

# Sicherheit im Auslandseinsatz

## 1. Kursinhalte und Methodik

Der Kurs richtet sich an Zivildienstleistende, die einen Einsatz im Ausland leisten werden. Das Erkennen, Reflektieren und Vermeiden von gefährlichen Situationen sowie der eigene Umgang mit Stress stehen im Mittelpunkt des Kurses «Sicherheit und Stress». Der 3-tägige Kurs folgt den aktuellsten Erkenntnissen in der Erwachsenenbildung und präsentiert mit dem sogenannten „Blended Learning“ eine Mischform von Online-Training und Präsenzunterricht.

Der Vormittag des ersten Tages erfolgt im Online-Unterricht, gefolgt vom Nachmittag mit spezifischen, auf die individuellen Einsatzorte bezogenen Aufgaben im Selbststudium der Teilnehmenden. Die für die Sicherheit wichtigen Themen umfassen die Vorbereitung der Abreise und der ersten Tage im Einsatzland inkl. Abklärungen mit den Entsendeorganisationen. Weiter werden generelle, wie auch länderspezifische Sicherheitsrisiken bei Auslandseinsätzen thematisiert und die kulturellen, religiösen und sozialen Gegebenheiten der Einsatzländer der Teilnehmenden angesprochen.

Der zweite und dritte Tag erfolgt im Präsenzunterricht. Die Ergebnisse der Aufgaben des Vortages werden präsentiert und weiterentwickelt. Im Fokus steht das sichere Verhalten in täglichen Situationen bei der Arbeit, in der Freizeit und unterwegs. Weitere zentrale Themen sind die gegenseitige Beeinflussung von Sicherheit und Stress, die entsprechenden Stressfaktoren sowie Strategien zur Stressreduktion.

Folgende Themengebiete werden im Kurs behandelt:

- Verantwortung für Sicherheit im Einsatz
- Spezifische Sicherheitsrisiken im Einsatzland
- Sicherheit im Alltagsleben / beim Wohnen
- Aggressive Personen und Kriminalität
- Sicherheit unterwegs
- Informations- und Datensicherheit
- Kumulativer und akuter Stress

Methodisch ist der Kurs sehr interaktiv aufgebaut. Unter Zuhilfenahme von Fallbeispielen, Videos und Präsentationen werden in Lehrgesprächen, Klassendiskussionen, Gruppenarbeiten und Rollenspielen die Inhalte variantenreich vermittelt und verankert.

Die Teilnehmer erhalten zur Vertiefung aktuelle, länder- sowie kulturspezifische Informationen zu ihren Ausreiseländern, sowie ein Handout zu den behandelten Themen und weiterführender Literatur. Der grösste Teil wird online zur Verfügung gestellt.

## 2. Kursziele

Nach dem Kurs sind die Zivildienstleistenden fähig:

- Sicherheitsrisiken zu erfassen und diesbezüglich grundlegende Verhaltensmassnahmen anzuwenden.
- Zusammenhänge zwischen Stressverhalten und persönlicher Sicherheit zu erkennen und sich entschärfend zu verhalten.
- sich kulturell unterschiedlicher Konstellationen und schwieriger Situationen bewusst zu sein und erkannte Risiken gezielt zu umgehen.

### **3. Trägerschaft des Kurses**

Der 3-tägige Kurs wird von cinfo, dem Zentrum für Information, Beratung und Bildung für Berufe in der internationalen Zusammenarbeit angeboten. Die Kursleitenden sind langjährige Spezialisten der Sicherheits- und Stressthematik im internationalen Kontext.

### **4. Zusätzliche Angebote**

Vor Ort stehen Fachliteratur und weiterführende Materialien zur Verfügung. Je nach Bedarf können nach dem Kurs zusätzliche Dokumente online bereitgestellt werden.

### **5. Kursort und Kursdaten**

Der Kurs findet am ersten Tag online und am zweiten und dritten Tag im Ausbildungszentrum ZIVI in Schwarzsee (FR) statt. Die genauen Termine sind der Webseite des Zivildienstes zu entnehmen ([www.zivi.admin.ch](http://www.zivi.admin.ch)).

- Für das Online-Training wird ein Teilnahmelink per E-Mail verschickt.
- Sämtliche Informationen zum Kursablauf sowie Details zum Ausbildungszentrum werden zu Kursbeginn vermittelt.
- Im Präsenzunterricht: Unterkunft im Ausbildungszentrum ZIVI in Schwarzsee. Ein Zimmer wird beim Check-in zugeteilt.
- Sofern der Kursort mit dem ÖV nicht bis 09.00 Uhr erreicht werden kann, ist auf Voranmeldung die Anreise am Vorabend möglich.

### **6. Kursdauer**

3 Tage

### **7. Sprache**

Der Kurs wird in Englisch durchgeführt.

### **8. Bereitstellen / Mitnehmen**

- Für den Kurs benötigen Sie einen Computer oder ein Tablet mit Internetverbindung für den Online-Teil (Mobiltelefon ist ungenügend für Online-Training) und eigenes Notizmaterial für den Präsenzunterricht.
- Die Indoor- und Outdoor-Sportanlagen des Ausbildungszentrums stehen in der Freizeit zur Verfügung. Es empfiehlt sich, entsprechende Sportbekleidung mitzunehmen.
- Das Ausbildungszentrum befindet sich auf 1045 m ü.M. Bitte angepasste Kleidung mitnehmen.
- In der Unterkunft des Ausbildungszentrums benötigen Sie Hausschuhe.

## 9. Kursprogramm

Tag	Zeit	Inhalte (werden in Abfolge und Priorität der interaktiven Kursentwicklung angepasst)
Tag 1 Online	08.30 – 12.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundsätzliches zum Verständnis von Sicherheit und Stress und beidseitige Einflüsse</li> <li>• Die Verantwortung für die Sicherheit im Auslandseinsatz</li> <li>• Das EDA Sicherheits-Managementkonzept</li> </ul>
	13.30 – 18.00	<p>Individuelles Arbeiten gemäss Aufgaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbststudium Reisehinweise für Einsatzland</li> <li>• Vorbereitung einer individuellen Präsentation "Länderspezifische Risikofaktoren"</li> <li>• Kontaktaufnahme zur Entsendeorganisation mit spezifischen Fragestellungen</li> <li>• Erstellen einer persönlichen Vorbereitungs- und Abreiseplanung ("To-Do-List")</li> <li>• Klärung von Fragen zur längeren Abwesenheit (Wohnung, Post, Rechnungen, Versicherungen, etc.)</li> <li>• Notieren von auftretenden Fragen zu den Aufgaben</li> </ul>
Tag 2  Ausbildungszentrum ZIVI Schwarzsee	bis 09.00	Anreise
	09.15 – 18.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellen "Länderspezifische Risikofaktoren"</li> <li>• Kultur, Religion und soziale Verhaltensweisen</li> <li>• Kumulativer Stress und Strategien zur Stressbewältigung</li> <li>• Sinnvolle Utensilien für den Einsatz</li> <li>• Planung und Vorbereitung der Abreise mit Sicht auf Sicherheit und Stress</li> <li>• Sicherheit bei der Ankunft und während den ersten Tagen. Besondere Gesundheitsaspekte</li> <li>• Sicherheit im Hotel oder einer Wohnung</li> <li>• Sicherheitsrisiko aggressive Einzelperson</li> <li>• Sicherheitsrisiko Menschenmassen</li> </ul>
Tag 3  Ausbildungszentrum ZIVI Schwarzsee	08.00 – 17.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risiken beim unterwegs sein, Reisen mit dem Auto</li> <li>• Unfallsituationen im Verkehr</li> <li>• Umgang mit offiziellen Autoritäten (Polizei, Grenze, Militär)</li> <li>• Verkehrs- oder Personenkontrolle</li> <li>• Umgang mit Kriminalität</li> <li>• Sicherheitsrisiken mit elektronischen Geräten, bzw. neuen Medien und der virtuellen Welt</li> <li>• Akuter Stress und Emotionale Erste Hilfe (Umgang mit Gewalterlebnissen)</li> <li>• Weitere mögliche Stressfaktoren <ul style="list-style-type: none"> <li>○ a) Nach der Rückkehr eines Einsatzes</li> <li>○ b) Bei Isolierung (Pandemie, Unruhen)</li> </ul> </li> </ul>
	ca. 17.00	Abreise