

Konflikt-Lösungs-Training (KLT)

1. (KLT) Basis-Training (34 UE a 45 min.)

1.1 Gewalt (ca. 8 UE a 45 min.)

- 1.1.1 Definition von Gewalt**
- 1.1.2 Gewaltentstehung**
- 1.1.3 Gewalttäter-Selbstbild**
- 1.1.4 Der Gewalttäter und seine Sicht auf das Opfer**
- 1.1.5 Die Neutralisierungstechniken des Gewalttäters**
- 1.1.6 Das Opfer – und dessen Angst-Kurven**
- 1.1.7 Die Hypothesen des Gewalttäters**
- 1.1.8 Wege zur Minimierung der Opfer-Angst**
- 1.1.9 Wege zur Minimierung der Opfer-Angst seitens des Gewalttäters**

1.2 Kommunikationspsychologie (ca. 16UE a 45min.)

- 1.2.1 5 Wege unmittelbarer Kommunikation**
- 1.2.2 Die 7-38-55 Regel von Albert Mehrabian**
- 1.2.3 Die 7 Basis-Emotionen nach Ekman**
- 1.2.4 Makro- und Mikro Expressionen nach Dirk W. Eilert**
- 1.2.5 Die Chance vs Gefahr von Berührung**
- 1.2.6 Schulz von Thun „Inneres Team“**
- 1.2.7 Schulz von Thun „4 Ohren Model“**
- 1.2.8 Watzlawick „Man kann nicht nicht kommunizieren“**
- 1.2.9 (TA) Transaktionsanalyse von Berne**

1.3 Körpersprache (2 UE a 45min.)

- 1.3.1 Körpersprache allgemein**
- 1.3.2 Ganzkörpersprache entspannt**
- 1.3.3 Ganzkörpersprache angespannt**
- 1.3.4 Körpersprache Kopf**
- 1.3.5 Körpersprache Hals**
- 1.3.6 Körpersprache Schultern**
- 1.3.7 Körpersprache Arme**
- 1.3.8 Körpersprache Hände**
- 1.3.9 Körpersprache Beine und Füße**

1.4 Deeskalation – allgemeines Training (8 UE a 45min.)

- 1.4.1 Die 7 Grundsätze**
- 1.4.2 Konflikte die uns selbst betreffen**
 - 1.4.2.1 Abstandsgebot**

1.4.2.2 Nonverbales und verbales Signalisieren einer friedvollen Haltung

1.4.2.3 Position mit subtiler Kampfbereitschaft

1.4.2.4 (TA) Transaktionsanalyse für Konflikte

1.4.2.5 Rückzugsmanöver oder das am Aggressor vorbei manövrieren

1.4.2.6 § 32 STGB Notwehr

1.4.3 Konflikte die andere betreffen

1.4.3.1 Unterschied der Bedrohung durch Einzelne oder Personengruppen

1.4.3.1.1 Aggression durch eine einzelne Person

1.4.3.2 Situationsanalyse I/II der direkte Blick auf das Geschehen

1.4.3.3 Situationsanalyse II/II der Blick auf mögliche Helfer (im Idealfall)

1.4.3.4 Hilfe-Aktivierungsschema I/II (im Idealfall)

1.4.3.5 Hilfe Aktivierungsschema II/II (im Idealfall aber bei zeitlicher Not)

1.4.3.6 Hilfe Aktivierungsschema (im schlechtesten Fall)

1.4.4.1 Aggression durch eine Gruppe

1.4.4.2 Situationsanalyse (im Idealfall)

1.4.4.3 Hilfe Aktivierungsschema I/II (im Idealfall)

1.4.4.4 Hilfe Aktivierungsschema II/II (im Idealfall)

1.4.4.5 Versuch des Herausholens des Opfers (im schlechtesten Fall)

2. (KLT) Spezial-Training

2.1 (KLT) Gerichtspolizei-Training

2.1.1 Inhalte auf offizielle Anfrage der betreffenden Behörden

2.2 (KLT) Für Ämter und Behörden (Büro Kontext) (67 UE a 45 min.)

2.2.1 (KLT) Basis Training (32 UE a 45min.)

2.2.2 Aufbau Gefahren minimierter Räumlichkeiten (1 UE a 45 min.)

2.2.3 Aufbau einer Alarm-Struktur (1 UE a 45min.)

2.2.4 Gesprächsführung mit erregten Besuchern (6 UE a 45 min.)

2.2.5 Kreative Ideen zur Flucht (1 UE a 45 min.)

2.2.6 Mittel zur Selbstverteidigung (6 UE a 45 min.)

2.2.7 Basis-Selbstschutz-Training (20 UE a 45 min.)

2.3 (KLT) Für HZE-Bereiche (75 UE a 45 min.)

2.3.1 (KLT) Basis Training (32 UE a 45 min.)

2.3.2 Gewalt minimierende Träger-Philosophie (ca. 2 UE a 45 min.)

2.3.3 Gefahren minimierter Büroaufbau (ca. 1 UE a 45 min.)

2.3.4 Aufbau einer Alarmstruktur (ca. 4 UE a 45 min.)

2.3.5 Konfliktlösungen für den pädagogischen Alltag (ca. 8 UE a 45 min.)

2.3.5.1 Schulmeidung

2.3.5.2 Abgängigkeit

2.3.5.3 Delinquenz

2.3.5.4 Verweigerung von Mitarbeit

2.3.5.5 Streitigkeiten der Kinder und Jugendlichen untereinander

2.3.6 Gesprächsführung mit schwierigen Antagonisten (ca. 8 UE a 45 min.)

2.3.7 Basis-Selbstschutz-Training (20 UE a 45 min.)

2.4 (KLT) Für Schulen (19 UE a 45 min.)

2.4.1 (KLT) für Kids (1. & 2. Klasse)

2.4.1.1 Lehrer-Interview (2 UE a 45 min.)

2.4.1.2 Elternabend (2 UE a 45 min.)

2.4.1.3 Kennenlern-Runde (u.a. Detektivspiel) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.4 Was ist für uns Gewalt? (Erstellen einer Klassen-Strahlenskala) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.5 Störung („Die Kasse“) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.6 Gefühlsbarometer (Erstellen eines Klassen-Gefühlsbarometers) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.7 Ausgrenzung (Mobbing und Ausgrenzübung) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.8 Stärke (Übungen zum Darstellen von Gruppenstärke) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.9 Umgang mit Konflikten (Üben von Hilfe/Unterstützung) (2 UE a 45 min.)

2.4.1.10 Abschlussrunde (1UE a 45 min.)

2.4.2 (KLT) für Teenies (ab 3. Klasse-Voraussetzung Lesen/Schreiben) (23 UE a 45 min.)

- 2.4.2.1 Lehrer Interview (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.2 Elternabend (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.3 Kennenlern-Runde (u.a. Detektivspiel) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.4 Was ist für uns Gewalt? (Erstellen einer Klassen-Strahlenskala) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.5 Interview (gegenseitiges Befragen zur eigenen „Wut“ & „Gewalt“) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.6 Gefühlsbarometer (Erstellen eines Klassen-Gefühlsbarometers) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.7 Störung („Die Kasse“ & „Schizophrenie-Test“) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.8 Ausgrenzung („Mobbing“ und „Ablehnung“) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.9 (KLT) Gruppe – Deeskalation (deeskalierendes Konfliktverhalten) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.10 Stärke (Übungen zum Darstellen von Gruppenstärke) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.11 Umgang mit Konflikten (Üben von Hilfe/Unterstützung) (2 UE a 45 min.)
- 2.4.2.12 Abschlussrunde (1UE a 45 min.)

2.5 (KLT) für pädagogische Berufsschulen (54 UE a 45 min.)

2.5.1 (KLT) Basis-Training (ca. 32 UE a 45 min.)

- 2.5.1.1 Fallbearbeitung: Schulmeidung (ca. 2 UE a 45 min.)
- 2.5.1.2 Fallbearbeitung: Abgängigkeit (ca. 2 UE a 45 min.)
- 2.5.1.3 Fallbearbeitung: Delinquenz (ca. 2 UE a 45 min.)
- 2.5.1.4 Fallbearbeitung: Verweigerung von Mitarbeit (ca. 2 UE a 45 min.)
- 2.5.1.5 Fallbearbeitung: Streitigkeiten der Kinder und Jugendlichen untereinander (ca. 2 UE a 45 min.)
- 2.5.1.6 Fallbearbeitung: Mobbing gegen die eigene Person (ca. 2 UE a 45 min.)
- 2.5.1.7 Fallbearbeitung: Arbeiten in neuen Systemen (ca. 2 UE a 45 min.)

2.5.2 Gesprächsführung mit schwierigen Antagonisten (ca. 8 UE a 45 min.)

3. Selbstbehauptungs-Training

3.1 Basis Training (20 UE a 45 min.)

3.1.1 Abstands-Training

3.1.2 Körpersprache-Training

3.1.3 Kommunikations-Training

3.1.4 Reflex-Training

3.1.5 Schub- und Zug-Training

3.1.6 Fauststoß-Training

3.1.7 Fußtritt-Training

3.1.8 Knietritt-Training

3.1.9 Kopfstoß-Training

3.1.10 Ellenbogenstoß-Training

3.2 Fortgeschrittenen Training (42 UE a 45 min.)

3.2.1 Ausweich-System (ca. 2 UE a 45 min.)

3.2.2 Doppel-Block-System (ca. 2 UE a 45 min.)

3.2.3 Befreiung aus Griffen (ca. 16 UE a 45 min.)

3.2.4 Drei Formen der Gleichgewichtsbrechung (ca. 6 UE a 45 min.)

3.2.5 Einschleifen von Fuß- und Handkombinationen (ca. 16 UE a 45 min.)

3.3 Fortgeschrittenen Training mit legalen Schutzmitteln (12 UE a 45 min.)

3.3.1 Umgang mit Abwehrspray (ca. 4 UE a 45 min.)

3.3.2 Umgang mit dem Taser (ca. 4 UE a 45 min.)

3.3.3 Umgang mit dem Schlüssel oder Kubotan (ca. 4 UE a 45 min.)

4. Verteidigung gegen Stichwaffen – Training (36 UE a 45 min.)

4.1 Basis Training gegen Messerangriffe (8 UE a 45 min.)

4.1.1 Basis-Ausweich-System (ca. 3 UE a 45 min.)

4.1.2 Basis-Block-System (ca. 3 UE a 45 min.)

4.1.3 Basis-Entwaffnung (ca. 2 UE a 45 min.)

4.2 Training gegen reale Messerangriffe dynamisch/statisch (20 UE a 45 min.)

4.2.1 Kettenfauststoß Training ohne und mit Messer (ca. 2 UE a 45 min.)

4.2.2 Block-Schock-System (ca. 6 UE a 45 min.)

4.2.3 Kontrollieren der Messer führenden Hand (ca. 6 UE a 45 min.)

4.2.4 Entwaffnung über Hebel (ca. 2 UE a 45 min.)

4.2.5 Entwaffnung über Knietritte und Schläge (ca. 4 UE a 45 min.)

4.3 Training gegen reale Messerangriffe dynamisch/dynamisch (8 UE a 45 min.)

4.3.1 Komplex-Antworten auf frontale Messer-Angriffe (ca. 4 UE a 45 min.)

4.3.2 Komplexantworten auf Messerangriffe von der Seite (ca. 4 UE a 45 min.)

5. Verteidigung mit dem Einsatzstock (EKA) (ca. 24 UE a 45 min.)

5.1 EKA Basis Form (ca. 2 UE a 45 min.)

5.2 EKA Einzeltraining für Beginner

5.3 EKA Kampftraining Allgemeines (ca. 1 UE a 45 min.)

5.4 EKA Verteidiger Bewegungsprinzipien (ca. 3 UE a 45 min.)

5.5 EKA Kampftraining Blockprinzipien (ca. 2 UE a 45 min.)

5.6 EKA Kampftraining Schlagprinzipien (ca. 2 UE a 45 min.)

5.7 EKA Kampftraining Zugtraining aus Würge heraus (ca. 2 UE a 45 min.)

5.8 EKA Kampftraining Zugtraining aus Fußtritt heraus (ca. 2 UE a 45 min.)

5.9 EKA Kampftraining Zugtraining aus Schub heraus (ca. 2 UE a 45 min.)

5.10 EKA Basis Kampftraining Angriff zum Kopf von oben (ca. 2 UE a 45 min.)

5.11 EKA Basis Kampftraining Angriff von schräg oben zum Kopf (ca. 2 UE a 45 min.)

5.12 EKA Basis Kampftraining Angriff von schräg unten zum Unterleib (ca. 2 UE a 45 min.)

**5.13 EKA Basis Kampftraining Angriff gradlinig von unten zum Unterleib
(ca. 2 UE a 45 min.)**