Kommunikation im Berufsalltag

Mit Worten deeskalieren – mit Haltung schützen

Kritische Situation meisterhaft und sicher händeln - das ist das Ziel dieser Schulung: “Kommunikation im Berufsalltag: Mit Worten deeskalieren – mit Haltung schützen”.
Im ersten Teil der eintägigen Schulung werden grundlegende Kommunikationsmodelle vorgestellt und deren Bedeutung für den beruflichen Alltag im Saunabetrieb analysiert. Der Schwerpunkt liegt auf der deeskalierenden, gewaltfreien verbalen und nonverbalen Kommunikation.

Im zweiten Teil werden, nach einer rechtlichen Einführung und anschließendem Warm-Up, paarweise Situationen geübt, die einen akuten Selbstschutz-Charakter beinhalten. Dabei wird praktisch geschaut, wie man sich aus verschiedenen Würgegriffen, Haltegriffen befreit und sicher, aber effektiv Abstand generiert.

Für diese Schulung sind keine theoretischen oder praktischen Voraussetzungen notwendig.

Schulungsinhalte:

- Kommunikation – Was ist das? Vorstellung verschiedener Modelle
- Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg
- Praktische Übungen angelehnt an den Saunaalltag
- Rollenspiele mit Selbstschutz-Training

Schulungsleitung:

Jennifer er Schönbohm, M.A. Linguistik, zertifizierte Mediatorin, Projektmanagement Deutscher Sauna-Bund
Kai Düsberg, Instructor für Selbstverteidigung nach Krav Maga, Inhaber und Trainer Kampfsportschule Düsberg