

**Ziele.** Das Training soll Faktoren, die auf einen Konflikt einwirken, verdeutlichen. Auf dieser Basis werden mithilfe von Fallbeispielen individuelle Interventions- und Deeskalationsstrategien vermittelt und alltagsnah trainiert.

**Methoden.** Das Training orientiert sich an erlebnispädagogischen und erfahrungs-basierten Methoden und bindet neben Vertrauens- und Strategieübungen auch Konflikt- und Stresssimulationen mit Bio- und Videofeedback ein.

**Themen.** Mögliche Schwerpunkte:

- Stressbiografie & Stressauslöser
- Einfluss von Wahrnehmungsprozessen
- Persönlichkeit & Verhalten
- Stressreaktionen und automatisierte Verhaltensmuster
- Eskalationsspiralen
- Kommunikative Strategien
- Aggressions- und Konflikttypen
- Fallanalysen
- Training in Stresssimulationen

**Organisation.**

- Die Dauer der Trainingsmaßnahme beträgt 1-2 Tage.
- Empfohlen wird ein kontinuierlicher, begleiteter Trainingsprozess.
- Teilnehmerzahl zwischen ca. 6-30.
- Das Training kann mit anderen „Stark in Krisen“-Modulen kombiniert werden.
- Alle Details werden im Vorfeld mit den Trainern besprochen.

**Matthias Wolter**  
 Lichtenbergstr. 13  
 49088 Osnabrück  
 T: 0541-97005419  
 M: 0171-8821762  
 info@i-gsk.de  
 www.i-gsk.de

**Peter Döscher**  
 Zum Krähenholz 8  
 27624 Bad Bederkesa  
 T: 04745-931059  
 M: 0171-5460750  
 peter.doescher@i-gsk.de  
 www.i-gsk.de



Vom Wissen  
zum Können

# Deeskalation in Krisen

Konflikt- und Verhaltenstraining



## Herausforderungen

In Konflikt- und Stresssituationen besteht die große Herausforderung darin, beruhigend und deeskalierend auf das Geschehen einzuwirken. Reizworte, provozierende Körpersignale oder körperliche Aggressionen können jedoch eine sachliche und faire Auseinandersetzung erheblich erschweren. Es werden vor allem Aussagen und Gesten wahrgenommen, die eigene Aggressionen oder Unsicherheiten verstärken.

Dadurch bedingt stehen den Konfliktpartnern immer weniger Handlungsalternativen zur Verfügung, so dass nicht mehr nach gemeinsamen Lösungen gesucht wird, sondern das Durchsetzen der eigenen Interessen oder das systematische diffamieren des Gegenübers im Vordergrund steht.

Im Verlauf des Konflikts kommt es häufig zu einer Eskalationsspirale, die eine Lösungsfindung hemmt: Der Stresspegel erhöht sich, die eigene Wahrnehmung wird zunehmend selektiv, typische Aggressionenmuster und automatisierte Verhaltensweisen treten in Erscheinung.

## Was tun?

Es ist wichtig zu erkennen, welche individuellen Einflussfaktoren einen Konflikt positiv oder negativ beeinflussen: Wahrnehmungs- und Interpretationsprozesse, Bedürfnisse und Motive, automatisierte Verhaltensmuster, Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl, Kommunikationsstrategien, innere Dialoge, Stressauslöser und Stressreaktionen sowie die Rahmenbedingungen.

Sind diese Faktoren identifiziert, können unter Beachtung der **individuellen Ressourcen** und **Kompetenzen** alltagstaugliche und effektive Deeskalationsstrategien erarbeitet werden. Diese müssen im Gehirn derart verankert werden, dass sie selbst unter hohem Stress, der jeweiligen Situation angemessen, abrufbar und zielgerichtet einsetzbar sind.

Bei der Entwicklung und dem Training von Deeskalationsstrategien müssen die **Abrufbarkeit**, die **Effektivität** und der **bewusste** sowie **zielgerichtete** Einsatz der Techniken im Vordergrund stehen.

## Unser Angebot

In dem Training werden die einen Konflikt beeinflussenden Faktoren dargestellt und Interventions- und Deeskalationsstrategien vermittelt. Es werden individuelle Verhaltensprofile der Teilnehmer in Konflikten erstellt, die dann zur Identifizierung der persönlichen Wahrnehmungs-, Bewertungs- und Handlungsmuster, insbesondere unter starkem Stress, dienen.

Auf dieser Grundlage werden auf die Teilnehmer zugeschnittene Deeskalationsstrategien entwickelt, die anhand von Fallbeispielen der Teilnehmer weiter konkretisiert werden. Die einzusetzenden Deeskalationsmethoden werden auf die möglichen Konfliktpartner und -situationen ausgerichtet.

Die Inhalte werden praxisnah in **Stresssimulationen** mit Videofeedback trainiert und jeweils auf die Teilnehmer, deren aktuellen Bedürfnisse und Arbeitsfelder zugeschnitten.

**Es gibt kein Training vom Fließband!**

