

Fortbildungskurs

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Gesundheits- und Sozialarbeitspersonal

Möchtest du dein Wissen erweitern und Pallas-Kurse für Gewaltexponierte Berufsleute unterrichten?

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mitarbeitende von Krankenhäusern, Pflegeorganisationen, HPS-Schulen, Spitex, Drogenabgabestellen, Notfallaufnahmen etc.

FK-Inhalte

- Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit stärken beim Personal
- Mögliche Ursachen und Gründe für Gewaltanwendung verstehen
- Stufen der Eskalation und Handlungsmöglichkeiten
- Deeskalationsmöglichkeiten: Verhalten & Kommunikation
- Mimik, Gestik und Stimme einsetzen, um sich im Ernstfall abzugrenzen oder auch zu verteidigen
- Verbesserung der eigenen Durchsetzungsfähigkeit
- Bedrohliche Situationen möglichst früh erkennen und Ausweichen mit möglichen Alternativen
- Erlernen von passenden und effizienten Selbstverteidigungstechniken
- Bearbeitung von typischen Situationen aus dem Arbeitsalltag

Vorgehen/Methoden

Die Inhalte werden oft in spielerischer Weise vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten Gelegenheit, in konkreten Situationen zu üben, die Reaktionsweisen zu reflektieren und optimale Varianten zu entwickeln.

- Vermittlung von Inhalten
- Arbeit in der Gruppe, in Partnerarbeit
- Bearbeitung von typischen Situationen in Rollenspielen
- Besprechung von Fragen und Themen der Teilnehmenden

Kursnummer:

FK-d/f-71-2022

Datum:

Samstag, 12. November 2022

Zeit:

09.30h – 16.30h (1Std. Mittagspause)

Kursort:

Solothurn

Kursleitung:

Patricia Maisch, Pallas Expertin
Karin Vonwil, Pallas Expertin

Kosten:

Pallas-Mitglied: **Fr. 190.--** exkl. Verpflegung
Nichtmitglied: **Fr. 220.--** exkl. Verpflegung

Anmeldung bis:

17. Oktober 2022

an Karin Vonwil, Tel.: 078 641 41 02 karin.vonwil@bluewin.ch

Kurskosten bitte auf folgendes Konto einzahlen:

Karin Vonwil-Wolfisberg, Cham, Luzerner Kantonalbank AG, 6003 Luzern

IBAN: CH79 0077 8161 4787 4200 2 // Konto: 60-41-2

Die TeilnehmerInnen müssen über eine ausreichende Unfallversicherung verfügen. Die Anmeldung ist verbindlich (mündlich, per Mail oder schriftlich). Bei Rückzug der Anmeldung werden folgende Beiträge fällig, welche die Kursteilnehmerin selber bezahlen muss.

- 8 bis 30 Tage vor Kursbeginn 50% der Kurskosten
- 2 bis 7 Tage vor Kursbeginn 75% der Kurskosten
- 0 bis 1 Tag vor Kursbeginn 100% der Kurskosten