



## GFK- SOMMERINTENSIVTRAINING: DO IT YOURSELF! - SPIELERISCH GFK ÜBEN UND VERTIEFEN

mit Deborah Bellamy und Gabriele Grunt

14.-18. August 2024 in Rastenberg (NÖ) – Österreich

*Was möchtest du üben? In diesem Seminar kannst du selbst wählen und gestalten, an welchen Themen du vertiefend üben möchtest. Du bringst deine Beispiele, wir bringen die Übungsmaterialien, Erfahrung und Spiele, mit denen wir dich unterstützen und begleiten. Mit Leichtigkeit und viel Humor werden wir gemeinsam ganz bewusst mit GFK das Handlungsspektrum erweitern und die Qualitäten in unser Leben bringen, von denen wir träumen.*

Das Seminar ist für all jene gedacht, die bereits Erfahrung mit GFK haben, und ihre Fähigkeiten und Haltung vertiefen möchten – zur persönlichen Weiterentwicklung genauso wie für alle, die selbst als TrainerIn, Coach, TherapeutIn, etc. arbeiten und ihre Fähigkeiten GFK zu vermitteln weiterentwickeln wollen.

**Die Lichtung** liegt im Waldviertel in herrlicher Natur, mit nahegelegem Badensee und einem wunderschönen Seminarpavillon und wird für dieses Seminar nur unsere Gruppe beherbergen.

### Mögliche Themen und Übungsfelder

- Verständnis, Vertrauen und Verbindung zu mir selbst aufbauen bzw. vertiefen
- Kraft und Handlungsspielraum in mir finden, auch in herausfordernden Situationen
- Mehr Unabhängigkeit von äußeren Einflüssen - Vertrauen in meine Intuition
- tieferes Verständnis und Klarheit darüber, was meine Bedürfnisse in meinem Leben wirklich erfüllt
- Experimentieren mit verschiedenen Wegen
- Leadership für mein Leben übernehmen, indem ich klare Entscheidungen treffe und mein Umfeld aktiv gestalte
- Bewusstheit darüber, welche Auswirkungen meine Entscheidungen auf Andere haben
- Respekt für Verschiedenheit, Konflikte leicht machen für mich und andere
- Bewusst Dialoge führen
- Walk your talk - bei dem, was du tatsächlich tust und sagst

Zwei erfahrene GFK-Trainerinnen begleiten deine Lernprozesse mit Bewegung, Musik, künstlerischen Aktivitäten und der GFK-Haltung.

**Voraussetzung:** Mindestens 2 Tage GFK-Training

### Finanzieller Beitrag:

€ 690 – 1.300,- für 4 Seminartage mit 2 Trainerinnen (nach individueller Selbsteinschätzung und innerer Bereitschaft – wir bitten um den höchstmöglichen Beitrag, den du von Herzen gern gibst)

Bei Übernahme der Kosten durch den/die ArbeitgeberIn: € 1.250,-

Bei Übernahme der Kosten durch (Arbeits-)Stiftungen, gemeinnützige Vereine u.ä. € 990,-

Plus Kosten für die Unterkunft: [www.die-lichtung.at](http://www.die-lichtung.at)

Mit der Einzahlung eines höheren Beitrags oder eines Extrabeitrags kannst du die Teilnahme anderer Personen finanziell unterstützen.

Es fällt keine USt an lt Kleinunternehmenregelung.

**TN-Zahl:** 12 – 24

**Ort:** Seminarhaus Die Lichtung [www.die-lichtung.at](http://www.die-lichtung.at), 3532 Rastenbergl 2

**Information:** [kontakt@echt.info](mailto:kontakt@echt.info), 0650 5367821 Gabriele Grunt

**Anmeldung:** per Anmeldeformular auf [www.echt.info](http://www.echt.info)

### Rücktrittsbedingungen & Datenschutzerklärung:

[www.echt.info](http://www.echt.info), [www.gewaltfrei-deborah.at](http://www.gewaltfrei-deborah.at)

## Trainerinnen:



**Deborah Bellamy**, zertifizierte Trainerin für *Gewaltfreie Kommunikation* (Center for Nonviolent Communication)

Co-Gründerin des Netzwerks Gewaltfreie Kommunikation Austria.  
Soft skills Consultant Erwachsenenbildung seit 1991



**Mag. Gabriele Grunt**, zertifizierte Trainerin für *Gewaltfreie Kommunikation* (Center for Nonviolent Communication)

seit 1998 Trainerin in der Erwachsenenbildung, Konzeption von Bildungsprogrammen für Schulen und außerschulische Bildungseinrichtungen mit den Schwerpunkten Fremd- und Feindbilder, kooperatives und interkulturelles Lernen.