

Was es alles für Aggressionstrainings gibt und worin sie sich unterscheiden



- In den Anti-Aggressivitätstrainings nach WEIDNER werden jungen Straftätern, die vorher nicht vorhandenen Hemmpotenziale und die Opfersicht vermittelt und „einmassiert“.
- In der Kampfausbildung von Polizei, Armee, Geheimdiensten und Anti-Terroreinheiten werden Uraggressionen genutzt und verstärkt um „Killerverhalten“ zu trainieren und Hemmpotenziale abzubauen.
- In (zumeist asiatischen) Kampfsporttrainings werden Uraggressionen zugelassen, zu steuern gelernt und mit viel Disziplin in instinktive Reflexe umgewandelt, wobei der Selbstverteidigungszweck im Vordergrund steht.
- In Trainings zur gewaltfreien Kommunikation werden alle aggressiven Impulse besonderen Steuerungs- und Kontrollmechanismen unterzogen, um sich von ihnen niemals leiten lassen.
- In therapeutischen Wut-Trainings siehe „Die Wutprobe“ und Verhaltenstherapien vieler Autoren, werden aggressive Impulse mit Akzeptanz und Atemtechniken steuerbar gemacht, um sie dann für verschiedenste Zwecke zielgerichtet einzusetzen.
- Im Wolf Aggressions-Training werden auch die intensivsten Uraggressionen wieder zugelassen, gelebt und steuerbar gemacht. Auf der Basis eines vertieften Verständnisses für das Entstehen von Aggressionen, können sie zielgerichtet und dosiert für Lebensziele aller Art bewusst eingesetzt werden.