Baustein: 1	02.03.2016 - 03.03.2016
Thema:	Selbstmanagement, Deeskalation und Selbstbehauptung
Ziele:	Die Teilnehmenden haben aggressive Verhaltensmuster kennen gelernt. Sie haben deeskalierende Konfliktlösestrategien kennen gelernt und können sie situationsentspannend einsetzen. Sie haben den souveränen Umgang mit kritischen und gefährlichen Situationen trainiert.
Inhalte:	• Mechanismen, die sich in Körper und Psyche bei Erregung abspielen • Diagnostische Möglichkeiten: Wie erkenne ich Erregung bei mir und den anderen? • Wie kann ich meine eigene Erregung steuern? • Welche Möglichkeiten bestehen, deeskalierend einzugreifen? • Wie gehe ich mit bedrohlichen Situationen (z. B. Gewalt) um?

Baustein: 2	06.06.2016 - 07.06.2016
Thema:	In Ruhe und Besonnenheit - der Weg in die innere Freiheit
Ziele:	Die Teilnehmenden haben eigene problematische Wahrnehmungs-, Denk- und Verhaltensmuster reflektiert. Sie haben Handlungsalternativen in Konfliktsituationen kennen gelernt. Sie haben Wahrnehmungs-, Denk- und Entspannungstechniken trainiert.
Inhalte:	• Wahrnehmungs- und Denkfehler • Achtsame Wahrnehmung • Pragmatische Alternativen zu problematischen Wahrnehmungen • Befreiung von problematischen Handlungsmustern • Alternative Entspannungstechniken

Baustein: 3	07.09.2016 - 08.09.2016
Thema:	Kreativ Konflikte lösen
Ziele:	Die Teilnehmenden haben eingeschliffene Lösungsstrategien reflektiert. Sie haben Methoden zur situationsangemessenen Steuerung eigener Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen kennen gelernt. Sie haben ihr Handlungsspektrum durch alternative Lösungsstrategien erweitert.
Inhalte:	• Systematische Konfliktanalyse • Erstellen von Lösungsstrategien • Praktische Umsetzung in den Alltag

Baustein: 4	15.03.2017
Thema:	Praxisreflexion
Ziele:	Die Teilnehmenden haben ihre veränderten Handlungsmuster im Alltag reflektiert. Sie haben ihr Verhaltensrepertoire im Austausch mit den Kollegen erweitert. Sie haben neue Impulse für Problemlösestrategien erhalten.
Inhalte:	• Synergieeffekte der Handlungsstrategien • Kollegiale Fallbesprechung • Offene Probleme und Fragen