

Richtig reagieren!

Die Bereitschaft zur Gewaltanwendung zur Durchsetzung eigener Interessen steigt massiv an. Immer häufiger geschehen massive Übergriffe auf Mitarbeiter von Unternehmen und Behörden, vor allem im sozialen oder finanziellen Kontext.

Wir möchten Ihnen dabei helfen, sich in Ihrem Alltag sicher zu fühlen und sicher zu agieren!

Um sich und seine Mitarbeiter effektiv zu schützen, ist es immens wichtig, die Vorzeichen drohender Gewaltanwendung zu erkennen und sofort richtig zu handeln. Massive finanzielle Sorgen, unterschiedliche Herkunft und Sozialisation sorgen für Konfliktpotential. Durch Hintergrundwissen können Sie diese Konflikte oftmals schon im Vorfeld verhindern. Und wenn es dennoch zu einem Übergriff kommt: vorbereitet sein, richtig reagieren und unversehrt aus der Situation entkommen!

Wichtig zu wissen: In der Angriffssituation können Sie keine Abwehrstrategie mehr entwickeln. Deshalb schieben Sie Ihre Sicherheit nicht auf die lange Bank und lassen Sie sich jetzt von Profis vorbereiten!

Profitieren Sie von unserem Wissen!

„Ich habe eigentlich ein realitätsfernes Stuhlkreis-Seminar erwartet und war mehr als überrascht über die hohe Realitätsnähe in der Schulung.

Ich konnte enorm viel für meinen Berufsalltag mitnehmen und bin begeistert!“ [Teilnehmerin]



Ihre Sicherheit
liegt uns am Herzen!

Sicher sein!

Aufgrund unserer langjährigen polizeilichen Erfahrung mit gefährlichen Situationen ist es uns wichtig, Mitarbeiter auf den Umgang mit schwierigen Kunden professionell vorzubereiten und ihnen wirksame Selbstschutztechniken für eventuelle Übergriffe beizubringen.

Praktisch denken!

Wir zeigen Ihnen, wie Theorie einfach und effizient umgesetzt wird und bieten Ihnen Mittel und Methoden, die im Ernstfall wirklich funktionieren.

Vorbereitet sein und handlungsfähig bleiben!

Den **Ernstfall** trainieren!

Stress schränkt die Handlungsfähigkeit massiv ein!

Nur praktisches Wissen kann abgerufen und angewendet werden, die Theorie wird unter Stress nahezu nutzlos!

Daher steht bei uns die praktische Anwendung des Erlernten im Vordergrund.

Wir helfen Ihnen sicher zu sein!
Wir wissen was funktioniert!
Wir zeigen Ihnen wie!



Selbst & Bewusst

Andrea Salomon und Guido Schenk GbR

59519 Möhnesee, Sommerfeld 38

Büro: 0 29 24 / 9 38 99 45

Fax: 0 29 24 / 6 51 99 97

E-Mail: kontakt@selbst-und-bewusst.com

www.selbst-und-bewusst.com

Praxisorientierte Schulungen:



Deeskalation und Selbstschutz am Arbeitsplatz



Gewaltprävention für Helferberufe



Spezialschulung für Vollzugsdienstkräfte



Notwehr-Training

Sicher sein!

Behörden / Unternehmen



Selbst & Bewusst

Andrea Salomon und Guido Schenk GbR

Andrea Salomon

Guido Schenk



Warum wir?

Viele Schulungen bieten nur psychologische Hintergründe und theoretische Ansätze. Wir vermitteln Hintergrundwissen und wenden dieses auch direkt praktisch an!

Aus der Praxis für die Praxis!

Theoretisches Wissen ist gut.
Praktische Erfahrung ist unbezahlbar!

Wir haben eine fundierte Ausbildung als Einsatztrainer der Polizei, Erfahrung in tatsächlichen Gewaltsituationen und in der praktischen Arbeit verschiedener Krisenteams.

Schulungen nach Maß

Wir bieten keine Schulungen vom Fließband, sondern stimmen die Schulungsinhalte genau auf Ihre Bedürfnisse ab. Damit am Ende alles passt!

Sie entscheiden:

Gern kommen wir im gesamten deutschsprachigen Raum für eine Inhouse-Schulung zu Ihnen. Oder Sie kommen in einen unserer Workshops für Einzelteilnehmer.

Wir sind auch nach der Schulung für Sie da und bleiben Ihr Ansprechpartner, wenn Sie das möchten!

Beratung, Schulung – und auch danach immer Ihr kompetenter Ansprechpartner!

Weitere Schulungen auf unserer Homepage: www.selbst-und-bewusst.com



Deeskalation und Selbstschutz am Arbeitsplatz

Wir bieten in diesem Bereich spezielle Angebote für Mitarbeiter des öffentlichen Personennahverkehrs (ÖPNV) an. Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Website.

- **Notwehr und Nothilfe:** Ab wann und in welchem Umfang darf man sich wehren? Muss man den ersten Schlag abwarten?
- **Der sichere Arbeitsplatz:** Ob im Büro oder unterwegs – Abwehrstrategien gegen Übergriffe am Arbeitsplatz und das persönliche Gefahrenradar schulen
- **Deeskalierende Kommunikation**
- **Körpersprache:** Bevorstehende Übergriffe frühzeitig erkennen und die eigene Körpersprache gezielt einsetzen
- **Handlungsfähig bleiben in Hochstress-Situationen:** Handlungsmuster entwickeln und abspeichern
- **Notwehr-Training:** Selbstschutztechniken im Büro oder unterwegs. Angriffe abwehren, einen verstellten Fluchtweg kontrolliert freimachen und Nutzen von Alltagsgegenständen zur Verteidigung
- **Umgang mit psychisch auffälligen Personen** und Personen unter Alkohol-, Medikamenten oder Drogeneinfluss



Spezielschulung für Vollzugsdienstkräfte

Spezielle Schulungen werden individuell für Ihre Zielgruppe (Beschäftigte des Ordnungsdienstes, Ausländerämter, Vollzugsdienstkräfte o.ä.) zusammengestellt.

- **Rechtliche Grundlagen:** Notwehr und Nothilfe, Betreten von Wohnungen, Durchsuchen von Personen und Sachen, Anwendung von unmittelbarem Zwang mit den dienstlich zugelassenen Hilfsmitteln oder Waffen
- **Strategische Grundlagen:** Einsätze im Team bewältigen, Absprachen und strategisches Vorgehen in fremden Wohnungen und Unterkünften, Eigensicherung und Umfeldsicherung
- **Praktische Grundlagen:** Festnahme, Fesselung, Durchsuchung und Transport von Personen. Besondere Gefahrenquellen beim Transport von Personen durchs Treppenhaus und im PKW.
- **Notwehr-Training:** professioneller Selbstschutz und Schutz von Kollegen
- **Basiswissen:** Interkulturelle Kompetenz - Deeskalation durch professionellen Umgang mit Personen aus dem Kulturkreis Naher Osten



Gewaltprävention für Helferberufe

Spezielle Schulungen werden individuell für Ihre Zielgruppe (Pflegekräfte, Feuerwehrleute, Rettungskräfte, Ärzte, Sozialdienste o.ä.) zusammengestellt.

- **Notwehr und Nothilfe:** Rechtliche Grundlagen und genaue Definition einer Notwehrhandlung. Anwenden der Rechtsgrundsätze auf Beispiele aus der täglichen Praxis
- **Garantenstellung:** Rechtliche Grundlagen und Praxisbeispiele.
- **Der sichere Arbeitsplatz - das eigene Gefahrenradar schulen:** Erlernen von sicheren Distanzen zum Patienten zB im Rettungswagen oder in deren Wohnung. Erkennen von gefährlichen Gegenständen und aggressiven Stimmungen.

- **Deeskalation und Selbstschutz:** Handlungsalternativen für verschiedene Aggressionsstufen des Patienten.
- **Einsatz- und Situationstrainings**
- **Zusammenarbeit mit der Polizei**
- **Deeskalierende (Einsatz-)kommunikation:** effektive Gesprächssteuerung zur Entschärfung von brisanten Einsatzsituationen, aktiver Einsatz und Deutung von Körpersprache
- **Notwehr-Training - das „Plan-B“-Konzept:** Erlernen universaler Verteidigungslösungen gegen überraschende Angriffe. Nothilfe bei Angriffen auf Kollegen. Versperre Fluchtwege durch spezielle Techniken frei machen um aus der Situation zu entkommen.
- **Umgang mit psychisch auffälligen Personen** und Personen unter Alkohol-, Medikamenten oder Drogeneinfluss