

Inhalte

Für eine Fortbildung Ihrer Mitarbeiter*innen von insgesamt 6 Zeitstunden würden wir nach Absprache mit Ihnen, folgende Inhalte vorschlagen:

THEORIE PRÄVENTION

- Kommunikationsstrategie (Im Notfall)
- Aggressionen verstehen (Chips- Modell nach Maro)
- Eigene Ängste rechtzeitig erkennen, akzeptieren und kontrollieren
- „Erstarren“ vermeiden
- Aufmerksamkeit Schulen/ Routinen vermeiden
- Dem „Tätercasting“ entkommen

THEORIE DEESKALATION / SELBSTBEHAUPTUNG

- Interpretation von Mimik, die auf gegenwärtiges Aggressionspotential (und somit auf mögliche körperliche Gewalt) schließen lässt.
- Potenziell gefährliche Situationen früher erkennen, durch besseres Lesen der Körpersprache des Gegenübers
- Vor-Kampf-Anzeichen rechtzeitig wahrnehmen (als Frühwarnsystem vor körperlichen Übergriffen)
- Hilfe organisieren, Eigen- und Fremdsicherung
- Umgang mit der eigenen eingeschränkten Wahrnehmung in einer Stress-Situation
- Günstige Momente für einen Rückzug aus einer gefährlichen Situation erkennen
- Zulässige Hilfsmittel verwenden (Taschenlampe, Schlüsselanhänger etc.)

PRAXIS SELBSTBEHAUPTUNG

- Schutz vor Angriffen von Aggressoren (mittels Schutzhaltung und entsprechenden Schutztechniken)
- Nonverbale und verbale Stopp-Signale senden
- Herstellen und Einhalten der richtigen (sicheren) Distanz zum Angreifer
- Training an der Pratte! Schlag- und Trittkraft erleben und Selbstbewusstsein gewinnen
- Befreiungstechniken gegen Umklammerungen und Schwitzkasten
- Befreiungstechniken gegen lebensbedrohliche Angriffe (z.B. Würgen und Klammern)
- Zu Boden gehen, ohne sich zu verletzen
- Aufstehen aus der Bodenlage unter Beachtung der Eigensicherung
- Grundlagen „Verteidigung gegen gefährliche Gegenstände“ (Messer, Flasche etc.)

THEORIE NACHSORGE

- Medizinische Eigen,- und Fremdnachsorge
- Umgang mit der Polizei, Anwalt, Arbeitgeber oder Einsatzstelle
- Rechtsgrundlagen