

DEESKALATIONSTRAINING

Konflikte verstehen und lösen



Das Deeskalationstraining trainiert die eigenen Fähigkeiten, Konflikte frühzeitig zu erkennen und deeskalierend zu handeln. In praxisnahen Übungen trainieren Sie **souveräne Gesprächsführung und konstruktive Konfliktlösung**.

ZIELSETZUNG:

Entwicklung von Konfliktkompetenz, Deeskalationsfähigkeit, Kommunikationssicherheit und emotionaler Souveränität im Umgang mit herausfordernden Situationen, Spannungen und zwischenmenschlichen Konflikten.

FACTS:

- **Dauer:** 1-2 Tage, je 8 Stunden
- **Format:** Vor Ort
(auf Anfrage auch virtuelle Umsetzung)
- **Zielgruppe:** Alle Mitarbeiter
- **Teilnehmeranzahl:** 5-15 Personen
- **Teilnahmebescheinigung** (DAP-Zertifikat)



**Konfliktdynamiken
verstehen**



**Sicher & souverän
kommunizieren**



**Selbstschutz &
emotionale Stabilität**

LERNZIELE:

- Erkennen, wie **Konflikte entstehen**, sich **entwickeln** und **entschärft** werden können
- Verstehen, welche **psychologischen und neurobiologischen Mechanismen** in Konflikten wirksam sind
- Eigene **innere Haltung** und deren bewusste Steuerung reflektieren
- Vermittlung von **Strategien**, um mit Beleidigungen, Kritik und verbalen Angriffen souverän umzugehen
- **Gesprächstechniken** trainieren, die Vertrauen fördern und Eskalationen entgegenwirken
- **Differenzierung** zwischen eigenen und fremden Emotionen und deren Regulation

SICH SELBST VERSTEHEN – POTENZIALE ENTWICKELN

Bei Fragen zu diesem Training oder dem Wunsch nach einem unverbindlichen Angebot stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Wir freuen uns über Ihre Anfrage: info@d-bgm.de | 06251 7098-759



**MEHR
ERFAHREN**

www.d-bgm.de