

Corso teorico pratico per la gestione dell'aggressività. riconoscimento precoce, tecniche di de-escalation, sicurezza alla persona e difesa personale

Presentazione

I fatti di cronaca raccontano quotidianamente di aggressioni, sempre più spesso ingiustificate, brutali ed a volte mortali sia nelle metropoli che nelle piccole città: nessun ambiente pubblico o privato è esente da fatti di questo genere, nemmeno il proprio luogo di lavoro. E' auspicabile quindi che ognuno acquisisca la giusta sensibilità riguardo al problema delle aggressioni e venga messo in condizione di salvaguardare la propria incolumità. Difendersi è un diritto e prendersi cura di se stessi è un dovere che dobbiamo a noi in prima istanza. Il corso si concentra sulla gestione del rischio, a tutti i livelli, comprese le tecniche psicologiche per disinnescare l'aggressività e mettersi in salvo e sulle Tecniche pratiche di difesa personale. Il corso è tenuto da Formatori Qualificati e Istruttori professionali di difesa personale.

Soggetti interessati

Il corso di difesa personale è pensato per tutte le categorie di lavoratori.

Obiettivi specifici e risultati attesi

Il corso ha L'obiettivo è insegnare ad usare la mente ed il corpo nell'applicazione delle tecniche più adatte per salvaguardare la propria incolumità in relazione all'ambiente e alle condizioni in cui si subisce o si rischia di subire un'aggressione. Si insegnerà ad utilizzare tutte le parti del corpo come arma di difesa, applicando le tecniche più efficaci e adatte alla propria struttura fisica. Prevenzione è la parola d'ordine. Il corso vedrà l'alternarsi di fasi pratiche e teoriche, durante le quali si analizzeranno e discuteranno anche i materiali distribuiti durante le lezioni.

Programma del corso

Il corso si suddivide in una parte teorica e una pratica.

Reagire e superare l'aggressione:

- Segni prodromici dell'agito aggressivo
- Alterazioni fisiologiche
- Le reazioni
- Interpretazioni cognitive
- Gestione dell'aggressività attraverso tecniche di de-escalation non farmacologiche

Imparare la corretta postura, la posizione, la distanza, gli spostamenti e il corretto tempismo di intervento e astuzia per affrontare aggressori più forti di noi:

- Analisi della zona
- Analisi visiva
- Livelli di attenzione
- Linguaggio non verbale del corpo
- Distanze di sicurezza

Simulazioni del momento in cui si è costretti ad intervenire e si può contare solamente sulle proprie doti e conoscenze per uscire da una situazione ad alto rischio ed alto livello di stress:

- Posizione di sicurezza
- Protezioni con gomiti
- Conoscere una percussione
- Imparare a sferrare un colpo
- Difesa da attacchi frontali e laterali
- Liberarsi dalle prese al polso, al busto e al collo
- Scenari di aggressione (varie tipologie di aggressione)
- Scenari speciali (ciò che potrebbe cambiare nel contesto)
- Situazioni di aggressione (le armi nel contesto)
- Uso di oggetti comuni come arma da difesa
- Collaborazioni con colleghi

Si consigliano abiti comodi oppure tuta da ginnastica e scarpe da ginnastica.

Metodologia didattica

Le lezioni saranno sviluppate mediante una prima parte teorica, seguita dall'esecuzione della parte pratica e lo studio delle tecniche.

Attestato

A tutti i partecipanti al corso verrà rilasciato un attestato di frequenza utilizzabile come titolo da includere nel curriculum formativo e professionale. Il rilascio dei crediti e delle varie Certificazioni è subordinato all'effettiva presenza del partecipante all'intero evento formativo verificata attraverso la registrazione manuale (firma entrata/uscita) o elettronica o in altra forma (ad es. badge), la compilazione del questionario sulla soddisfazione/gradimento dell'evento, nonché il superamento della valutazione dell'apprendimento e/o della prova pratica, ove prevista secondo la valutazione del Formatore/Istruttore. La raccolta dei questionari ("sulla soddisfazione/ gradimento")

e quello relativo alla valutazione dell'apprendimento) avverrà alla fine dell'evento formativo. L'attestato di frequenza, ove siano soddisfatte le condizioni di cui sopra, verrà consegnato alla fine del corso o inviato via mail o inserito nell'area web dedicata all'Utente.

Modalità e criteri di verifica dell'apprendimento

Durante il corso, ogni partecipante viene sottoposto a verifica di apprendimento mediante questionario e test pratici. Il risultato viene considerato positivo solo in caso di partecipazione ad almeno il 90% della durata del corso e solo se il discente supera i test finali. Al termine del corso, ai discenti viene inoltre somministrato un questionario di gradimento dell'attività formativa effettuata, incentivando la segnalazione di eventuali modifiche finalizzate ad aumentare l'efficacia dell'attività.