nur die Teilnahme an einem WS möglich.

Name(n)

Institution

Adresse

Email (Bitte unbedingt angeben)

Frauentelefon  
**01-4087066**

Frauennotruf  
**01-71719**

## Wir helfen weiter!

- Rechts- und Sozialberatung mit den Schwerpunkten Ehe- und Familienrecht, Unterhalt
- Drehscheibe zu Wiener Beratungs- und Betreuungsangeboten

## 24 Stunden Soforthilfe

- Für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren
- Bei sexueller, körperlicher und psychischer Gewalterfahrung
- Telefonische, persönliche, E-Mail-Beratung

Entgeltliche Einschaltung

Frauen<sup>MA57</sup>  
01-4087066  
telefon  
StadT#Wien



Frauen<sup>MA57</sup>  
01-71719  
notruf  
StadT#Wien

Frauen<sup>MA57</sup>  
StadT#Wien

bitte  
ausreichend  
frankieren

**Tagungsbüro**  
Wiener Netzwerk  
Pf 1043  
1220 Wien