

Deeskalation und Selbstverteidigung

Kursnummer	26RP0015
Datum	Fr., 09.10.2026, 09:30 - 16:30 Uhr
Dauer	1 Termin
Gebühr	Standard-Gebühr: 159,00 € (inkl. MwSt.)
Kursleitung	Stephan Rimpel, Markus Wolf
Zielgruppe	Fachkräfte bei Betreuungsbehörden und Betreuungsvereinen, Berufsbetreuerinnen und Berufsbetreuer, Betreuungsrichterinnen und Betreuungsrichter, Rechtspflegerinnen und Rechtspfleger, Beraterinnen und Berater bei den Schwangerschaftsberatungsstellen, Fachkräfte der Träger der Eingliederungshilfe, Fachkräfte in der Sozialhilfe bei den örtlichen Trägern, Fachkräfte der Pflegestützpunkte

Das Seminar richtet sich an Fachkräfte, die lernen möchten, wie sie sich im beruflichen und privaten Alltag einfach und effektiv gegen verbale und körperliche Angriffe wehren können.

Im theoretischen Teil werden allgemeine Hinweise zur Prävention und Deeskalation vermittelt, im praktischen Teil Abwehrtechniken mit dem Schwerpunkt Nervendruckpunkttechnik.

Im Seminar werden folgende Themen behandelt:

Prävention und Selbstbehauptung:

- Verteidigung beginnt im Kopf
- Achtsamkeit, Umsichtigkeit
- Selbstbewusst NEIN sagen
- Grenzen zeigen

Nervendruckpunkte (NDP):

- Erlernen einiger wirksamer NDP und deren Anwendung bei Angriffen
- Wirksamkeit und Folgen

Abwehrtechniken beim:

- Festhalten an Händen oder Jacke
- Haare Fassen
- Umklammern, Würgen
- Abwehrverhalten bei mehreren Angreifern

Dieses Seminar ist für Teilnehmende aller Altersklassen geeignet. Besondere sportliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich.

Datum	Uhrzeit	Ort
09.10.2026	09:30 - 16:30 Uhr	Lindenspürstraße 39, KVJS Stuttgart