



+ wir über uns



Dr. Gundl Kutschera
Leitung, Geschäftsführung,
Qualitätssicherung, Trainingsdesign

Soziologin, klinische Psychologin,
Psychotherapeutin, Lehrcoach,
Lehrsupervisorin. Autorin mehrerer Bücher.
Seit 1974 Trainerin, Vortragende und
Universitätslektorin in Europa und den
USA. Begründerin der Resonanzmethode®
und des Ausbildungsinstituts.

Resonanzteam

Zum Resonanzteam gehört ein internationales Netzwerk von ResonanztrainerInnen. Sie sind Spezialisten auf verschiedensten fachlichen Gebieten (Wirtschaft, Pädagogik, Gesundheit) und haben jährlich verpflichtende Weiterbildungen.

Resonanz-Stiftung

Seit 1986 wird die Lehr- und Forschungsarbeit des Instituts Kutschera ergänzt durch die Grundlagenforschung der von Dr. Gundl Kutschera gegründeten und finanzierten Resonanz-Stiftung. Das Ziel ist, wissenschaftlich zu erforschen, wie Gesundheit und Erfolg in Zusammenhang stehen und wie Selbst- & Sozialkompetenz gelehrt und gelernt werden können.



+ resonanzmethode®

Das Institut Kutschera arbeitet mit der Resonanzmethode®, die Dr. Gundl Kutschera 1974 begründet und kontinuierlich weiterentwickelt hat.

Resonanz ist ein Begriff aus der Physik und besagt, wie örtlich getrennte Gegenstände gemeinsam schwingen können. Die Resonanzmethode® zeigt, wie man mit sich und seinem Umfeld in Einklang sein kann.

Erfolgreich sind wir, wenn wir innerlich stark und ausgeglichen mit Vertrauen in die Zukunft gehen.

In der Resonanzmethode® werden Lehre, Forschung und Praxis verbunden und in zahlreichen Tätigkeitsbereichen (Kinder, Jugend, Familie, Gesundheit, Business, Ausbildung, Regionalentwicklung und interkulturelle Zusammenarbeit) angewandt.

Mit der Resonanzmethode®

entdecken Sie
Ihre verborgenen und wenig gelebten Fähigkeiten, diese neu einzusetzen und gesund Erfolge mit KollegInnen und Familie zu leben.

erreichen Sie
+ mehr Lebensqualität - Work Life-Balance
+ mehr Eigenverantwortung - authentisch präsentieren und entscheiden
+ mehr Gesundheit durch gelebte Gefühle
+ neue Rollenbilder in privaten und beruflichen Bereichen

profitieren Sie
von unserer Erfahrung aus über 1.000 erfolgreichen Projekten und mit mehr als 18.000 TeilnehmerInnen in den Bereichen Business, Persönlichkeitsbildung und Ausbildungsprogrammen seit 1974 und einem Netzwerk von über 100 selbständigen ResonanztrainerInnen.

kinder und jugendliche meistern erfolgreich die schule und gehen mit vertrauen in die zukunft

Information und Beratung
A-1060 Wien, Eisevogelgasse 1/1
T +43(0)1 597 5031 Fax DW 44
E-Mail: office@kutschera.org
www.kutschera.org

institutkutschera
Kommunikation in Resonanz

institutkutschera
schule

lernen in resonanz

LehrerInnen, Eltern und Schüler gestalten gemeinsam eine Schule, in die jeder gerne kommt und stolz auf erreichte Leistungen ist

+ Lernen in Resonanz: erfolgreich in der Schule - sich selbstbewusst präsentieren

Indem wir Kinder innerlich stark und ausgeglichen machen, werden jegliche schulische Leistungen und soziale Beziehungen verbessert.

Wir bieten Unterstützung

Ein qualifiziertes Team, erreicht mit Hilfe von neuesten Erkenntnissen aus der Gehirnforschung, Lösungen und Verbesserungen bei:

- Null Bock - keine Lust
- Abtauchen in virtuelle Welten (Computer, Fernseher etc.)
- Schüchternheit
- Geringe Frustrationstoleranz
- Hochbegabung und Impulsivität
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Lernschwächen (z. B.: Rechtschreib- und Rechenschwäche)
- Gesundheitlichen Problemen (z. B.: Autoimmun- oder Autoaggressionsreaktionen)
- Ängsten und Alpträumen
- ADS und ADSH

Inhalt & Nutzen

- + Gute Schulnoten, -abschlüsse werden leicht möglich
- + Neue, erfolgreiche Lernstrategien finden
- + Schüchternheit überwinden - sich selbstbewusst präsentieren
- + Innerlich stark und ausgeglichen sein
- + Vorbeugung gegen Süchte, Mobbing und Bullying
- + Richtige Schule, Studium, Beruf finden
- + Herausfinden was Freundschaft heißt
- + Respektvolles Miteinander mit Eltern, LehrerInnen und FreundInnen

Vorgehensweise

Durch die von der Resonanzforschung entwickelten, neuen Lerntechniken (z. B.: Innerer Lerncomputer), lernen Kinder, in einem Rahmen von Interesse & Würdigung, gegenseitig ihre Schätze zu entdecken und im schulischen Alltag erfolgreich zu nutzen, sodass Selbstbewusstsein und innere Potenziale freigelegt werden.

Evaluierung der Ergebnisse

Die Ergebnisse unserer Arbeit mit Kindern/Jugendlichen werden seit Jahren wissenschaftlich evaluiert. Dadurch können wir wiederholbare und vorhersagbare Ergebnisse erzielen.

Angebote für Kinder/Jugendliche:

- Einzelgespräche
- Gruppen
- Projekte für Schulklassen

Angebote für Eltern und LehrerInnen und allen, die mit Kindern zu tun haben:

Gesund, sicher und mit Freude Kinder und Jugendliche erfolgreich in ihrer Entwicklung unterstützen

Dazu bieten wir:

- laufende Gruppen
- Fachausbildung zum Kinder- und Jugendcoach

Gerne beraten wir Sie in einem persönlichen Gespräch, welche Programme für Sie und Ihre Kinder in Ihrer Region angeboten werden.

+ ergebnisse unserer wissenschaftlichen auswertungen

+ Mit Zuversicht in die Zukunft

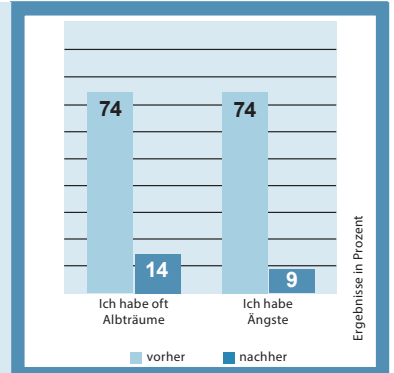
„Kinder, die innerlich gefestigt sind haben das Vertrauen, den eigenen Platz in der Zukunft zu finden.“

Wir können unseren Kindern keine Garantie für feste Arbeitsplätze in der Zukunft geben. Wir können ihnen nur helfen, dass sie innerlich ausgeglichen und gefestigt sind, denn nur dann haben sie das Vertrauen, den eigenen Platz in der Zukunft finden zu können.

„Ich habe oft Alpträume“ sinkt um 60% (Grafik).

„Ich habe Ängste“ sinkt um 65% (Grafik).

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



+ Eigenverantwortung - Drogenprävention

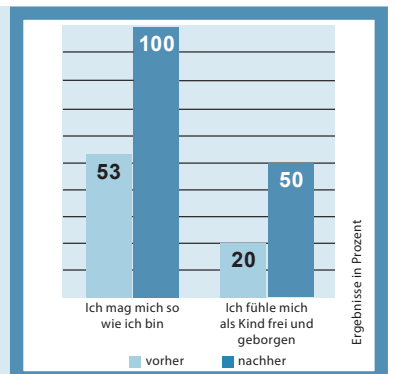
„Wenn sich Kinder in ihrem Körper wohl und ausgeglichen fühlen, steigt ihr Selbstwert und in weiterer Folge auch die Selbst- und Sozialkompetenz.“

Diese Kinder/Jugendliche sind dann nicht mehr auf das Feedback und die Anerkennung anderer angewiesen, um Entscheidungen treffen zu können sondern wissen selbst, was ihnen gut tut und was nicht.

„Ich mag mich so wie ich bin“ steigt um 47% (Grafik).

„Ich fühle mich als Kind frei und geborgen“ steigt um 30% (Grafik).

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



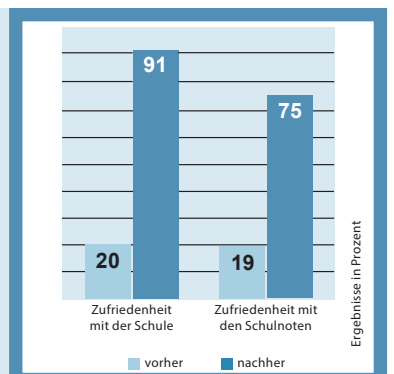
+ Optimaler Leistungszustand

„Im Sport ist es wichtig, dass einzelne Fähigkeiten gelernt und geübt werden. Siegen wird aber derjenige, der es schafft, beim Wettkampf entspannt und gleichzeitig voll konzentriert zu sein.“

Dasselbe gilt auch für Prüfungen. Die Kinder lernen, diesen „Resonanz-Zustand“ für ihre Höchstleistungen zur Verfügung zu haben, um so bei Referaten, Prüfungen etc. am vorgegebenen Ort, zur vorgegebenen Zeit ihr Bestes geben zu können.

„Zufriedenheit mit der Schule“ steigt um 71%.

„Zufriedenheit mit den Schulnoten“ steigt um 56%.



+ Gruppendruck und Mobbing

„Können Person und Verhalten getrennt werden, ist ein respektvolles Miteinander der möglich - unabhängig von der Tagesverfassung der Beteiligten.“

Das Ansteigen des Selbstwertes korreliert mit einem gefestigtem Sozialverhalten. Leben die Schüler gesund, innerlich gefestigt und ausgeglichen, dann sind sie nicht mehr dem aggressiven Verhalten (Sticheleien, körperliche Gewalt etc.) anderer ausgeliefert.

„Mein Leben verläuft fröhlich“ steigt um 55% (Grafik).

„Mein Leben verläuft geordnet“ steigt um 62% (Grafik).

„Ich werde komisch angeschaut/ausgelacht“ sinkt um 11% (von 68% auf 57%).

