Lebendig im Kontakt

SASKIA MEYER

PORTFOLIO

Saskia Meyer
Postweg 36
46145 Oberhausen

0170 325 11 92

mail@lebendig-im-kontakt.de
www.lebendig-im-kontakt.de

WER ICH BIN

ICH BIN EINE ERFAHRENE PÄDAGOGIN, TRAUMAFACHBERATERIN UND GESTALTTHERAPEUTIN. MEINE ARBEIT ZEICHNET SICH DURCH EINE OFFENE, WERTSCHÄTZENDE HALTUNG UND EINEN RESPEKTVOLLEN KONTAKT AUS.



Seit vielen Jahren begleite und berate ich Menschen in unterschiedlichen und herausfordernden Lebenslagen.



Dabei ist es mir ein persönliches Anliegen, mich für Menschen einzusetzen, die von strukturellen Benachteiligungen und Gewalt betroffen sind.

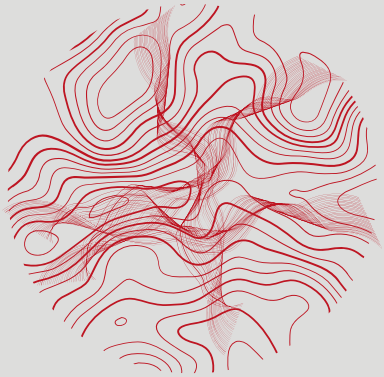
Schutz vor Gewalt erfordert **Mut**, um Missstände sichtbar zu machen, **Solidarität**, um niemanden allein zu lassen und **Verantwortung**, um aktiv Räume zu schaffen, in denen Menschen Schutz und Respekt erfahren.



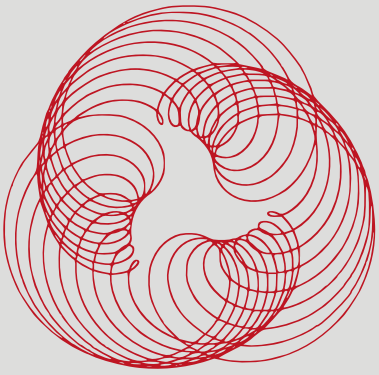
Gewaltprävention verteidigt die **Würde** jedes einzelnen Körpers und jeder Stimme. Sie ist Voraussetzung für eine echte Freiheit, in der alle Menschen unversehrt aufwachsen und gleichberechtigt leben können.

Lebendig im Kontakt
SASKIA MEYER

WAS MICH AUSMACHT



Beziehungs- und Kontaktstörungen haben immer Vorrang



PRAXIS

LEBENDIG IM KONTAKT

Im Kontakt zu sein bedeutet für mich, sich selbst und die Umwelt wahrzunehmen.

Kontakt ist für jeden Menschen von existenzieller Bedeutung. Wir erleben uns selbst im Kontakt mit anderen Menschen und unserer Umwelt. Um diesen Kontakt positiv zu gestalten, brauchen wir eine gute Verbindung zu uns selbst und zu anderen.

Ist der Kontakt zu uns selbst oder zu unseren Mitmenschen blockiert, kann das zu Unzufriedenheit, Krisen und Isolation führen. Daher richte ich in meiner Begleitung stets einen klaren und wertschätzenden Blick auf die Störungen im Kontakt und die daraus entstehenden Schwierigkeiten im Hier und Jetzt.

Der Fokus auf den Abbau von Kontaktstörungen und Konflikten kann Räume schaffen, in denen sich Menschen respektvoll, wertschätzend und offen begegnen. Das bildet die Grundlage für ein produktives, effektives und frei gestaltbares Miteinander, unabhängig vom Wirkungsfeld.

Lebendig im Kontakt
SASKIA MEYER

WAS ICH BIETE

SUPERVISION

FALL-, TEAM- UND LEITUNGSSUPERVISION

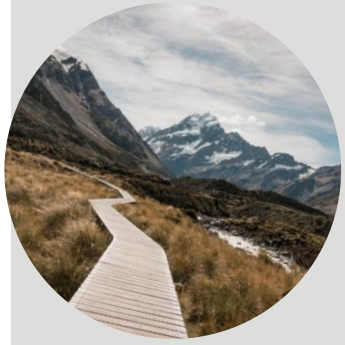


Supervision bietet einen Rahmen, in dem Menschen ihre Arbeitsweisen, Arbeitsprozesse und beruflichen Haltungen reflektieren können. Sie schafft einen **geschützten Raum**, um Stress, Konflikte oder ethische Fragestellungen zu besprechen.



Als Supervisorin arbeite ich stets auf Augenhöhe mit meinen Kolleg:innen. Eine vertrauensvolle und respektvolle Zusammenarbeit, die auf gegenseitiger **Wertschätzung** beruht, bildet dabei die Basis meiner Arbeit.

Mein Ansatz basiert auf der Gestalttherapie. Ich lege den Fokus auf das Hier und Jetzt und wertschätze die individuellen Erfahrungen und Wahrnehmungen der teilnehmenden Kolleg:innen.



Ich arbeite ergebnisoffen und unterstütze Menschen dabei, Prozesse zu hinterfragen und eigene Lösungen zu entwickeln. Allen Beteiligten biete ich einen sicheren Raum, um offen über ihre Herausforderungen und Erfolge zu sprechen.

Lebendig im Kontakt
SASKIA MEYER

WAS ICH BIETE

Workshops, Seminare, Vorträge

ZU DEN THEMEN:

Schutz vor (Sexualisierter) Gewalt:
Wissen, Haltung, Prävention und Intervention

Eine Kultur der Wertschätzung und des Respekts: **Handlungssicherheit im Umgang mit Diskriminierung und sexueller Belästigung** für Mitarbeitende und Führungskräfte

Machtsensibles Arbeiten und Führen:
zwischen persönlicher Haltung und organisationaler Verantwortung

Psychohygiene am Arbeitsplatz:
Stabilisierung und Selbstfürsorge in der professionellen Begleitung

Wenn Gewalt Spuren hinterlässt: Traumata
verstehen, Stabilisierung fördern und Heilungsprozesse begleiten

VON DER ANALYSE ZUR UMSETZUNG
Ich schneide jedes Angebot auf die spezifischen Anforderungen der Organisation oder Einrichtung zu. Nach einer gemeinsamen Bestandsaufnahme entwickle ich bedarfsgerechte Inhalte, Konzepte und Handlungsschritte. Auf Wunsch begleite ich Teams und Führungskräfte über den Workshop hinaus bei der Umsetzung von Präventionsmaßnahmen, der Entwicklung von Schutzkonzepten sowie bei Veränderungs- und Reflexionsprozessen innerhalb der Organisation.

WOHER ICH KOMME

VON 2007 BIS 2024

Pädagogische Mitarbeiterin
in der Jugendhilfe, im Streetwork, in der aufsuchenden Familienhilfe und in einer Frauenberatungsstelle

SEIT 2016

Verschiedene Fortbildungen in Beratung und Psychotraumatologie

SEIT 2020

Referentin:
Organisation, Leitung und Moderation von

- Fachtage für Pädagog:innen zu Häuslicher und Sexualisierter Gewalt und zum Schutz davor
- Workshops und Schulungen für Sportvereine und Organisationen zur Sensibilisierung für (Sexualisierte) Gewalt
- Seminare für Betriebe und Stadtverwaltungen zum Umgang mit Diskriminierung und/oder Sexueller Belästigung am Arbeitsplatz
- Schulinterne Fortbildung für Lehrer:innen zur Erstellung eines Schutzkonzepts
- Fachvorträge zum Thema Trauma im Kontext von Gewalt und Diskriminierung

2019–2023

Ausbildung zur Gestalttherapeutin

SEIT 2023

Lebendig im Kontakt
Gestalttherapie und Supervision in eigener Praxis

Supervisorische Begleitung von Fachkräften und Teams



KONTAKT

Saskia Meyer
Postweg 36
46145 Oberhausen

0170 325 11 92

mail@lebendig-im-kontakt.de
www.lebendig-im-kontakt.de

Lebendig im Kontakt
SASKIA MEYER