



Persönliche Ressourcen in der Deeskalation

Diese Selbsteinschätzung soll dazu dienen sich über die eigenen Stärken in der Deeskalation eine Größere Sicherheit zu verschaffen. Deshalb stellen sie sich die Frage:

Mit welchen Maßnahmen fühle ich mich am Sichersten und wo bin ich weitgehend authentisch? Was liegt mir? Was kann ich gut?

1.

2.

3.

4.

5.