



Nicola Abler-Rainalter:

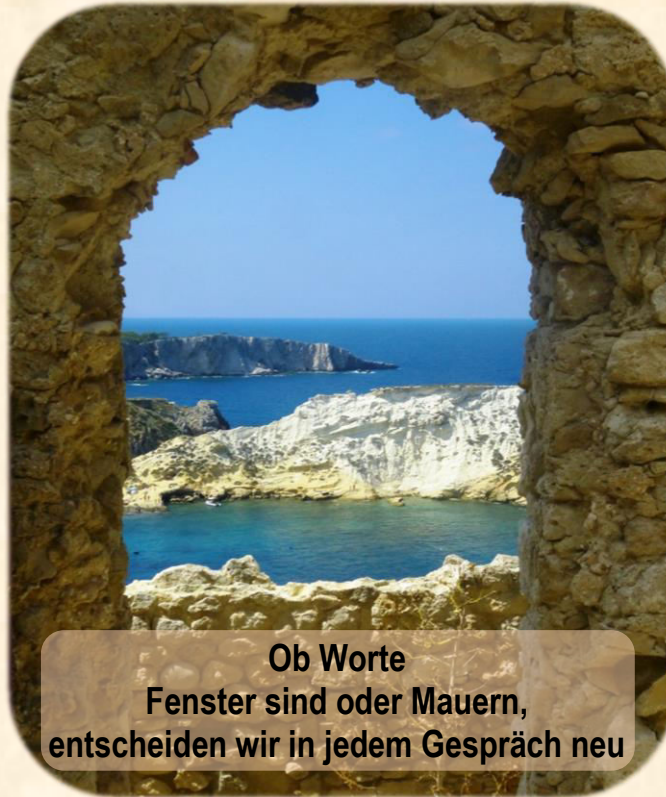
Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation, Lebens- und Sozialberaterin, Umweltberaterin, Umweltpädagogin, Spielpädagogin, Moderatorin, Team- und Projektbegleiterin

Ing. Thomas Abler

Trainer f. Gewaltfreie Kommunikation, Führungsmethodiktrainer, Teamtrainer, Alpinist & Trainer für allg. Kondition, Leitender Luftfahrttechniker, Agency-based TRE Provider

beide:

verheiratet seit 1993,
zwei erwachsene Söhne, Michael und Florian



**Ob Worte
Fenster sind oder Mauern,
entscheiden wir in jedem Gespräch neu**

Kontakt:

Tel.: 0043 7583 6938

Mail: nicola@friedisch.at

http: www.friedisch.at

Adresse: am Stiftsbahnhof 12, 4550 Kremsmünster



**Jahres-
Intensivtraining**

**Gewaltfreie
Kommunikation
tief im Leben verankern**

Februar 2017 bis Jänner 2018

Rohr im Kremstal, OÖ





Dieses Intensivtraining ist etwas für Dich, wenn Du...

- ...die Gewaltfreie Kommunikation vertiefen, festigen und nachhaltig in Deinem Leben verankern möchtest
- ...Dir mehr Souveränität in Gesprächen im Beruf, in der Familie und im öffentlichen Leben wünschst
- ...Mitgefühl nach innen und außen stärker integrieren möchtest
- ...Deine Themen in einer geschützten Gruppe Gleichgesinnter in wertschätzendem, achtsamem Umfeld bearbeiten möchtest
- ...von Trainern mit viel Erfahrung lernen möchtest
- ...Seminartage bei anerkannten Fachverbands- oder CNVC Trainern sammeln möchtest
- ...bereit bist, Dich beim Lernen auch selbst aktiv einzubringen, um durch Erfahrung zu lernen
- ...einen Mix aus Spaß, Tiefe, Leichtigkeit und Intensität genießt

Inhalte/Methoden

Wir vermitteln die Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg nun seit über 10 Jahren, und bilden uns laufend weiter. In diesem Training möchten wir unsere ganze Schatzkiste an Erfahrung und Methoden zur Verfügung stellen, um zu intensivem Wachstum beizutragen:

- ♥ Alltags-Konflikt-Lösungstraining (Alltagsmediation)
- ♥ Arbeiten mit dem Inneren Team
- ♥ Umgang mit starken Gefühlen und herausfordernden Situationen
- ♥ Körperzentriertes Arbeiten in Kombination mit Selbstreflexion, u.a. TRE - Trauma Release Exercises
- ♥ Achtsamkeitspraxis (Elemente aus Robert Gonzales, Meditative Übungen, Einbinden von Naturerfahrung)
- ♥ Üben anhand aktueller lebendiger Fallbeispiele und Rollenspiele in geschütztem Rahmen
- ♥ Gruppendynamik: einbinden neuer Methoden der Entscheidungsfindung - z.B.: Soziokratie, Systemisches Konsensieren, Kreisarbeit u.v.m
- ♥ Strategien für Deeskalation und Entspannung
- ♥ Angebote zum selbstverantwortlichen Üben zwischen den Seminaren
- ♥ Theorie abwechselnd mit spielerischen, erlebnisorientierten Übungen in Einzel-, Paar- und Gruppenarbeit
- ♥ Intensivierung von Empathie nach Innen und Außen
- ♥ Humor, Spiel & Bewegung



Organisatorisches

Dieses Intensivtraining ist anrechenbar für alle GFK-Ausbildungswege. Um die Vorkenntnisse abzuklären, bitten wir um ein telefonisches Vorgespräch.

Anmeldung bitte mittels email oder telefonisch

Kursgebühr: 990,--€

Frühbucherpreis: bei verbindlicher Anmeldung bis 30. Nov. 2016: 870,--€

Der Preis beinhaltet neben dem Seminarbeitrag auch Kursunterlagen, Flipchart-Foto-Protokoll und Impulse für das Üben zwischen den Seminartagen.

Wir sind offen für Austausch, falls Du teilnehmen möchtest, die Finanzierung jedoch eine Hürde darstellt.

Zeiten, Ort,: 8 Samstage – jeweils von 09:30 -18:00 Uhr, Hebammenstudio Claudia, Oberrohr 7, 4532 Rohr/Kremstal, www.hebamme-claudia.at

Ab 8 Teilnehmern werden die Seminare von uns im Co-Training begleitet, bei geringerer TN-Zahl bzw. in Einzelfällen erfolgt die Begleitung durch einen Trainer

Termine:

1. Samstag, 11. Feb. 2017
2. Samstag, 25. Mar. 2017
3. Samstag, 06. Mai. 2017
4. Samstag, 10. Jun. 2017
5. Samstag, 02. Sep. 2017
6. Samstag, 14. Okt. 2017
7. Samstag, 25. Nov. 2017
8. Samstag, 20. Jan. 2018

Reservetermin: Sa, 16. Dez. 2017

"Kleingedrucktes":

Mit der Überweisung der Hälfte des Kursbeitrages ist der Kursplatz reserviert, die zweite Hälfte des Kursbeitrages bitte bis Kursbeginn einzahlen. Bei vorzeitigem Ausstieg aus dem Intensivtraining wird der Gesamtbeitrag nicht retourniert, da dies für uns keine Arbeitersparnis darstellt. In besonderen Fällen sind wir aber gerne bereit, uns über die wechselseitigen Bedürfnisse auszutauschen und nach anderen Lösungen zu suchen