

## **Konflikt- und Deeskalationstraining**

### **„Konstruktiver Umgang mit Konflikten, Aggressionen und Gewalt“**

Das Konflikt- und Deeskalationstraining ist für Kinder, Jugendliche und Erwachsene gedacht, die mit ihrer sozialen Umgebung in Konflikt geraten oder wo die eigene Entwicklung beeinträchtigt wird.

In Form von Einzelberatungen, Kursen, Seminaren und Schulungen unterstützt das Konflikt- und Deeskalationstraining, bei der Überwindung von Entwicklungsschwierigkeiten und Verhaltensproblemen.

Das Training fördert das selbstsichere Auftreten, das konstruktive lösen von Konflikten, mit Aggressionen und Gewalt adäquat umzugehen, um in alltäglichen Situationen in denen Grenzen überschritten werden, „klare Grenzen“ zu setzen, angemessen zu reagieren und zu handeln.

#### **Das Konflikt- und Deeskalationstraining folgt dem Konzept:**

- Erlernen von neuen alternativen Verhaltensmechanismen.
- Veränderung von Einstellungen.
- Erlernen von Selbststeuerungsmöglichkeiten.

#### **Ziele:**

- Eigenverantwortung und Selbstkontrolle, Frustrationstoleranz und Gruppenfähigkeit.
- Gewaltfreie Konfliktlösungsstrategien.
- Benennen, bewusstmachen und erleben von Gefühlen.
- Wahrnehmung eigener und fremder Grenzen.
- Fähigkeit zu Kommunikation und des Zuhörens.
- Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl.

#### **Mögliche Inhalte von Weiterbildungen, Kursen und Einzelberatungen:**

- Grundprinzipien der Konfliktbewältigung
- Das Stressmodell und das Timing der Reaktion
- Kommunikationsstrategien und Krisenintervention bei Angst, Frustration, Manipulation, Einschüchterung
- Wahrnehmung und Bewegungsschulung, zur Stärkung der Körperhaltung und des Selbstvertrauens, Schulung der Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit
- Selbstkontrolle – Selbsteinschätzung – Kenntnis der eigenen und fremden Grenzen
- Gewaltprävention – konstruktiver Umgang mit Aggressionen und Gewalt mithilfe von ViDet=Videogestütztes De-Eskalationstraining
- Interaktions-, Kooperations- und Wahrnehmungsübungen, sowie Rollenspiele
- Techniken des Ausweichens, Schützens und Ablenkens für den NOTFALL.

#### **Sie sind eine Pädagogische Einrichtung und suchen:**

1. ein Training/einen Kurs für ihre Kinder & Jugendlichen in Ihrer Einrichtung?
2. eine Weiterbildung zur Schulung Ihrer Mitarbeiter, in Ihrer Einrichtung?

Ich entwickle gemeinsam mit Ihnen ein maßgeschneidertes Konflikt- und Deeskalationstraining, individuell auf Ihren Bedarf und Ihren Etat angepasst und berate und unterstütze Sie bei der erfolgreichen und nachhaltigen Umsetzung.

#### **Gerne berate ich Sie persönlich.**

**Kontaktieren Sie mich unter Telefon: 06345-9596855**