

kutschera
resonanz[®]
methode

neue
lernstrategien
erfolgreich lernen
und sinn finden

familie
schule

institutkutschera
Kommunikation in Resonanz



dr. gundl kutschera

Dr. Gundl Kutschera ist Soziologin, klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Lehrcoach, Psychotherapeutin, Lehrsupervisorin, Keynote-Speakerin, Universitätslektorin in Europa und den USA und Autorin mehrerer Sachbücher. Sie brachte nach ihren Spezialausbildungen in Hypnotherapie, Familientherapie und Gestalttherapie in der USA als eine der ersten die neuen, revolutionären psychotherapeutischen Ansätze in den deutschsprachigen Raum. Im Jahr 1982 gründete sie das Institut Kutschera für Persönlichkeitsbildung und entwickelte die Kutschera-Resonanz® Methode. Heute ist das Institut Kutschera eine der größten **anerkannten Weiterbildungsstätten** in Österreich, Deutschland, Schweiz und Rumänien. Das Netzwerk umfasst über 50 hochqualifizierte und selbstständige **Kutschera-Resonanz® TrainerInnen** und Coaches.

das institut kutschera

In über 1000 Projekten mit mehr als 25.000 TeilnehmerInnen in den Bereichen Führungskräfte-schulung, Begleitung von Gesundheitsprozessen, Entwicklung von individuellen Talenten und Mentaltraining im Bereich Spitzensport und Pädagogik wurde die Kutschera-Resonanz® Methode bereits erfolgreich angewandt.

In den Aus- und Weiterbildungen achtet das Institut auf lebendiges Lernen und praxisorientierte Umsetzung von Wissensvermittlung. Die Lehrinhalte basieren dabei auf den neuesten Erkenntnissen aus Neurobiologie, Psychologie, Bildungs- und Gesundheitsforschung, Kommunikationswissenschaften, Ökologie, Spiritualitäts- und Resilienz-forschung.

die Kutschera-Resonanz® Methode:

Die Kutschera-Resonanz® Methode macht die aktuellsten Erkenntnisse der **Gehirnforschung und Kommunikationstheorie** für zielorientiertes Denken und Handeln nutzbar. Dabei wird die emotionale Intelligenz mit dem logischen Denken verbunden.

das resonanz®-prinzip

Der Begriff **Resonanz** stammt aus der Physik und bedeutet, dass Schwingungen im Gleichklang sind – so ist eine optimale Wechselwirkung zwischen Systemen möglich. Man kann dies mit einem Orchester vergleichen, das aus Instrumenten verschiedener Eigenschwingungen zusammen gesetzt, einen Wohlklang im Zusammenspiel erzeugen kann. Genauso können wir mit anderen Menschen unsere Vielfalt an Gefühlen, Gedanken und Handlungen leben und gleichzeitig unsere Eigenschwingung behalten. Resonanz heißt also, mit sich und seinem Umfeld in Einklang sein, so dass ganzheitliche Gesundheit und gleichwertiges Miteinander möglich wird.

entdecken sie ihre potenziale:

In der Kutschera-Resonanz® Methode werden **Lehre, Forschung und Praxis** verbunden und angewandt. Es wird davon ausgegangen, dass jeder Mensch eine einzigartige Schwingung/Resonanz hat, die aber oft im Laufe des Heranwachsenden verschüttet wird. Wird die natürliche Schwingung im Menschen wieder freigelegt, dann können Talente entfaltet und erfolgreich mit sich selbst und anderen gelebt werden.

finden sie neue perspektiven:

Mit der Kutschera-Resonanz® Methode entdecken Sie, die **unterbewussten Ebenen und die Ganzheit Ihrer Möglichkeiten**. Sie lernen die unbewussten Kapazitäten ihres Gehirns bewusst zu nutzen, um damit Ihre Ziele erfolgreich und mit Begeisterung zu erreichen.

Das Institut Kutschera ist ein in Österreich anerkannter Bildungsträger. Aktuelle Informationen über Förderungen erhalten Sie auf unserer Website www.kutschera.org.

Die Inhalte und Anforderungen der Ausbildung entsprechen den Kriterien und Richtlinien des:

- + **John Grinder "Quantum Leap"** (Co-founder of nlp)
- + **IANLP** (International Association of nlp)
- + **ÖVNLP** (Österreichischer Dachverband für nlp)
- + **DVNLP** (Deutscher Verband für nlp)
- + **SWISS NLP** (Verband Swiss NLP)

zertifizierungen:

- + **ISO 9001:2015**
- + **NÖ-Cert**
- + **OÖ EBOS**

institutkutschera

Kommunikation in Resonanz

unsere kinder – knospen von heute und blüten von morgen

instituts-forschung

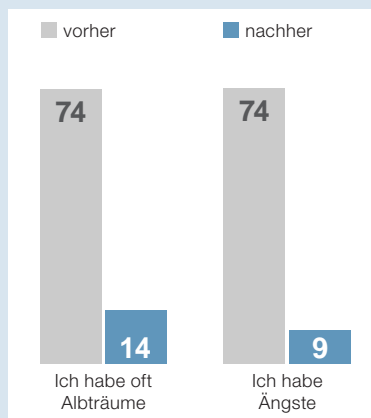
Ergebnisse, in Prozenten, unserer wissenschaftlichen auswertungen

mit zuversicht in die zukunft:

„Ich habe oft Alpträume“
sinkt um 60%

„Ich habe Ängste“
sinkt um 65%

„Ich freue mich auf das Erwachsenwerden“
steigt um 14% (von 46% auf 60%).

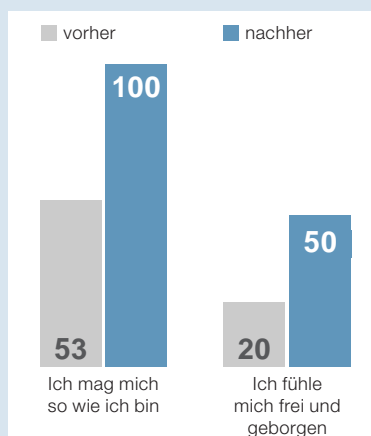


eigenverantwortung drogenprävention:

„Ich mag mich so wie ich bin“
steigt um 47%

„Ich fühle mich als Kind frei und geborgen“
steigt um 30%

„Mich kann kaum etwas aus der Ruhe bringen“
steigt um 15%



Die Anforderungen an **Familien und Schulen** heutzutage sind enorm! Familien und Schulen sind konfrontiert mit Neuerungen wie Smartphones, Internet und Social Media wie Facebook, Computerspiele, Migration, psychosomatischen Erkrankungen, Mobbing/Bullying, Essstörungen, Scheidungen, Patchworkfamilien etc. ... Um mit all dem zurechtzukommen und dabei auch noch Lebensqualität und Gesundheit zu erhalten, braucht es einen Kulturwandel in Familien und Schulen mit neuen Rollenbildern und neuen, gehirngerechten Lernstrategien.

Gehirnforscher machen es deutlich: Fachwissen allein ist nicht genug. Es bedarf Begeisterung, Weisheit und Intuition, um Fachwissen erfolgreich anzuwenden zu können. Dazu müssen verborgene **Fähigkeiten und Talente** entdeckt und entfaltet werden. Jedes Kind und jeder Mensch hat eine individuelle Begabung. Für unsere Zukunft und den geforderten Kulturwandel ist es wesentlich, dass jeder Mensch diese Begabung im Alltag umsetzen kann. Nur dann sind persönliche Bestleistung sowie Freude in Schule, Beruf und Familie möglich.

Wenn **Kinder** stark sind – dann werden sie gesund und erfolgreich sein.

Wenn **Schule** ein Ort ist, wo jeder gerne hinget – dann werden sich alle gut entwickeln.

Wenn **Eltern, LehrerInnen und Kinder** zusammenarbeiten und lernen, wie sie sich **gegenseitig motivieren**, ihre Begeisterung und ihre Talente zu leben, gestalten sie gemeinsam Familien und Schulen, in denen alle **gerne leben und lernen**.

nachhilfe für kinder + jugendliche

kinder bis 11 jahre

Unser Angebot:

- + Laufende Gruppen
- + Einzelcoaching
- + Vorträge
- + Feriencamps
- + Aus- und Weiterbildungen für Kommunikation in Resonanz (siehe www.kutschera.org)

Entdecke deinen inneren Funki!

Dein Funki hilft dir, Erfolgserlebnisse und gute Noten zu erreichen und dich in der Schule mit deinen Freunden und zu Hause mit deinen Eltern wohl zu fühlen.

Wir begleiten dich, damit du ...

- + mit Spaß und Leichtigkeit lernst
- + motiviert und konzentriert bist
- + Freude an deiner persönlichen Bestleistung findest
- + deine Potenziale entdeckst
- + Ängste und Lernschwierigkeiten abbaust

mehr **informationen**
zu angeboten in ihrer region
und **anmeldungen**

Tel. +43 1 597 50 31
office@kutschera.org
www.kutschera.org
 [institut.kutschera](https://www.facebook.com/institut.kutschera)

jugendliche

Unser Angebot:

- + Laufende Gruppen
- + Einzelcoaching
- + Teenie- und Jugendseminare
- + Vorträge
- + Feriencamps
- + Aus- und Weiterbildungen für Kommunikation in Resonanz (siehe www.kutschera.org)

Entdecke deine Motivation und Bestleistungen mit dem inneren Lerncomputer. Und finde Sinn in dem, was du tust.

Wir begleiten dich, damit du ...

- + innerliche Stärke aufbaust
- + Ängste und Aggressionen löst
- + deine Motivation und Konzentration stärkst
- + Spaß am Lernen findest
- + deine Talente und Begeisterung entdeckst und nutzt
- + Sinn für Schule, Studium, Beruf und Beziehung findest
- + Konfliktstrategien entwickelst
- + deine Prävention gegen Drogen, Süchte, Sekten und Mobbing entdeckst
- + herausfindest, was Freundschaft und Teamfähigkeit bedeutet

balancetraining für eltern + paare

eltern

Unser Angebot:

- + Einzelcoaching/Beratung
- + Laufende Gruppen
- + Vorträge & Seminare
- + Aus- und Weiterbildungen für Kommunikation in Resonanz (siehe www.kutschera.org)

Wir unterstützen Sie, mit Ihren Kindern, Ihrer Partnerschaft und mit sich selbst glücklich und zufrieden zu sein und gegenseitig Ressourcen zu entdecken.

- + Erfahren Sie, wie Sie Ihre Kinder unterstützen können, ihre Talente zu entfalten und wie Sie ihnen klare Grenzen setzen und sie dabei ein „Nein“ ertragen lernen, damit sie motiviert und konzentriert die Schule meistern.
- + Lernen Sie inneres Stressmanagement & entdecken Sie in Work-Life-Balance zu leben.
- + Finden Sie wieder Freude an Ihrer persönlichen Bestleistung und Ihrer innere Stärke.
- + Entdecken Sie, wie Sie gemeinsam mit Ihren Kindern ein Zuhause gestalten, in das jeder gerne heimkommt.
- + Spüren und genießen Sie gemeinsam mit Ihrem/Ihrer PartnerIn wieder die Schmetterlinge im Bauch.

partnerschaft

Unser Angebot:

- + Einzelcoaching/Paartherapie
- + Regelmäßige Themenworkshops
- + Paar-Seminare
- + Familien- und Themenaufstellungen
- + Aus- und Weiterbildungen für Kommunikation in Resonanz (siehe www.kutschera.org)

Erfahren Sie, wie Sie langfristig eine glückliche, erfüllte und tiefe Beziehung führen.

- + Entdecken Sie, wie Sie miteinander frei und geborgen leben.
- + Lernen Sie mit Konflikten konstruktiv umzugehen und Krisen zu bewältigen.
- + Entdecken Sie, wie man sich miteinander frei und geborgen fühlt und die anderen so sein lässt, wie sie sind.
- + Spüren Sie wieder gemeinsam Intensität und begehren Sie sich immer wieder neu.

mehr **informationen**
zu angeboten in ihrer region
und **anmeldungen**

Tel. +43 1 597 50 31
office@kutschera.org
www.kutschera.org
 [institut.kutschera](https://www.facebook.com/institut.kutschera)

weiterbildung und impulse für schule + pädagogInnen

pädagogInnen

Unser Angebot:

- + Einzelcoaching/Beratung
- + Vorträge zu neuen Lernstrategien
- + Aus- und Weiterbildungen
- + Supervision und Weiterbildungen (siehe www.kutschera.org)

In unseren Aus- und Weiterbildungen und Einzelcoachings erlernen Sie praktische Werkzeuge, die Ihnen das Unterrichten erleichtern.

- + Lernen Sie, neue Team- und Konfliktlösungsstrategien und wie Sie Ängste und Aggressionen schnell abbauen.
- + Erfahren Sie, wie Lernstrategien nach den neuesten Erkenntnissen der Gehirnforschung die Motivation und Konzentration der Kinder fördern.
- + Entdecken Sie, wie Sie sich auch in schwierigen Situationen authentisch präsentieren.

schulen

Unser Angebot:

- + Vorträge zu neuen Lernstrategien
- + „Create“ - Vortrag für SchülerInnen der Oberstufe
- + Personalisierte Angebote auf Ihre Anfrage

In unseren Vorträgen und Schultrainings wird „erfolgreiches Lernen macht Spaß“ in der Praxis erlebbar gemacht.

- + Entdecken Sie, wie Motivation, Begeisterung, Konzentration, Team- und Konfliktmanagement lehr- und lernbar wird.
- + Das Institut Kutschera führt Projekte in Österreich, Deutschland und der Schweiz durch.
- + Über 100 Schulklassen und Kindergärten wurden bereits mit unserem Programm „Lernen in Resonanz“ geschult.

mehr **informationen**
zu angeboten in ihrer region
und **anmeldungen**

Tel. +43 1 597 50 31
office@kutschera.org
www.kutschera.org
 [institut.kutschera](https://www.facebook.com/institut.kutschera)

die professionelle aus- und weiterbildung

Gute Kommunikation und Beziehung sind lehr- und lernbar. Das Lernen von Selbst- und Sozialkompetenz ist die beste Strategie, um Druck und Stress in laufenden Veränderungsprozessen gestärkt zu begegnen. Mit dem Abschluss des Kutschera-Resonanz® Coachs und des Kutschera-Resonanz® Masters können Sie unsere weiterführenden Ausbildungen besuchen: Kinder/Jugend/Eltern-Coach, Mental- und Talente-Coach, Coach für ganzheitliches Gesundheitsmanagement, System-Coach, Lebens- und Sozialberatung, Trainer.

Unsere Ausbildungen – Ihr erster Schritt zu einem universitären Abschluss! Aufbauend auf unseren Lehrgängen können Sie einen akademischen Hochschullehrgang absolvieren.

das kutschera-resonanz® ausbildungssystem

