PSYCHIATRIE & PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Deeskalation in der Psychiatrie: Frühwarnzeichen, Haltung und Sprache

FACHLICH GEPRÜFT 18.11.2026

> **MERKE**
> Deeskalation beginnt lange vor dem Konflikt. Ziel ist, dass niemand zu Schaden kommt und Zwang gar nicht erst nötig wird.

Kurz zusammengefasst

- Frühwarnzeichen sind Unruhe, laute Stimme, angespannter Körper, Drohungen und zu geringer Abstand.
- Haltung: ruhig, respektvoll, nicht persönlich nehmen, nicht gewinnen wollen.
- Eine Person spricht, kurze Sätze, Gefühle benennen, Wahlmöglichkeiten anbieten.
- Abstand halten, offene Körperhaltung, einen Ausweg lassen, auch für dich selbst.
- Eigenschutz geht vor, hol früh Unterstützung.
- Zwang nur als letztes Mittel, danach immer Nachbesprechung.

GANZER BEITRAG · ERKLÄRUNGEN · QUELLEN

stationsfuchs.de/blog/deeskalation-psychiatrie

Kostenlos lernen ohne Anmeldung: Quiz, Laborwerte, Pflegeplanung und mehr auf stationsfuchs.de

Lernhilfe für die Ausbildung. Ersetzt keine Leitlinie, keinen Standard und keine ärztliche Anordnung.
Darf frei kopiert, gedruckt und weitergegeben werden. Nicht verändern, nicht verkaufen. © Meshor GmbH