



DEUTSCHLANDWEITE ONLINE-THERAPIE

Antigewalttherapie - Wie funktioniert das?

Therapieeinheiten Phase 1

Die Antigewalttherapie besteht aus 10 Therapieeinheiten à 1h mit einem Bezugstherapeuten. Die Einheiten sind als Einzelsitzungen konzipiert und zielen auf das Erkennen und Verändern aggressiver Prozesse und regelhafter Muster ab.

PHASE 1



Antigewalttherapie (AGT)

Nach erfolgreicher Teilnahme an der Antigewalttherapie erhalten Sie eine Bestätigung, welche Sie vorlegen können. Sie dokumentieren damit eine gründliche Auseinandersetzung mit der Situation, die Sie zur Gewalt führte.

Teilnahmebedingungen

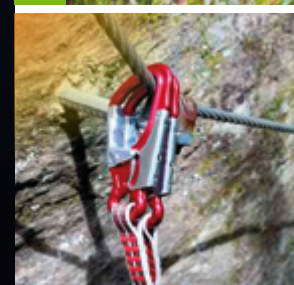
Sie müssen regelmäßig und nüchtern zu den Terminen erscheinen und sich auf Deutsch mündlich verständigen können. Vor Beginn der Therapie wird (mindestens) ein Aufnahmegespräch geführt.

Sie sollten keine körperlichen Gebrechen haben und sich frei bewegen können. Im Falle einer angeordneten Teilnahme brauchen wir Schweigepflichtentbindungen für die zuweisenden Institutionen (z.B. Jugendamt, Staatsanwaltschaft, Gericht) über tatrelevantes Verhalten. Auch für Ihre(n) Partner(in) und/oder Angehörigen bieten wir ein Vor- und Abschlussgespräch an.

Therapieeinheiten Phase 2

Weitere 5 Einheiten entfallen auf Interventionen in einer Kleingruppe. Hier kommt ein weiterer Therapeut oder ein Sportpädagoge hinzu. Erlebnistherapeutische Elemente und Intervention in Kombination dienen zur Findung und Stärkung spezifischer, persönlicher Ressourcen und Fähigkeiten. Diese Einheiten finden in einem unserer erlebnistherapeutischen Zentren statt.

**GEWALTFREI
STARK!**



PHASE 2

■ **antigewalttherapie®**



**JUGENDLICHE &
ERWACHSENE**



**AGGRESSION &
GEWALT BEI
KINDERN**



**AGGRESSION &
GEWALT IN DER
PARTNERSCHAFT**

■ **antigewalttherapie®**

Telefon 09123-80 91 190
www.antigewalttherapie.de
info@antigewalttherapie.de



Kostenlose und unverbindliche
Informationen finden
Sie in unserem Online-Service:
www.antigewalttherapie.de

Antigewalttherapie für Kinder – Gewaltfrei wachsen lernen

Frühzeitige Hilfe, die wirkt.

Kinder können aus verschiedenen Gründen aggressives Verhalten entwickeln – sei es durch belastende Erlebnisse, Frustration, Schwierigkeiten im sozialen Miteinander oder fehlende Konfliktlösungsstrategien. Unsere Antigewalttherapie unterstützt Kinder dabei, Gefühle besser zu verstehen und Gewalt durch konstruktive Lösungen zu ersetzen.

Unsere Ziele:

- Entwicklung gesunder Konfliktlösungsstrategien
- Förderung von Empathie und Selbstkontrolle
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Verbesserung der sozialen Fähigkeiten

Wie wir arbeiten:

Die Therapie wird kindgerecht und spielerisch gestaltet, um eine sichere und vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen.

Wir nutzen Methoden wie:

- Rollenspiele und Geschichten
- Kreative Ausdrucksformen (Malen, Basteln, Bewegung)
- Gesprächsrunden zur Selbstreflexion
- Gezielte Übungen zur Emotionsregulation
- EMDR und andere traumatherapeutische Verfahren
- Systemische und verhaltenstherapeutische Verfahren

Einbeziehung der Eltern:

Eltern oder Bezugspersonen werden aktiv in den Prozess eingebunden, um Veränderungen im Alltag zu unterstützen und nachhaltig zu festigen.

Für wen ist das Angebot geeignet?

- Kinder, die häufig in Konflikte geraten
- Kinder, die körperlich oder verbal aggressiv reagieren
- Kinder, die Schwierigkeiten haben, Gefühle zu kontrollieren

Unser Versprechen:

Wir bieten eine einfühlsame, fachlich fundierte Unterstützung, damit Kinder lernen, gewaltfrei zu handeln und positive soziale Beziehungen aufzubauen.

Antigewalttherapie für Jugendliche und Erwachsene

Kennst Du folgende Situationen?

- Bei Streit mit anderen „platzt“ Dir immer wieder der Kragen.
- Im Streit ist Dir schon mal die Hand „ausgerutscht“.
- So willst Du nicht weitermachen oder hast Angst, dass etwas Schlimmeres passiert.
- Die Polizei wurde gerufen, Du hast einen Platzverweis erhalten oder bist festgenommen worden, weil Du gegen Andere gewalttätig geworden bist.
- Du stehst kurz vor oder mitten in einem Gerichtsverfahren und musst Dich wegen einer Gewalttat verantworten.



Wie kann eine Antigewalttherapie zu neuen Wegen führen?

Wir wollen mit Dir gemeinsam konkrete Hilfen zur Veränderung finden, deshalb suchen wir Antworten auf folgende Fragen:

- Warum entsteht genau jetzt und nur für dich die aggressive Energie und wie lässt sich bereits die Entstehung verhindern?
- Worüber genau hast Du Dich (immer wieder) aufgeregt?
- Wie hättest Du die Situation früher und friedlicher in eine andere Bahn lenken können?
- Woran merkst Du, dass Du kurz davor bist, auszurasten?
- Wie kannst Du Gewalt noch vermeiden?

Unsere Ziele

Wir erarbeiten und trainieren alternative Lösungen bei Koflikten und Krisen. Du lernst die Gewalt zu beherrschen, ohne Deine Gefühle unterdrücken zu müssen.

Antigewalttherapie bei Aggression & Gewalt in der Partnerschaft

Aggression in der Beziehung – wie äußert sie sich?

- Bei Streit mit Ihrem Partner „platzt“ Ihnen immer wieder der Kragen.
- Im Streit ist Ihnen schon mal die Hand „ausgerutscht“.
- So wollen Sie nicht weitermachen oder Sie haben Angst, dass etwas Schlimmeres passiert.
- Die Polizei wurde gerufen, Sie haben eine Platzverweis erhalten, weil Sie gegen Ihre:n Partner:in gewalttätig wurden.



Gemeinsam neue Wege gehen mit der Antigewalttherapie

Wir wollen mit Ihnen gemeinsam konkrete Hilfen zur Veränderung finden, zuerst suchen wir Antworten auf folgende Fragen:

- Warum entsteht genau jetzt und nur für Sie die aggressive Energie und wie lässt sich bereits die Entstehung verhindern?
- Worüber genau haben Sie sich aufgeregt?
- Wie hätten Sie die Situation früher und friedlicher in eine andere Bahn lenken können?
- Woran merken Sie, dass Sie kurz davor sind, auszurasten?
- Wie können Sie Gewalt noch vermeiden?

Unsere Ziele

Wir erarbeiten und trainieren alternativer Lösungen bei Konflikten und Krisen. Gewaltfreies, verantwortungsbewusstes Handeln sollen Teil der Beziehung zueinander werden.



Online-Therapie in der Antigewaltarbeit – Ihr Weg zu mehr Sicherheit und Selbstkontrolle

Gewalt hat viele Gesichter – Veränderung auch.

Die Antigewalttherapie unterstützt dabei, aggressive Verhaltensmuster zu erkennen, zu verstehen und nachhaltig zu verändern. Neben persönlichen Gesprächen vor Ort bieten wir Ihnen auch die Möglichkeit, die Therapie **flexibel und sicher mit Ihrem Therapeuten** online durchzuführen.



Ihre Vorteile auf einen Blick:

- **Ortsunabhängig & flexibel** – Teilnahme von zu Hause oder unterwegs
- **Diskret & sicher** – geschützte, verschlüsselte Videoverbindungen
- **Vielfältige Methoden** – Übungen, Rollenspiele, EMDR-Elemente und Arbeitsblätter online umsetzbar
- **Individuell & nachhaltig** – kombinierbar mit Präsenzterminen, auch als Nachbetreuung

Für wen ist Online-Therapie geeignet?

- Menschen mit eingeschränkter Mobilität
- Beruflich stark eingespannte Personen
- Klient*innen, die weite Anfahrtswege vermeiden möchten
- Teilnehmende, die eine diskrete und flexible Lösung suchen
- **nicht für Kinder**

Unser Anspruch:

Qualität, Sicherheit und Wirksamkeit stehen auch online an erster Stelle. Die eingesetzten Methoden sind wissenschaftlich fundiert und werden individuell an Ihre Situation angepasst.

Ihr nächster Schritt:

Kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches Erstgespräch – vor Ort oder online. Gemeinsam finden wir den Weg, der zu Ihnen passt.



KINDER

JUGENDLICHE & ERWACHSENE

PARTNERSCHAFT