



TEIL 1 ^{von 3}

VERTIEFUNG ^{7-11.4.2025}
RETZHOFF

NEURODEESKALATION



nützliches forschendes Langzeit
beobachten allem Zeit & Raum
geben
wichtig

HALTUNG
≠
METHODE

Ich möchte fühlen
wie du dich fühlst

aus deiner NOT
hinaus

nicht kontrollieren wollen
sondern
in KONTAKT kommen
SUPPORT
geben/angeben

9.4.2025

Der Moment (und darüber hinaus)
/ der

ESKALATION

ist die Chance

WIRKSAM

ZU SEIN

nachhaltig

Neuro Deeskalation = sicherste Weg



9
KEINE
EILE

— BREYA —

KEINE
UNTERBRECHUNG



1. TAG

REINE PRÄSENZ

"Türklinken" =
beispiel"
(Buch 1 - S.)

SIGNAL-SETZUNG

z.B. Klatschen
→ auf 10 ?
Sinnesorganen

UNTERBRECHUNG

bei heftigen
Eskalationen
nah am Körper
optisch, Berühren
→ dazwischen
gehen

ZUR SOZIALEN ORIENTIERUNG PERSON WERDEN

3. GUIDANCE IDEE

"HIER GEHT'S RAUS"

reine Präsenz
Unterbrechung
spiegeln
Signal setzen

1. Schritt
immer
Eigenregulation

2. KONTAKT

SPIEGELN

→ grüner Teil der
Körperhaltung
spiegeln

BREAK

meine Füße
AM BODEN ("Körper, Stimme")

bewusste Wahrnehmung
= aus Gefühlsystem
raus

moduler
präfrontaler
Cortex

IDEA

GUIDANCE-IDEE

wenn Reguliert
= spüren, was braucht
es jetzt ?
= Übung bringt Ideen
"in jeder Resonanz was Neues"
Mensch Situation



FEUERWEHR-MANN

Näherender
Körperkontakt

→ HEILEND

→ KANN
Traumatisierung
verhindern



eine
" GRUN-
STÄRKE

hat jede/r

Authentisch

Seins-
qualität

Freigabe

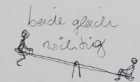
RAUM
GEBEN

mit mir in
Kontakt gehen
= ich tue etwas
für mich
= dann in Kontakt
mit anderen

≠ Selbstkontrolle
Selbstbeherrschung
≠ Konstrangung

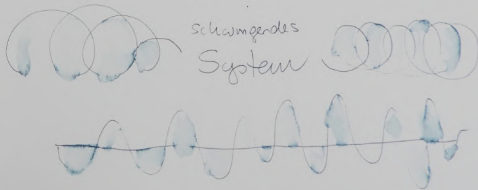
sei anders
sei besser

Durchziehen!
Durchhalten



KONTAKT

=
schwingendes
System



Immer noch bin
ich ein
Säugetier



Körper
bequem

— BREEHA —

in Einklang mit unserer zeitlosen
Natur

→ Orientieren am eigenen
Nervensystem

10.4.2025

"Drehen ist
antitraumatisch"

Bewegungs

Körper

Bewegung

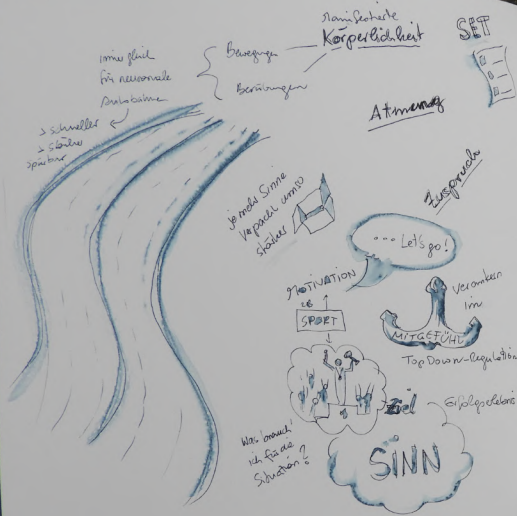
Schwingen

Körper = guter Startpunkt

- > 2 Geschwindigkeiten
Großes braunes Tier
- > Geschick / Orientierung
Säugetier / Reptilien /
Papilien / Insekten
ist da.

TRAUMA
SCHÜTTELN







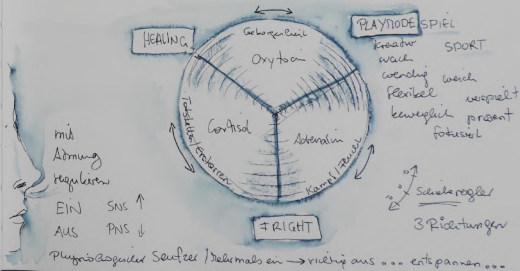
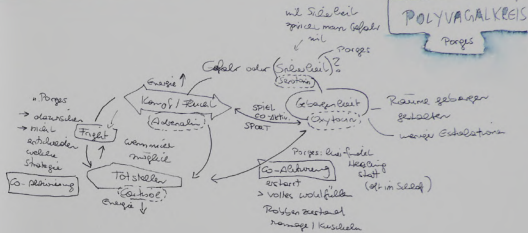
MEIN MOMENT

- ⇒ Übergangsmomente gestalten
- ⇒ GRÜN einbauen (ROT kommt von alleine)

Wie kann ich
wohlwollend präsent
sein?
= professionell!

TAGESVERLAUF





Situation

① BREAK

Veränderung
Bewegung
Kontext, Veränderung



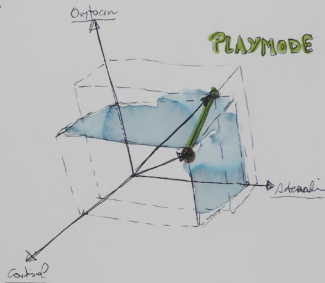
② SET:
reguliert

BEWUSSTMACHUNG

⇒ Großhirn aktiviert

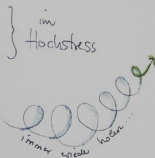
⇒ Handlungsmöglichkeiten
werden eröffnet

Räume





stufenweiser
Kontakt aufbau
von vorne
neu aufbauend



im
Hochstress

Rhythmus der Begegnung

am stärksten
fühlbare

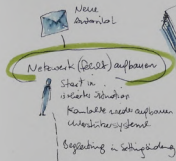
Körperhaltung (tief unten...)

Breaks (Hand, Berührung Skin...)

sehr wichtig
dabei bleiben

Guidance "egal was, Hauptsache was..."

Rollen spiel
Einleitung



Kooperierende Systeme

Settingänderung

! + Bindung ! Kontakt
halten

stark Absorbe
Personen

→ Verbesserung

in
Kontakt
bleiben

Wer hat angefangen?
=
SINNLOS
→ Jede/r ist in
Not

"Überprüfen
Bleibst du?
Kann ich mich
auf die
Beziehung
einlassen"

Provokation
ist eine
Frage

es braucht
Bindungs-
antwort

Beziehungs-feste

KONDITIONIERUNG
Belohnung & Strafe
braucht nicht
KONTAKT FOLGHT

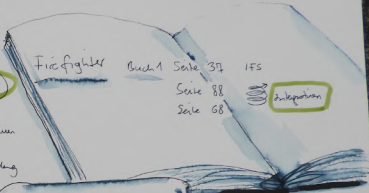
Konsequenzen

Bestrafung
=
sinnlos
=
hilft nicht
weiter

NACHT =
demonstrative
Unterbrechung

im
Einzel =
kontakt

Verhalten
etc.
Gesellschaft
wäre zu beenden



Integration

GEGENSEITIGE
UNTERSTÜTZUNG

 BRECHA 



Korrigierende Gesten
durch
Rollenspiele

—
Symmetrische
Escalation

EGO-STATES

→ S. 16



FIRE FIGHTER [S. 16]

Kategorien:

- > Substanzen
- > Essen
- > Drogen
- > Nähe-Distanz
- > Rituale
- > Bewegung

Flüchtiger Körper
verwirrt
→ Gedächtnis

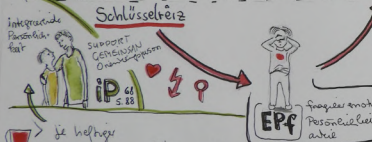
kontrollierende emotionale Persönlichkeit = **ANP**

EPK

FireFighter

Kontrolliert eigene Traumaemotionen

Hilflosigkeit



je heftiger die Traumaemotion desto größer / stärker muss **FireFighter** sein

sozialisiert durch / nicht tut mir gut / nicht

Eigenregulation < Regulation unseres Nervensystems

DEFINITION TRAUMA

bedeutet schädliche Stress beeinflusst Hypothalamus & Serotoninprodukt kann heilen

Zeit "die physische Dislokation in seltenen Fällen sind die ersten 9 Monate"

- 1) psychot. Traum → **Posttraumatische Belastungsstörung** (tritt innerhalb einer Woche auf)
- 2) **max. belastende Lebenssituation**, Psychot., Störungen % trauma bedingt
Trauma v. 3. Stages (weil sie nicht)
Trauma abgepasst (in einem mit uns nicht) → z.B. Sinn der Existenz
nicht erzählen wollen
- 3) **Transgenerationales Trauma**
- 4) **Kollektives Trauma**



je wichtiger Bindung desto stärker Emotionen
desto stärker Trauma
desto stärker **FireFighter**
und Eskalation