

Aufbautraining in wertschätzender Kommunikation verbunden mit Achtsamkeitspraxis ehrlich – echt – achtsam

Intensivtraining für Fortgeschrittene der Gewaltfreien Kommunikation®

6.-11. August 2010

in Schloss Wasmuthhausen bei Coburg

Für Menschen, die die Gewaltfreie Kommunikation in einer lebendigen Gemeinschaft leben möchten. Wir wünschen uns Teilnehmende, die die GFK bereits grundlegend kennen gelernt und regelmäßig erweitert haben, wie z.B. in Basisausbildung und Trainingsgruppen, und die mit ganzheitlichen Elementen ihre Erfahrungen ausbauen und tiefer integrieren möchten.

Aus eigenen Erfahrungen im Umgang mit GFK haben Sie gelernt, „echt“ statt „nett“ zu sein, sich aufrichtig für sich selbst einzusetzen und dabei die Anliegen der Gruppe zu respektieren. Sie üben sich weiter daran, Freiheit und Verbindung zu vereinen.

Das Einbeziehen von Körperarbeit wie Bewegung, Focusing, Achtsamkeitsübungen und HerzKreis-Training ermöglicht, die Selbstwahrnehmung zu schärfen und tiefer in die Haltung der GFK einzutauchen.

Inhalte

Dieses Training bietet gleichzeitig Raum für strukturiertes und prozessorientiertes Arbeiten:

- Trainieren an persönlichen Themen der Teilnehmenden
- Arbeit mit inneren Anteilen
- Feindbilder wandeln
- innere Prozesse mit dem GFK-Tanzparkett weiter bearbeiten
- respektvoll reagieren mit schneller Zunge
- Glaubenssätze und Denkmuster überprüfen und lebensdienlich wandeln
- Achtsamkeitsübungen, die die empathische Haltung durch Verbindung von Körper, Seele und Geist fördern
- Entspannung und Präsenz
- Aufbau von Resonanzfähigkeit
- die Lebensenergie der Bedürfnisse weiter entfalten
- Gruppenprozesse und Entscheidungen
- Trainer-Feedback einholen zum eigenen Entwicklungsstand
- von Herzen Mensch sein und das Leben feiern



Gabriele Lindemann

Leistnerweg 4
90491 Nürnberg
Telefon +49 (0)9 11/59 97 48
Telefax +49 (0)9 11/59 97 65
lindemann@menschenundziele.de
www.menschenundziele.de



Arbeits- und Ruhezeiten

Ausgiebige Mittagspausen ermöglichen, Empathie und Achtsamkeit alleine oder in Gemeinschaft zu genießen – im Wellnessbereich, im Garten oder den rundum gelegenen Wiesen und Wäldern. Am Abend gibt es Raum für freie Ideen, entspannende Einheiten oder gezielten Austausch. Seminarzeiten circa 9:00 – 13:00 und 15:00 – 18:00 Uhr

Ort und Zeit

Schloss Wasmuthhausen
Schlossberg 18, 96126 Maroldswisach
Tel. 09567/208 Fax: 09567/500
www.schloss-wasmuthhausen.de
Freitag, 06. August 2010 bis Mittwoch, 11. August 2010
Beginn und Ende: 17:00 Uhr

Anreise

erfolgt individuell in eigener Verantwortung. Auf Wunsch können Fahrgemeinschaften gebildet werden, wenn Sie zu diesem Zweck der Weitergabe Ihrer Anschrift zustimmen.

Rundum wohlfühlen

Die Vollpension beinhaltet ein reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet, ein dreigängiges Mittagmenü sowie heiße Pausengetränke in freier Auswahl.

Umgebung

Das „Schloss Wasmuthhausen“ liegt idyllisch und absolut ruhig im sanften Hügelland zwischen Würzburg und Coburg und zeichnet sich aus durch:

- helle Wohnbereiche und eine behagliche Ästhetik
- vegetarische Küche – zwischen Nouvelle Cuisine und gesunder Vollwertküche
- Sauna, Whirlpool
- einen mit liebevoller Mühe gewachsenen Garten, der mit romantischen Plätzen ein Ambiente bietet, das die Seele nährt




Leitung

Gabriele Lindemann, Assistenz Uwe Lindemann, ab 10 Teilnehmenden mit Gasttrainerin Deborah Bellamy für einen Tag. Die Trainingstage können in der Zertifizierung durch das Center for Nonviolent Communication eingebracht werden.

Investition

bei Anmeldung **bis zum 28.04.10** beträgt die Kursgebühr EUR 490,00 incl. MwSt., danach EUR 550,00. Unterkunft und Verpflegung pro Person und Tag incl. Vollpension: im Zimmer mit Etagendusche EZ 60, DZ 54, Dreier 49 - mit Du/WC in begrenzter Anzahl: EZ 75, DZ 67 EUR. **Bitte reservieren Sie die Zimmer frühzeitig** direkt im Seminarhaus bei Frau Bauer, Tel. 09567/208.

Die Trainingsbegleitung

		
<p>Gabriele Lindemann Seminarleitung</p> <p>Kommunikations- u. Management-beraterin, Autorin, Moderatorin. Mediation, Focusing, Systemisches Coaching, NLP, zertifizierte Herzkreis-trainerin / INAPS. Erfahrung mit GFK über 10 Jahre, seit 2004 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation / CNVC.</p> <p>„Die Gewaltfreie Kommunikation hat mein Leben sehr bereichert und ist deshalb zum Schwerpunkt meiner Arbeit geworden. Ich freue mich mit jedem Menschen, der damit ein Stück Leichtigkeit, Handlungsfähigkeit und Lebensfreude gewinnt – und seine Einzigartigkeit entdeckt und weiter entfaltet.“</p>	<p>Uwe Lindemann Assistenz</p> <p>Consultant für IT und SAP, mehrjährige Erfahrung mit Gewaltfreier Kommunikation, NLP-Master-Practitioner.</p> <p>„Die Gewaltfreie Kommunikation hat mir die Scheu vor Konflikten genommen, ich kann jetzt gelassener damit umgehen. Das wirkt sich auch auf meine gesamte Lebensqualität aus. In Projekten und auch in der interkulturellen Zusammenarbeit hilft sie mir, meine Kollegen besser zu verstehen und mehr Klarheit zu erreichen.“</p>	<p>Deborah Bellamy Gasttrainerin</p> <p>Kommunikationstrainerin aus Wien, Beraterin in der Erwachsenenbildung, Firmen, Organisationen. Ganzheitliche Lernmethoden, Suggestopädie, G.I.M. Musikzentrierte Psychotherapie. Erfahrung mit GFK seit 13 Jahren, seit 2003 zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation / CNVC.</p> <p>“Jeder Mensch ist einzigartig und einmalig und kann in jedem Moment seines Lebens damit beginnen, seinen eigenen Wert anzuerkennen und eine positive Zukunft für sich selbst und andere gestalten.“</p>

Ausrüstung

Bequeme Kleidung, Socken oder Hausschuhe für den Seminarraum, festes Schuhwerk und leichter Rucksack für Spaziergänge. Saunazubehör, CDs, DVDs nach Belieben.

Informationen

Alle Informationen zum Aufbautraining beantwortet Gabriele Lindemann, Tel. 0911/599748.
Zum Aufenthalt und der Zimmerbuchung wenden Sie sich bitte direkt an Frau Milena Bauer, Tel. 09567/208.

Rücktritts- und Absageregelung:

Ihre schriftliche Anmeldung ist verbindlich, mit Überweisung der Anzahlung von EUR 150,00 reservieren wir Ihnen einen Platz.

Der Rest wird spätestens 15 Tage vor Beginn des Trainings fällig. In begründeten finanziellen Notsituationen möchte ich gerne mit Ihnen über Möglichkeiten der Ermäßigung sprechen. Diese sind auch an der Anzahl der Teilnehmenden orientiert.
Bankverbindung: Wüstenrot Bank, BLZ 604 200 00, Gabriele Lindemann, Konto Nr. 9 601 605 632

Sie können bis vier Wochen vor Seminarbeginn kostenfrei zurücktreten, bezahlte Gebühren werden dann abzüglich einer Aufwandsentschädigung von EUR 50,00 erstattet. Nach diesem Termin werden 50 % der Trainingskosten fällig, und 15 Tage vor Veranstaltungsbeginn fällt die volle Kursgebühr an.

(Teil-)Rückzahlung wegen Krankheitsfall ist nicht möglich, denn wir sind auf sichere Einnahmen angewiesen. Gleichzeitig möchten wir niemanden finanziell unnötig belasten, der kurzfristig z.B. aus Krankheitsgründen nicht teilnehmen kann. Deshalb akzeptieren wir gerne ohne weitere Kosten eine/n Ersatzteilnehmende/n. Sollten Sie dabei Schwierigkeiten haben, setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung, damit wir gemeinsam nach einer Lösung suchen können, die sowohl Ihre als auch unsere Bedürfnisse berücksichtigt.

Der Abschluss einer (Reise-)Rücktrittsversicherung kann Ihr Risiko decken, z.B. im Krankheitsfall. Bitte erkundigen Sie sich in Ihrem Reisebüro oder im Internet, z.B. www.travel-card.org

Bei weniger als 8 Anmeldungen behalten wir uns vor, das Seminar abzusagen. Ihre Zahlung wird dann selbstverständlich in voller Höhe zurück überwiesen.

Gabriele Lindemann

Leistnerweg 4
90491 Nürnberg
Telefon +49 (0)9 11/59 97 48
Telefax +49 (0)9 11/59 97 65
lindemann@menschenundziele.de
www.menschenundziele.de



Anmeldung

Für das **Aufbautraining in wertschätzender Kommunikation „Ehrlich – echt – achtsam“**
einschließlich Übernachtung und Vollpension von Freitag, 06.08. bis Mittwoch 11.08.2010

Menschen und Ziele
Gabriele Lindemann
Leistnerweg 4
90491 Nürnberg

oder Fax 0911 / 599765

- Ich melde mich verbindlich an für das „Aufbautraining in wertschätzender Kommunikation“. Die Seminarinformationen und Rücktrittsregelung habe ich gelesen und erkenne sie an. Die Anzahlung von EUR 150,00 habe ich auf das angegebene Konto überwiesen.
- Ich bestätige mit meiner Unterschrift, dass ich mich während des Trainings voll verantwortlich für mich verhalten kann und an keiner (psychischen) Krankheit, Drogenabhängigkeit oder Sucht leide, die meine Verantwortlichkeit mindern könnte.
- Ich bin einverstanden, dass meine Adresse zur Bildung von Fahrgemeinschaften weitergegeben wird.

Name, Geburtsjahr:

Straße, PLZ/Ort:

Telefon Geschäft / Privat:.....

E-Mail:

Datum, Unterschrift:

Von diesem Angebot habe ich erfahren durch

Ich habe folgende GFK-Trainings besucht (TrainerInnen, Tage, Datum)

Im Notfall möchte ich, dass folgende Person benachrichtigt wird (Name, Telefon, Mobil)

--

Gabriele Lindemann

Leistnerweg 4
90491 Nürnberg
Telefon +49 (0)9 11/59 97 48
Telefax +49 (0)9 11/59 97 65
lindemann@menschenundziele.de
www.menschenundziele.de

