

## Curriculum für die Ausbildung zum/ zur Villigster Deeskalationstrainer/ -in

<b>Lernziele</b>	<b>Lerninhalte</b>	<b>Methoden/Übungen</b>
Sensibilisierung zur Wahrnehmung von Gewalt (eigener Standpunkt; eigene Anteile)	Wahrnehmen der eigenen Grenzen und der Grenzen anderer; Wahrnehmen/ Ausprobieren von (scheinbar) üblichen An-/ Übergriffen	Körperbetonte, bewegungsorientierte Übungen, z.B. - Burgspiel - Drachenschwanzjagen - Eisschollenspiel - Auf der Leine - Fester Stand
Gewalt erkennen und benennen können	Selbsteinschätzung, Erkennen unterschiedlicher Aspekte von Gewalt, z.B. faszinierend, rauschartig, angstauslösend. Gemeinsam getragene Definition von Gewalt erarbeiten.	Körperbetonte Übungen, Rollenspiel, Diskussion z.B. - Gewaltrollenspiel - Elefantenspiel - Knack den Schokoriegel
Regeln erarbeiten und als eigene anerkennen	Sinnhaftigkeit von Regeln hinterfragen, bewusst werden über eigene Wertvorstellungen, Austausch über Unterschiede, gemeinsam getragene Gruppenregeln erarbeiten	Körperbetonte Konkurrenzübungen, z.B. - „Kinder haben Rechte“, - Sitzfußball - "Fair fight" - Elefantenspiel
Förderung von Kommunikationsfähigkeiten	Ich-Botschaften, Du-Botschaften, Beziehungs-, Inhalts-, Gefühlsaspekt erkennen, konstruktive Rückmeldung, verbale/ nonverbale Kommunikation	Interaktionsübungen, Rollenspiele, z.B. - Aufeinander zu gehen - Verfolgen - Lärmmauer - Spiegelbild
Interesse an gemeinsamen Zielen wecken, Stärkung des "Wir" - Gefühls	Kooperationsfähigkeit u. Gruppenzusammenhalt stärken, Akzeptanz von Unterschieden, Freude an den gemeinsam gelösten Aufgaben vermitteln	Kooperations- u. Vertrauensübungen, z.B. - Tragen/ Ertragen - Pyramide - Fließband Über das Seil - Pendel - Über das Seil
Konstruktive Konfliktbearbeitung	Erkennen und Erweitern eigener Handlungsstrategien in Konfliktsituation	Interaktionsübungen, z.B. - Encounter Bats - Bahnhofspassage - Forum- Theater
Erkennen u. Verdeutlichen von Grenzen der eigenen Person und Anderer Entwicklung von Empathie und Mitleid	Darstellung individueller Körpergrenzen, Thematisierung geschlechtsspezifischer Unterschiede, Gefühle äußern und ernst nehmen	Visualisierung, Sensibilisierungsübungen, z.B. - Burgspiel - Tabu – Zonen - Geruchs- u. Tastübungen
Verantwortungsbewusstsein fördern	Eigene Position und unterschiedliche Situationen einschätzen lernen, (eigen-)verantwortliches Handeln, (Rück-) Übernahme von Verantwortung für sich und andere	Interaktions- u. Sensibilisierungsübungen, z.B. - Kopf hoch - Stühle rücken - Blinden führen - Mutsprung
Verhalten in Bedrohungssituationen	Verhaltensmöglichkeiten erarbeiten und präsentieren	Einzel- u. Gruppenarbeiten, z.B. - "Tipps zum Verhalten in Bedrohungssituationen" - Bahnhofspassage - Eigenrealisation durch Forum- Theater
Opferhilfe durch unterstützende Interventionsstrategien entwickeln	Wirkungsmittel der eigenen Person erkennen und einsetzen lernen, wirkungsvolle Deeskalationsstrategien entwickeln	Übungen zur Körpersprache und Forum Theater z.B. - Bahnhofspassage - Der Schulhof - Eigenrealisation der Teilnehmer/innen