



**Thema:** Deeskalation und Eigensicherung

---

**VA-Nr.:** K 032.31/24-02

---

**Bereich:** Ordnung und Sicherheit

---

Dieses Training dient speziell Mitarbeiter/-innen von Vollzugs- und Vollstreckungsbehörden, die Handlungskompetenz im Umgang mit sozial auffälligen und gewaltbereiten Menschen zu erweitern. Im Training werden verschiedene Szenen des Arbeitsalltags der Außendienstmitarbeiter dargestellt, die dem Kennenlernen und Ausprobieren von konkreten Verhaltens- und Handlungsmöglichkeiten in Konflikt-, Bedrohungs- und Gewaltsituationen dienen. Das Training bietet den Teilnehmer/-innen die Möglichkeit, deeskalierende Verhaltensmuster in einem geschützten Rahmen auszutesten und individuelle Strategien zum Selbstschutz zu entwickeln. Das Ziel dieses Trainings ist der Aufbau der nötigen Handlungskompetenz, um eskalationsgefährdeten Situationen souverän begegnen zu können. Die Teilnehmer/-innen erlernen wie die eigenen Interessen im Fall eines Konfliktes durchgesetzt werden können und wie in kritischen Situationen die Eskalationsgefahr eingeschränkt wird. Des Weiteren werden wichtige Verhaltensregeln für den Fall der Eskalation eines Konfliktes vermittelt.

## **Ziele**

- Verbesserung der Eigen- und Fremdwahrnehmung
- Verbesserung der Handlungskompetenz in Konflikt-, Bedrohungs- und Gewaltsituationen
- Entwicklung eigener deeskalativer Verhaltensmöglichkeiten
- Verbesserung des Sicherheitsgefühls

## **SCHWERPUNKTE:**

Gesetzliche Grundlagen

Notwehr / Nothilfe / Notstand

Notwehrüberschreitung

Verhältnismäßigkeit der Mittel

Sensibilisierung

Begriffsklärung - Soziale Auffälligkeit, abweichendes Verhalten, Aggression, Gewalt  
Normen und Werte aus der Kontrollperspektive &ndash; Etikettierung abweichenden Verhaltens

Macht und Ohnmacht - Standpunktklärung zum eigenen Schutzbedürfnis bzw. eigener Gewaltbereitschaft

persönliche Wertung von interaktiven Störungen, feindseligen Handlungen, Provokationen und Beleidigungen

Abgrenzung zum Privatleben

Kognition und Emotion

Informationsverarbeitung - Automatismen

Klick &ndash; Surr Mechanismen (unbewusste, konditionierte Programme)

Aggressionsformen und Erregungsstufen &ndash; angemessene Intervention



Selbstmanagement in Krisensituationen &ndash; Umgang mit Stress, Angst, Aggression  
Strategisches Konfliktmanagement  
Evaluation von Krisen, Selbstreflexion, Stressprophylaxe

## Deeskalation

Interaktion und Kommunikation &ndash; Grundlagen der Kommunikation  
verbales, nonverbales Auftreten

### Eskalationsstufen

deeskalierende Verhaltensweisen = Angriffsfläche verringern

Typeneinschätzung, Körpermerkmale, erkennen psychologischer Zugangsschlüssel

## Offensivverhalten bei Eskalationsgefahr

Ansprechen von Personen ( Kommandosprache, Distanz, Erregungsstufe)

Aufmerksamkeit erreichen, Hilfe bekommen, Teamarbeit, Intervention in Gewaltsituationen

Selbst behaupten - bei Beleidigungen, Bedrohungen, Berührungen, Zugriffen

## Eigensicherung

rechtzeitiges Wahrnehmen von Bedrohungssituationen

mögliche Gefahrensituationen, Gefahreneinschätzung

Vorbeugen und Verhindern von Übergriffen

Ausrüstung und Hilfsmittel

Selbst- und Fremdeinschätzung

## Selbstschutz bei Eskalation

körperliche Automatismen &ndash; Vagotoniker vs. Sympathioniker

Schockphasen, Vitalpunkte (empfindlich Punkte des Körpers)

Befreiungstechniken gegen Zugriffe, Festhalte- und Würgegriffe

Selbstverteidigung und Hilfsmittel

Verhalten bei bewaffneten Übergriffen

Einschätzen des Umfeldes &ndash;Techniken anpassen können

## DOZENT:

Thomas Lohan, Teamleiter Gewaltfrei Sachsen-Anhalt, Sozialpädagoge, Trainer für Deeskalation und Gewaltprävention (GfSA), Trainer für Selbstverteidigung, Nahkampf, Freeright und Kickboxen (Han Sanda Vollkontakt), Lehrergrad Tai Chi (Han Fu), Trainer für Fitness und Gesundheit (IFFA)

## ARBEITSMATERIAL:

Diese werden Ihnen gestellt.

---

**Datum:** 16.10.2024 - 17.10.2024      **Zeit:** 9:00 - 16:00 Uhr

---

**Seminarort:** SIKOSA e. V., Standort Halle  
Hansering 19  
06108 Halle



Raum: Raum siehe Aushang

---

**Veranstalter:** SIKOSA e.V.  
Katrin Wille  
0391 56540-31

---

**Preis Mitglieder:** 259 Euro

**Preis Nichtmitglieder:** 382 Euro