

Deeskalationstraining

„Ich fühlte mich so hilflos und ausgeliefert.“

Durch das Wissen wie Gewalt und Konflikte entstehen, kann zielgerichtet die individuelle Situation entschärft werden. Das Deeskalationstraining vermittelt den Teilnehmern konkrete Verhaltensmöglichkeiten im Bezug auf Konflikt-, Bedrohungs- und Gewaltsituationen um Hilflosigkeit und Ohnmacht entgegen zu wirken.

Die Teilnehmer lernen in einem geschützten Rahmen, wie sie besser mit Beleidigungen und Aggressionen umgehen können, um seelische Belastungen zu vermeiden.

Ziel des Trainings ist es, das Verhaltensrepertoire und die Kompetenzen im Umgang mit Konflikten und Gewalt zu erweitern.

Bestandteile des Trainings

- Gewalt und Aggressivität / Definition und Erscheinungsformen
- Erweitern von Kommunikationsmöglichkeiten
- Die eigene Körpersprache und die des Gegenübers erkennen und deuten
- Stärkung der Impulskontrolle
- Das eigene Verhalten in schwierigen Situationen zu reflektieren
- Konfrontation mit dem eigenen aggressiven Verhalten
- Erlernen von Deeskalationsstrategien / trotz Provokation gelassen zu bleiben und die Kontrolle zu behalten

Das Training zeichnet sich durch Methodenvielfalt aus. Es ist handlungsorientiert, d.h. die Teilnehmer lernen Inhalte und Methoden des Trainings nach dem Prinzip "learning by doing".

Interessen, Bedürfnisse und Motive werden in die Konzeption und Durchführung des Trainings einbezogen. In den Einheiten wechseln sich Theorieanteile, praktische Übungen und Reflektionseinheiten ab.

Es wird ein Pauschalhonorar vereinbart.