PROFACOS · GRATIS-LEITFADEN

SICHER UNTERWEGS: 7 SIGNALE, DIE FRAUEN SCHÜTZEN

Ein kostenloser Leitfaden für mehr Klarheit der Profacos GmbH.



Profacos®

Wissen, das schützt

profacos.de | profilerwelt.de | profilerwerkstatt.de

Ausgabe 30



WIR MACHEN VERHALTEN LESBAR.

Profacos steht für Seminare, Keynotes und Trainings zu Körpersprache, Mimik, Emotionserkennung, Manipulation, Deeskalation und Kommunikation unter Druck. Unser Fokus liegt auf praktischer Anwendung: Menschen besser wahrnehmen, Gespräche klarer führen und Eskalationen früher erkennen.



FÜR UNTERNEHMEN, TEAMS UND MENSCHEN MIT VERANTWORTUNG.

Unsere Leistungen richten sich an Führungskräfte, HR, Wohnungswirtschaft, Verwaltung, Verkehr, Einsatzkräfte und Organisationen mit anspruchsvollem Gesprächskontakt. Ob Vortrag, Inhouse-Seminar oder Profiler-Ausbildung: Ziel ist mehr Sicherheit im Umgang mit Verhalten, Wirkung und schwierigen Situationen.

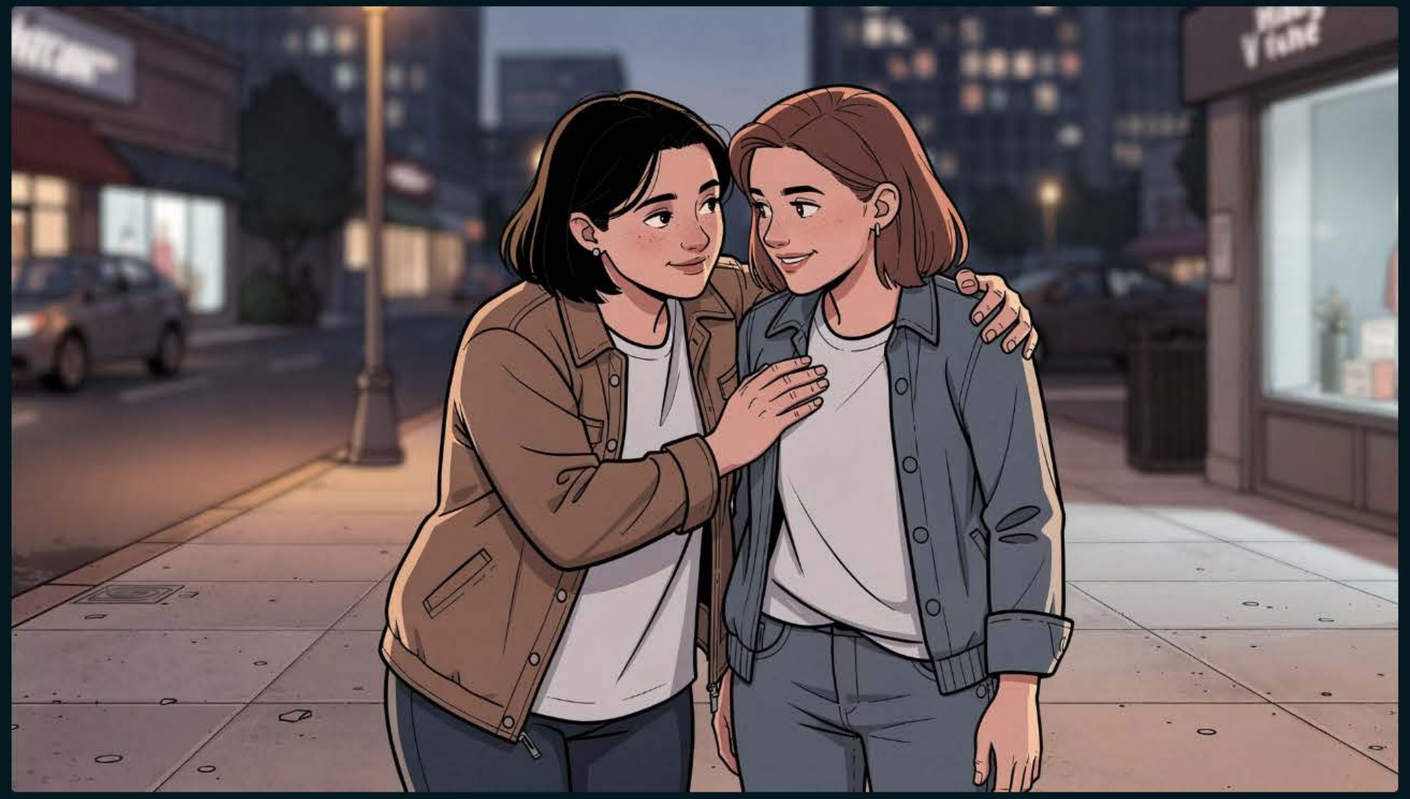


Sicher unterwegs: 7 Signale, die Frauen schützen

Ein praktischer Leitfaden für mehr Sicherheit, Selbstvertrauen und Solidarität im öffentlichen Raum.

DAS FUNDAMENT

Sicherheit ist ein Grundrecht



Objektiv vs. subjektiv

Die tatsächliche Gefahr und das eigene Sicherheitsempfinden klaffen oft auseinander – beides verdient Beachtung.

Solidarität als Verteidigung

Unsere stärkste Verteidigung entsteht, wenn wir füreinander einstehen.

Vom Opfer zur Handlung

Ziel ist der Wechsel vom Opfer-Narrativ zur aktiven Handlungsfähigkeit.

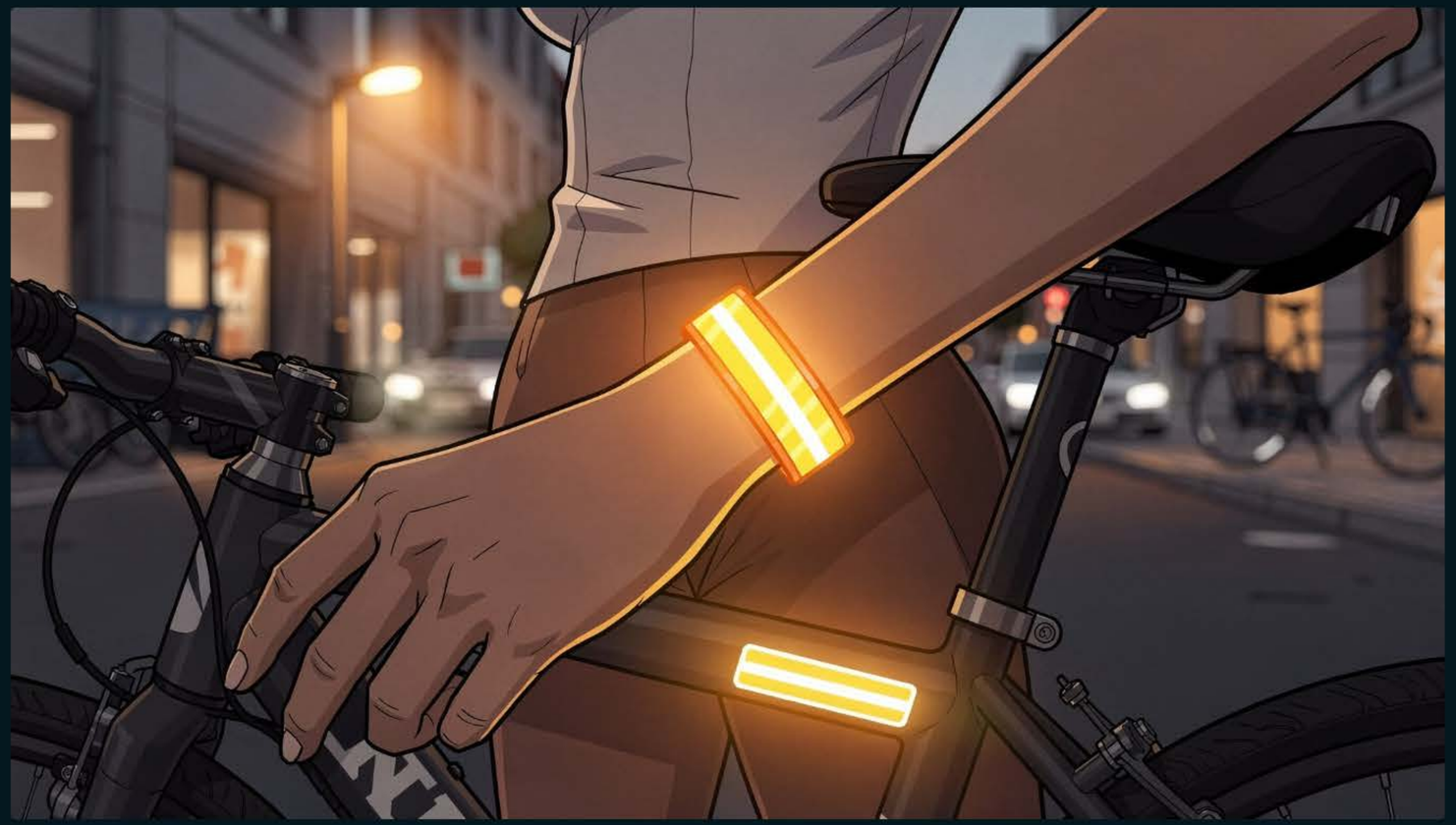
SIGNAL 1

Die Kraft der Sichtbarkeit

Einander erkennen

Die Kampagne **„Frauen sicher unterwegs"** macht Solidarität sichtbar – durch ein gemeinsames, erkennbares Zeichen.

- Reflektierende Schnapparmbänder und Fahrradaufkleber als aktives Signal
- Ansprechbar sein, um sich im öffentlichen Raum gegenseitig zu stützen
- Ein stilles Versprechen: „Du bist nicht allein."





SIGNAL 2

Selbstbewusste Körpersprache

Präsenz zeigen

Aufmerksam und präsent auftreten statt wegschauen.

Haltung & Mimik

Aufrechte Haltung und gezielte Mimik können Eskalationen verhindern.

Erste Verteidigung

Trainierte Körpersprache wirkt als wirksame erste Verteidigungslinie.

GRATIS-LEITFADEN · NÄCHSTER SCHRITT

Vom ersten Aha-Moment zur sicheren Anwendung.



Unsere kostenlosen Leitfäden geben dir einen Einstieg in Körpersprache, Mimik, Manipulation, Deeskalation und Kommunikation unter Druck. Wenn du tiefer einsteigen möchtest, findest du hier die passenden Wege.

ANGEBOT 01

Profacos für Unternehmen

Seminare, Keynotes und Beratung für Organisationen, die schwierige Gespräche klarer führen und Eskalationen früher erkennen wollen.

Für Führung, HR, Wohnungswirtschaft, Verwaltung, Verkehr, Einsatzkräfte und Teams mit anspruchsvollem Kundenkontakt.

Profiacos entdecken →

ANGEBOT 02

Profilerwelt

Online lernen: Körpersprache, Mimik, Persönlichkeit, Manipulation und Gesprächsführung verständlich erklärt.

Mit Kursen, Tests, Leitfäden und Lernmaterial für Menschen, die Verhalten besser verstehen und Kommunikation bewusster einsetzen wollen.

Profilerwelt ansehen →

ANGEBOT 03

Profilerausbildung

Die intensive Ausbildung für Menschen, die Verhalten, Emotionen und Kommunikation professionell lesen und einordnen möchten.

Die Onlineteinhalte begleiten die Ausbildung, vermitteln Fachwissen und dienen der Vor- und Nachbereitung. Der Abschluss erfolgt über die Ausbildung mit verbindlichen Präsenztagen und Prüfung.

Ausbildung ansehen →

ONLINE LERNEN

Profilerwelt

Kurse, Tests und Lernmaterial zu Körpersprache, Mimik, Persönlichkeit, Manipulation und Kommunikation.

profilerwelt.de →

COMMUNITY & PRAXIS

Profilerwerkstatt

Üben, vertiefen und im Austausch bleiben – für Menschen, die Profilerwissen nicht nur lesen, sondern anwenden möchten.

profilerwerkstatt.de →

SIGNAL 3

Strategische Routenplanung



Die bewusste Wahl des Weges schafft Übersicht und reduziert Risiken – ein kleiner Umweg ist oft die sicherere Entscheidung.

SIGNAL 4

Die Sprache der Grenze

Laut und direkt

Eine klare, laute Ansage durchbricht die Erwartung eines Angreifers und holt Umstehende ins Geschehen.

- **Klare Ansagen** bei Belästigung: laut, deutlich und ohne Entschuldigung
- **Verbale Deeskalation** hat Vorrang vor körperlichem Kampf
- **Warnsignale** und Eskalationsdynamiken frühzeitig erkennen

SIGNAL 5

Digitale und physische Vernetzung



- **Begleitung organisieren**

  Gemeinsam zur Bushaltestelle – Wege nicht allein zurücklegen.

- **Anlaufstellen kennen**

  Von der Notrufnummer bis zu Beratungsstellen: Hilfe griffbereit haben.

- **Wissen teilen**

  Sicherheitstipps als kollektives Wissen weitergeben.



SIGNAL 6

Professionelles Mindset-Training

01

Prävention statt Reaktion

Mentale Stärke auch unter Stress bewahren.

02

Risikoeinschätzung

Bewusst handeln auf Dienstreisen und im ÖPNV.

03

Selbstwirksamkeit

Wissenschaftlich fundierte Gewaltprävention trainieren.

SIGNAL 7

Die Rolle als Unterstützerin

Mut zur Hilfe

Wer eingreift, verändert alles. Ein einfaches Nachfragen kann die Dynamik einer Bedrohung sofort unterbrechen.

> „Brauchst du Hilfe? Ich bleibe bei dir." – Worte, die schützen.

Gemeinsam sicher: Frauen stärken Frauen durch Präsenz und Aufmerksamkeit.



Fazit: Unsere Sicherheit liegt in unseren Händen

Eine Entscheidung

Sicherheit beginnt mit einer Haltung: aufmerksam, verbunden, stark.

Sichtbare Wirkung

Jedes Erkennungszeichen und jede klare Grenze verändert das Stadtbild.

Call to Action

Vernetzt euch, seid sichtbar und achtet aufeinander.



DER NÄCHSTE SCHRITT

Aus Wissen wird Wirkung, wenn du es im Alltag anwenden kannst.



Weiterlernen in der Profilerwelt

Kurse, Tests und Lernmaterial zu Körpersprache, Mimik, Persönlichkeit, Manipulation und Gesprächsführung – online, flexibel und praxisnah.

profilerwelt.de

Seminare, Keynotes & Ausbildung

Mit Profacos vertiefst du das Thema in Seminaren, Keynotes und der Profiler-Ausbildung – für Menschen, Teams und Organisationen mit anspruchsvoller Kommunikation.

profiacos.de

Menschen lesen. Gespräche führen. Eskalationen senken.



WISSEN ÖFFNET DEN BLICK.
ANWENDUNG VERÄNDERT GESPRÄCHE.

profacos.de | profilerwelt.de | profilerwerkstatt.de