

BIL DUNGS ANGE BOTE 2026

alpha  nova
Akademie



Herzlich Willkommen in der alpha nova Akademie!

Suchen Sie eine Weiterbildung zur Stärkung fachlicher Kompetenzen oder Entwicklung persönlicher Stärken? Interessieren Sie sich für besondere Fachgebiete oder möchten Sie sich auf etwas Neues einlassen?

Bei uns können Sie Weiterbildungsangebote besuchen, die von höchst kompetenten Referent:innen sehr praxisnah gestaltet werden. Wir bieten Inhalte, die Sie in Ihren beruflichen Alltag transferieren können und solche, die Sie persönlich stärken und weiterentwickeln. Zudem legen wir großen Wert auf eine angenehme Lernatmosphäre.

Zur Inspiration finden Sie hier einige unserer neuen Angebote im Bildungsprogramm 2026:

Seminare:

- Wo der Plan endet, beginnt das Abenteuer
- GefühlsREICH leben - mit HOCHsensibilität und starken Gefühlen
- Chronobiologie – wie funktioniert unsere innere Uhr?
- Wörter für Körper, Geist und Seele
- Das DRAMAdreieck – verstehen – erkennen – aussteigen
- Irre ist menschlich
- JA zum NEIN – wie gesunde Abgrenzung gelingen kann
- Das Soziale Gehirn
- Die KRAFT echter Wertschätzung
- Einsamkeit – Selbstwert stärken – Wertschätzung leben
- Praxisseminar Psychotraumatologie
- Wie geht Beruhigen oder Trösten im professionellen Kontext?
- Messie-Syndrom – Vom Sammeln und Horten

Lehrgänge:

- Sozialpsychiatrischer Aufbaulehrgang
- Lehrgang Coach für Neue Autorität

Die Anmeldung zu unseren Seminaren und Lehrgängen erfolgt ganz einfach über unsere Homepage. Nach Einlangen der Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Wir freuen uns darauf, Sie in einem unserer Seminare zu begrüßen!

Ihr Akademie Team:

Andrea Graf - Stefan Csacsinovits - Bettina Wilfinger
alpha nova Akademie
8401 Kalsdorf, Römerstraße 92
03135-56382-17
akademie@alphanova.at
<http://akademie.alphanova.at>

Hier zur Anmeldung:
QR-Code für Homepage



INHALTSVERZEICHNIS

1. Lehrgänge (Start 2026/27)

Lehrgang SOZIALMANAGEMENT	5
Sozialpsychiatrischer Grundlehrgang	6
Systemisches Case Management Basismodul (ÖGCC)	7
Lehrgang Coach für NEUE Autorität	8
Lehrgang Lösungsorientierte Beratung	9
Sozialpsychiatrischer Aufbaulehrgang	10

2. Seminare

Seminare im Frühjahr (Zeitraum April-Juni 2026)

Nett war gestern	11
Nutritional Psychiatry	12
Das INNERE KIND ist kein Einzelkind	13
Wo der Plan endet, beginnt das Abenteuer	14
Mission der Resilienz	15
Autismus besser verstehen	16
Sexualität und Selbstbestimmung	17
WUT - Ein Gefühl mit vielen Dimensionen	18
Aggression, Gewalt UND Deeskalation	19
GefühlsREICH leben – mit HOCHsensibilität und starken Gefühlen	20
Führen auf DISTANZ	21
NARZISSMUS	22
Tics, Zwangsstörungen, Autismus und ADHS	23
Die vielen Gesichter der Depression	24
ChronoBiologie - wie funktioniert unsere innere Uhr	25
Manchmal erschöpft und trotzdem GESUND	26
Umgang mit KONFLIKTEN in Beruf und Alltag	27
TOD und TRAUER in der Begleitung von Menschen mit Behinderung	28
Die Kunst des FRAGENS	29
Basisseminar Persönliche Zukunftsplanung	30
Herausfordernde Gesprächssituationen mit GFK begegnen	31
Wörter für Körper, Geist und Seele	32
Mini-TRAUMATA überwinden, neue Wege finden	33
ACHTSAMKEIT und SELBSTMITGEFÜHL	34
Komplexe PostTRAUMATISCHE Belastungsstörung	35
Soziale Ängste überwinden	36
Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit erkennen und handeln	37
AMOK: Von der Drohung zur Tat	38
Das DRAMAdreieck – verstehen – erkennen – aussteigen	39
Sexualpädagogische Materialien	40



Seminare im Herbst (Zeitraum September-Dezember 2026)

IRRE ist menschlich	41
Ja zum Nein – Wie gesunde Abgrenzung gelingen kann	42
Krankheit und Psyche	43
Das Soziale Gehirn	44
KREATIV denken - Methoden für Fallarbeit und Teamprozesse	45
Die Kraft ECHTER Wertschätzung	46

EINSAMKEIT - Selbstwert stärken und Wertschätzung leben	47
Nett war gestern	11
Sucht und Medien	48
DEMENZ und Behinderung	49
Auf die Beziehung kommt es an	50
Praxisseminar Psychotraumatologie	51
Das Bipolare Spektrum	52
INTUITION	53
Stimmenhören	54
Gehirn(R)evolution	55
Sexualität und Selbstbestimmung	56
Psychische Erste Hilfe in Krisensituationen	56
Skills zur Emotionsregelung	57
VerhaltensMUSTER unterbrechen	58
Mentalisierungsfähigkeit	59
ACHTSAMKEIT und SELBSTMITGEFÜHL	34
Ohnmacht erleben und WIRksam bleiben	60
Nutritional Psychiatry	12
Motivational Interviewing	61
SUIZIDALITÄT bei psychisch kranken Menschen	62
Forensische Psychologie und Psychiatrie	63
3 Säulen psychischer Gesundheit	64
Unterstützte Kommunikation nach Standard der GesUK	65
New Work: Die Säulen der MA:innenbindung	66
Gewaltprävention – Ressource und Herausforderung	67
Die Arbeit mit psychisch kranken Menschen	68
Raus aus der Ohnmachts- und Opferfalle	69
Wenn die Spannung steigt – Spastik und Hypertonus	70
Wie geht Beruhigen oder Trösten im professionellen Kontext	71
Sozio-emotionale Entwicklung	72
Messie-Syndrom	73
Mein Stress und ICH	74
Gewaltfreie Kommunikation Grundlagenseminar	75
Mobbing unter Kindern und Jugendlichen	76
Wann ist genug und wer bestimmt das	77



„Lupe“ Psychische Gesundheit

Nett war gestern	11
Wo der Plan endet, beginnt das Abenteuer	14
Mission der Resilienz	15
Manchmal erschöpft und trotzdem GESUND	26
ACHTSAMKEIT und SELBSTMITGEFÜHL	34
Ja zum Nein – Wie gesunde Abgrenzung gelingen kann	42
Die Kraft ECHTER Wertschätzung	46
Ohnmacht erleben und WIRksam bleiben	60
Mein Stress und ICH	74

3. Lernorte 78–81

4. Organisatorisches 82

Lehrgang SOZIALMANAGEMENT

26. März 2026 bis 18. März 2027

Dieser berufsbegleitende Lehrgang stellt die umfassenden Kompetenzen einer Führungskraft in der Sozialwirtschaft in den Mittelpunkt. Dabei gilt es, Führungskompetenzen, betriebswirtschaftliche und rechtliche Grundkenntnisse sowie Wissen im Projekt- und Sozialmanagement auszubauen und zu stärken.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- sind in der Lage, Teamprozesse zu gestalten, Entwicklungen in Gang zu setzen und Personal professionell zu begleiten und zu führen.
- reflektieren und erweitern Ihr Führungsverständnis sowie Ihre Managementkompetenzen.
- kennen die betriebswirtschaftlichen und rechtlichen Grundlagen für die Arbeit in der Sozialwirtschaft.
- erhalten einen Einblick in Organisationsentwicklung sowie Qualitätsmanagement.
- kennen Projektmanagementtools, bearbeiten ein Projekt aus Ihrem aktuellen Arbeitsfeld und können so die theoretischen Inhalte in Ihre Praxis transferieren.
- kennen die Grundlagen von Social Marketing.

ZIELGRUPPE:

Mitarbeiter:innen aus Sozial- und Non-Profit-Einrichtungen, angehende Führungskräfte und Personen, die erste Führungserfahrungen haben

Module	Seminare/Inhalte	Termine
Führung & Personal	FührungsKRAFT Instrumente der Personalentwicklung Teamentwicklung KommunikationsKRAFT	22. bis 24. April 2026 14. Oktober 2026 15. & 16. Oktober 2026 17. & 18. November 2026
Recht & Betriebswirtschaft	Rechtliche Grundlagen - Arbeitsrecht Kostenrechnung und Budgetierung Sozialmanagement / Sozialwirtschaft	25. & 26. Juni 2026 16. & 17. September 2026 18. September 2026
Projekt & Organisation	Qualitätsmanagement Projektmanagement Organisationen verstehen Social Marketing	27. Mai 2026 28. & 29. Mai 2026 19. & 20. Jänner 2027 11. Februar 2027

Den detaillierten Lehrgangsfolder finden Sie auf unserer Website.

UMFANG & KOSTEN:

Gesamter Lehrgang (164 UE): 3.160,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Die drei Module können auch einzeln gebucht werden:

Modul Führung & Personal (62 UE): 1.280,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Modul Recht & Betriebswirtschaft (34 UE): 860,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Modul Projekt & Organisation (46 UE): 1.040,00 Euro (inkl. 10 % USt)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

ANMELDESCHLUSS: 12. März 2026

Dieser Lehrgang ist mit 11,5 ECTS (wba) akkreditiert.

Kompetenz braucht Anerkennung



SOZIALPSYCHIATRISCHER Grundlehrgang

26. Mai 2026 bis 11. März 2027

Dieser ressourcenorientierte Lehrgang ermöglicht den Teilnehmenden, die für ihre anspruchsvolle Arbeit mit Menschen mit psychischen Erkrankungen erforderlichen fachlichen und persönlichen Kompetenzen zu erwerben. Die Ressourcen der Kund:innen/Klient:innen besser zu erkennen und diese zu fördern, sowie die eigenen Handlungskompetenzen zu erweitern, stehen dabei im Fokus.

Der Lehrgang vermittelt fachlich-theoretische Grundlagen der Sozialpsychiatrie und ermöglicht eine praxisorientierte Auseinandersetzung für die Arbeit mit Menschen mit psychischer Erkrankung.

ZIELGRUPPE:

- Mitarbeiter:innen stationärer, teilstationärer und mobiler Einrichtungen im sozialen Bereich (aus Betreuung, Begleitung, Pflege, ...)
- Assistent:innen (Freizeit, Arbeit ...)
- Quereinsteiger:innen

Inhalte	Referent:innen	Termine
Einstieg	Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	26. Mai 2026
Einführung in die Sozialpsychiatrie	Dr. in Gerda Peschel	27. Mai 2026
Psychologische Grundlagen	Mag. a Edda Stadlbauer	17. und 18. Juni sowie 21. und 22. September 2026
Umgang mit herausforderndem Verhalten	Mag. Wolfgang Binder	3. und 4. November 2026
Rechtliche Grundlagen	Mag. a Anita Adamiczek, BSc, Mag. Hannes Waldauer	2. Dezember 2026
Psychopharmaka & Psychotherapie	Dr. Martin Jantscher	3. Dezember 2026
Doppel- und Mehrfachdiagnosen	Dr. in Sigrid Alvin	Mi, 27. und Do, 28. Jänner 2027
Modelle zur Beziehungsgestaltung und Selbstreflexion, Fallbearbeitung	Dr. in Gerda Peschel	10. März und 11. März 2027
Umfeldarbeit und Abschluss	Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	11. März 2027

UMFANG: 108 UE Anwesenheit und 26 UE Selbstlernphase = gesamt
134 Unterrichtseinheiten = 100 Stunden, dies entspricht der gesetzlichen
Vorgabe der Steirischen Leistungsverordnung (LEVO-StBHG).

Den detaillierten Lehrgangsfolger finden Sie auf unserer Website.

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf bei Graz

KOSTEN: 2.150,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine Aliquotierung nach Leistungszeitraum für 2026 und 2027 ist möglich.

ANMELDESCHLUSS: 12. Mai 2026

Lehrgang Systemisches CASE MANAGEMENT Basismodul

19. Oktober 2026 bis 2. April 2027

Case Management kommt im Sozial- und Gesundheitswesen sowie in der Beschäftigungsförderung eine wachsende Bedeutung zu und wird in vielen Handlungsfeldern von unterschiedlichen Trägern, Einrichtungen und Professionen umgesetzt. In manchen Dienstleistungen, wie zum Beispiel in der beruflichen Integration (NEBA/Jugendcoaching), ist diese Qualifikation Voraussetzung für die Leistungserbringung.

Dieser Lehrgang orientiert sich an den Rahmenempfehlungen der Österreichischen Gesellschaft für Case & Care Management (ÖGCC) und den damit verbundenen Handlungsansätzen, Methoden und Grundhaltungen und setzt darüber hinaus einen systemisch-lösungsorientierten Schwerpunkt.

Im Jahr 2026 wird das BASISMODUL angeboten, die Absolvierung des Vertiefungsmoduls und der Abschluss mit einem Diplom „Zertifizierte Case Managerin (ÖGCC) / Zertifizierter Case Manager (ÖGCC)“ ist zu einem späteren Zeitpunkt möglich.

Termine und Inhalte Systemisches Case Management BASISMODUL:

BASISMODUL: Gesamt 114 Unterrichtseinheiten	
bestehend aus:	96 UE Präsenzseminare 18 UE kollegialer Austausch / Peer Groups (selbstorganisiert)
Termine	Inhalte
19.10. - 21.10. 2026 (24 UE)	Einstieg und Grundlagen Case & Care Management Kennenlernen der systemisch, lösungsorientierten Grundhaltung. Grundlagen der Arbeit als systemische(r) Case und Care Manager:in
03.12. - 04.12. 2026 (16 UE)	CM auf der Falalebene 1: Lösungsorientierung - Aufbau eines Beratungsgesprächs, Fragetechniken, Reframing, Skalierung -Praxistransfer
27.01. - 29.01. 2027 (20 UE)	CM auf der Falalebene 2: Methoden der strukturierten Erfassung der Bedarfe – Soziale Diagnostik, Zielarbeit und Maßnahmenplanung - Monitoring und Evaluation – Abschluss des Regelkreises
08.02. - 10.02. 2027 (20 UE)	Case und Care Management auf Organisations- und Systemebene: Netzwerkarbeit im Case & Care Management - Monitoring und Evaluation auf der Organisationsebene
01.04. - 02.04. 2027 (16 UE)	Reflexion und Praxistransfer + Abschluss Basismodul
in Gruppen (18 UE)	kollegialer Austausch / Peer Groups (selbstorganisiert)

REFERENTINNEN:

Mag. a Karoline Weiß, MBA, Lehrgangsleitung, Sozialpädagogin, Systemische Psychotherapeutin und Supervisorin, Zertifizierte Case Management Ausbilderin (ÖGCC).

DSPⁱⁿ Leonore Petrovic, Sozialpädagogin, Systemische Psychotherapeutin, Supervisorin.

DSAⁱⁿ Marlies Hartmann, Mediatorin, Zertifizierte Case Managerin und Ausbilderin (ÖGCC), Lehrbeauftragte FH Joanneum Graz (Soziale Arbeit), Angehörigenberaterin BGF/KAGES.

Den detaillierten Lehrgangsfolger finden Sie auf unserer Website.

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 2.100,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine Aliquotierung nach Leistungszeitraum für 2026 und 2027 ist möglich.

ANMELDESCHLUSS: 5. Oktober 2026

Lehrgang Coach für Neue Autorität

Haltungs-, Handlungs- & Führungskonzept

11. November 2026 bis 10. Juni 2027

Das Konzept der Neuen Autorität hat zum Ziel, eine Kultur des wertschätzenden Miteinanders aufzubauen, um Entwicklung bestmöglich zu fördern sowie Konflikten und Eskalationen im Alltag vorzubeugen. Es stärkt Personen mit Führungsverantwortung wie Eltern, Lehrer:innen, Sozialpädagog:innen, Führungskräfte usw., indem es die Beziehung und die Selbstkontrolle ins Zentrum des Handelns stellt.

ZIELGRUPPE:

Der Lehrgang richtet sich an Fachleute aus Pädagogik, Psychologie, Psychiatrie, soziale Arbeit, Beratung, Therapie und an Führungskräfte aus den unterschiedlichsten Bereichen, die die Haltung und Methoden der „Neuen Autorität“ systematisch erlernen möchten und/oder als „Coach für Neue Autorität“ arbeiten möchten.

Inhalte/Module	Referent:innen	Termine
Grundlagenseminar Teil 1	Mag. Stefan Ofner	11. bis 13. November 2026
Grundlagenseminar Teil 2	Mag. Stefan Ofner	16. bis 18. Dezember 2026
Aufbaumodul 1	Mag. ^a Gloria Avar	2. und 3. Februar 2027
Aufbaumodul 2	Mag. Wolfgang Binder	9. und 10. März 2027
Aufbaumodul 3	Mag. Herwig Thelen	19. und 20. April 2027
Abschlussmodul	Mag. Stefan Ofner	9. und 10. Juni 2027

REFERENT:INNEN:

Mag. Stefan Ofner, Psychologe, Geschäftsführer Institut für Neue Autorität (INA), Trainer, Seminarleiter, Vortragender in Österreich, Deutschland und der Schweiz.

Mag.^a Gloria Avar, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Wahlpsychologin, NVR-Trainerin.

Mag. Wolfgang Binder, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut, NVR-Trainer.

Mag. Herwig Thelen, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, NVR-Trainer.

Den detaillierten Lehrgangsfolder finden Sie auf unserer Website.

UMFANG: 112 UE Anwesenheit; Peergruppentreffen und Supervision

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 2.990,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine Aliquotierung nach Leistungszeitraum für 2026 und 2027 ist möglich.

ANMELDESCHLUSS: 28. Oktober 2026

Lösungsorientierte BERATUNG

Kompaktlehrgang

26. November 2026 bis 19. März 2027

Beratung ist mehr als „ein gutes Gespräch führen“ können. Lösungsorientierte Beratung bedeutet, die Begegnung und das Gespräch so zu gestalten, dass Klient:innen/Kund:innen mit ihrem ganzen Handlungspotential in Kontakt kommen. Auch mit solchen Fähigkeiten, Begabungen, Phantasien, von denen sie bislang keinen Gebrauch gemacht haben.

Eine Beratung hat ein gemeinsam definiertes Ziel, eine klare Rollenverteilung und stellt die Fragen der Klient:innen/Kund:innen in den Mittelpunkt. Systemisch-lösungsorientierte Beratung für die pädagogische und psychosoziale Arbeit steht im Fokus und begleitet den Lehrgang.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- kennen die grundlegenden Ideen, Haltungen und Methoden systemisch-lösungsorientierter Beratung und haben diese erprobt.
- finden Kontextbedingungen vor, die Suchprozesse in Gang gesetzt haben, die Sie als Berater:in bestärken.
- üben systemische und lösungsorientierte Beratung.
- wissen, wie man „den Roten Faden in der Beratung“ in Händen behält.

REFERENTINNEN:

DSPⁱⁿ Leonore Petrovic, Systemische Psychotherapeutin, Sozialpädagogin, Supervisorin, Coach und Erwachsenenbildnerin, ehemalige Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien, Psychotherapeutin in eigener Praxis.

Dr.ⁱⁿ Astrid Just, Systemische Psychotherapeutin, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, Supervisorin und Coach, EMDR-Therapeutin, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Autorin, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

TERMINE:

Do, 26. Nov. 13:30-17 Uhr und Fr, 27. November 2026, 9-17 Uhr (12 UE)
Do, 14. Jänner 2027, 13:30-17 Uhr und Fr, 15. Jänner 2027, 9-17 Uhr (12 UE)
Do, 18. März 2027, 13:30-17 Uhr und Fr, 19. März 2027, 9-17 Uhr (12 UE)

UMFANG: 36 Unterrichtseinheiten

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf bei Graz

KOSTEN: 990,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine Aliquotierung nach Leistungszeitraum für 2026 und 2027 ist möglich.

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Diese Weiterbildung ist durch die wba mit 2,5 ECTS akkreditiert.



Kompetenz braucht Anerkennung

Sozialpsychiatrischer Aufbaulehrgang

17. Dezember 2026 – 10. Juni 2027

In diesem Lehrgang steht eine vertiefende Auseinandersetzung mit fachlichen und persönlichen Kompetenzen für die Arbeit mit Menschen mit psychischen Erkrankungen im Fokus.

Dabei werden drei Ebenen in den Mittelpunkt gestellt:

- Vertiefung zu psychischen Erkrankungen mit dem dazugehörigen Erkenntnis- und Therapieweg
- Sozialpsychiatrische Betreuung, Rollenverständnis und Klient:innen-Beziehung
- Handlungsansätze für spezielle Situationen in der Arbeit mit der Zielgruppe

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erhalten ein vertiefendes fachbezogenes Wissen zu Krankheitsbildern, Doppel- und Mehrfachdiagnosen.
- können die individuellen Bedürfnisse von Klient:innen/ Kund:innen erkennen.
- kennen situationsbedingte Handlungsansätze zu Aggression, Krisen und bekommen die Möglichkeit, diese zu erproben.
- beschäftigen sich intensiv mit dem Beziehungs- und Bindungsverhalten mit Klient:innen.

Inhalte	Referent:innen	Termine
Einstieg, Einführung in den Lehrgang und die Selbstlernphasen	Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	17.12.2026
Schizophrenien und andere Psychosen	Dr. Stefan Sinz	17. und 18.12.2026
Professionalität in der Beziehung – Teil 1	Dr. in Gerda Peschel	20.01.2027
Skills zur Emotionsregelung	Dr. in Sylvia Kaschnitz	21.01.2027
Deeskalation und Kommunikationsgestützte Körperintervention	Alexander Weber	01.03.2027
Sozialarbeit im sozialpsychiatrischen Kontext	Viktoria Kraxner, BA	02.03.2027
Professionalität in der Beziehung - Teil 2	Dr. in Gerda Peschel	02.03.2027
Sucht- und psychiatrische Begleiterkrankungen	Dr. in Christina Pillich	12.04.2027
Spezielle Herausforderungen in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen	Karin Hollerer, MSc.	13.04.2027
Vertiefung Doppel- und Mehrfachdiagnosen inkl. Fallbesprechungen	Dr. in Sigrid Alvin	28. und 29.04.2027
Psychische Erste Hilfe in Krisensituationen - Ich als Akuthelfer:in	Mag. a Petra Preimesberger	09.06.2027
Präsentation der Peergruppenergebnisse, Lehrgangsabschluss	Dr. in Gerda Peschel, Mag. Hannes Waldauer, Stefan Csacsinovits	10.06.2027

Den detaillierten Lehrgangsfolger finden Sie auf unserer Website.

UMFANG: 94 UE Anwesenheit und 12 UE Selbstlernphase = gesamt 106 Unterrichtseinheiten

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf bei Graz

KOSTEN: 1.890,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Eine Aliquotierung nach Leistungszeitraum für 2026 und 2027 ist möglich.

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

ANMELDESCHLUSS: 3. Dezember 2026



NETT war gestern Mut zur Auseinandersetzung

SEMINARE
IM
FRÜHLING

Viele einfühlsame und sozial engagierte Menschen gehen konflikthaften Auseinandersetzungen gerne aus dem Weg. Das Unausgesprochene entfaltet im Verborgenen jedoch oft destruktive Kräfte: Letztendlich passiert auf eine andere Weise genau das, was man ursprünglich vermeiden wollte.

Mit dem Modusmodell der Schematherapie und dem Blick auf die damit verbundenen Glaubenssätze bekommen Sie ein Verständnis für das eigene Verhalten. Sie entdecken, wie sich Mitgefühl und Selbstmitgefühl vereinbaren lassen und wie es sich auch mit Kanten und Ecken gut leben lässt.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- verstehen die Dynamik von konflikthaften Situationen.
- erkennen besser, worin Ihre persönlichen Hindernisse liegen.
- formulieren ein Haltungsziel, das Ihnen erleichtert, Spannungen auszuhalten.
- lernen Strategien, mit konflikthaften Situationen umzugehen.
- üben Schlagfertigkeitstechniken und den Umgang mit destruktiven Verhaltensweisen.

REFERENTIN:

Mag. a Birgit Mahrle-Haas, Erwachsenenbildnerin, Trainerin, Coach und Supervisorin, Lehrbeauftragte an diversen Bildungsinstitutionen.

TERMIN GRAZ: Mi, 8. und Do, 9. April 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

TERMIN FÜRSTENFELD: Mi, 7. Oktober, 9:30-17:30 Uhr und
Do, 8. Oktober 2026, 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Nutritional Psychiatry

Auf den Spuren des Einflusses der Ernährung auf die Psyche

Trotz der multifaktoriellen Entstehung von psychischen Erkrankungen gibt es mittlerweile überzeugende empirische Evidenz dafür, dass Ernährung nicht nur die Prävalenz, sondern auch Beginn, Verlauf und das Therapieansprechen von psychischen Erkrankungen beeinflusst. Damit befinden sich die klinische Psychologie und artverwandte medizinische Fächer, wie Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin an einem wichtigen Wendepunkt.

Der Zusammenhang zwischen der Qualität unserer Ernährung (und potentiellen Nährstoffdefiziten) und unserer psychischen Gesundheit wird mittlerweile durch zahlreiche Studien gestützt.

Die Darm-Gehirn-Achse bildet die Grundlage eines wechselseitigen Kommunikationssystems zwischen Darm und Gehirn und wird durch immunologische, neurologische und endokrine Prozesse maßgeblich beeinflusst.

Dieses Seminar soll Bewusstsein zum Thema Ernährung bei Menschen mit psychischen Erkrankungen schaffen. Wir beschäftigen uns interaktiv mit dem neuen Forschungsgebiet der Nutritional Psychiatry, der Darmmikrobiomforschung und Psychoneuroimmunologie.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- bekommen eine Einführung in das Thema „Nutritional Psychiatry“.
- erlangen ein Grundwissen zu Darm, Mikrobiom und Psyche.
- eignen sich Wissen zur Ernährung bei psychischen Erkrankungen an.

REFERENTIN:

Melanie Sonja Schweinzer, B.Sc., M.Sc., Klinische Psychologin in eigener Praxis, Forschung und Lehrende an der Med Uni Graz, Schwerpunkte in den Bereichen der Medizinischen Psychologie, Psychosomatik, Klinisch-Psychologischen Diagnostik, Kognitiven Neurowissenschaften, Psychoneuroimmunologie und Teil der Teaching Unit „Nutritional Psychiatry - Ernährungsmedizin in der Psychiatrie“.

TERMIN KALSDORF: Mi, 15. und Do, 16. April 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

TERMIN FÜRSTENFELD: Di, 10. und Mi, 11. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Das INNERE KIND ... ist kein Einzelkind

Über die Arbeit mit unterschiedlichen inneren-Kind-Anteilen

„Das innere Kind“ ist Thema zahlreicher Ratgeber und Fachbücher; was mit dem inneren Kind gemeint ist und welche Herangehensweisen daraus resultierend in der Arbeit mit dem inneren Kind beschrieben werden, ist sehr unterschiedlich ... was nicht verwundert, weil das innere Kind kein Einzelkind ist. Alle inneren-Kind-Anteile und die in ihnen verborgenen Gefühle wie Schmerz, Trauer, Angst aber auch Neugierde, Vertrauen und Freude spielen im Erwachsenenleben eine wichtige Rolle.

In diesem Seminar werden wir uns einen Überblick verschaffen - über verschiedene innere-Kind-Anteile, deren weitreichende Auswirkungen auf das Denken, Fühlen und Handeln als Erwachsene/r und den Möglichkeiten der verantwortungsbewussten Arbeit mit ihnen ... mit den eigenen inneren Kindern und jenen unserer Klient:innen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- entwickeln ein Verständnis über unterschiedliche innere Kinder, wie sie entstehen, wie sie sich zeigen und im Hier und Jetzt auswirken.
- wissen, welche anderen Persönlichkeitsanteile in der Arbeit mit inneren Kindern förderlich und erforderlich sind.
- kennen und berücksichtigen die Gefahren und Risiken in der Arbeit mit verletzten inneren-Kind-Anteilen.
- erweitern ihr Repertoire im verantwortungsbewussten Umgang mit inneren Kindern für die professionelle Beziehungsarbeit.

REFERENTIN:

Dr. in Gerda Peschel, Psychologin, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin, Transaktionsanalytikerin, Supervisorin.

TERMIN: Mo, 20. April 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.



Wo der Plan endet, beginnt das Abenteuer!

Die Kunst der IMPROvisation

Die unmittelbare Arbeit mit Menschen fordert ein hohes Maß an Flexibilität und Kreativität. Persönliche, fachliche und handlungsspezifische Kompetenzen müssen oftmals schnell abgerufen und an die jeweilige Situation adaptiert werden.

Nachdem in der darstellenden Kunst das „Werkzeug“ der Improvisation seit jeher eine wesentliche Rolle spielt, beginnt auch die Soziale Arbeit und die Wirtschaft Improvisation als Antwort auf immer komplexer werdende und kaum vorhersagbare Herausforderungen im Arbeitsalltag anzuwenden.

Im Rahmen dieses Workshops werden Sie die eigenen Wahrnehmungs- und Erfahrungsräume erweitern und neue Handlungsmöglichkeiten versuchen. Mit einer Vielzahl an Methoden – angelehnt an die Ausdrucksform des Theaters – wird Neues geschaffen und auch wieder verworfen. Niemals steht das Können oder die Perfektion im Mittelpunkt, sondern der lustvolle, kreative Umgang mit den eigenen Stärken und Schwächen.

Im Training mit dem Unvorhergesehenen werden neue Räume und Möglichkeiten eröffnet.

Praxisbeispiele aus den jeweiligen Berufsfeldern sichern die Übertragbarkeit der Erfahrungen in den beruflichen Alltag.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erhalten die Möglichkeit, sich auf etwas Neues einzulassen.
- trainieren mit dem Unvorhergesehenen.
- setzen sich mit Ihren Stärken und Schwächen kreativ auseinander.
- können die erlebten Erfahrungen in den beruflichen Alltag transferieren.

REFERENTEN:

DSA Arnold Gröbacher, Sozialarbeiter, ÖVS-Supervisor/Coach, Trainer/Lehrbeauftragter; Mediator, Koordinator Familienrat; Deeskalationstrainer nach PART; Gründer und Mitarbeiter AIS-Jugendservice GmbH.

Helmut Köpping, Schauspieler; Drehbuchautor, Kino- und Theaterregisseur, Moderator; 1996 – 2006: Künstlerischer Leiter des Theater im Bahnhof; seit 15 Jahren Lehrbeauftragter an Erwachsenenbildungseinrichtungen.

TERMIN: Mi, 22. April 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)



Mission der RESILIENZ

Empathische Abgrenzung im Berufsalltag

Die Arbeit im Sozial- und Gesundheitsbereich kann sehr anspruchsvoll und kräfterraubend sein. In diesem Seminar geht es darum, mehr Leichtigkeit und Souveränität für den beruflichen Alltag zu gewinnen.

Resilienz ist die Fähigkeit, Belastungs- oder Stresssituationen widerstandsfähig zu begegnen und diese zu überwinden.

Wer regelmäßig Sport betreibt, ist geschützt vor körperlichen Belastungen. Mit Resilienz schützen Sie sich vor mentaler Belastung. Sie stärken Ihr geistiges Immunsystem.

Wie schaffe ich eine gute Balance aus Familie, Beziehung, Arbeit und Freizeit?
Was treibt mich an? Wo sind meine Tankstellen?

Aus Ihren eigenen Praxisbeispielen lernen wir, nützen die Kraft der Gruppe und lernen mit Erkundungsübungen aus der Polyvalgal-Theorie unseren Körper positiv zu beeinflussen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- stärken Ihre persönliche Resilienz.
- lernen, sich empathisch abzugrenzen.
- reflektieren Ihre unbewussten Bewertungsfallen.
- erkennen Ihre eigenen Kraft-Tankstellen.
- nützen Achtsamkeitsübungen für Ihr autonomes Nervensystem.

REFERENTIN:

DSAⁱⁿ Barbara Ertl, Familienberaterin, Supervisorin und diplomierte HR Business Partnerin. Sie verfügt über langjährige Leitungserfahrung im Sozialbereich sowie in internationalen Konzernen. Seit 2008 arbeitet sie in eigener Praxis und begleitet Fach- und Führungskräfte mit Fokus auf Beratung, Teamarbeit und situatives Führen.

TERMIN: Do, 23. April, 9-17 Uhr und Fr, 24. April 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

AUTISMUS besser verstehen

Grundlagen und Unterstützungsmöglichkeiten

Die Arbeit oder der Umgang mit autistischen Menschen wird von Mitarbeitenden oft als Herausforderung empfunden. So hört man in der Praxis oft die Frage "Warum tut er/sie das?" und "Wie soll ich jetzt damit umgehen?".

Um diese Fragen befriedigend beantworten zu können, ist solides Wissen zum Thema Autismus und über wirksame Strategien nötig.

Nach einer Einführung zum Thema Autismus allgemein und dem autistischen Denk- und Lernstil bearbeiten wir – ganz praktisch - die Themenkomplexe Strukturierung und Visualisierung und ihre Bedeutung für die professionelle Begleitung.

Methodische Grundlage ist eines der weltweit erfolgreichsten Unterstützungs-konzepte für autistische Menschen – der TEACCH® - Ansatz.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- kennen die Besonderheiten in der Informationsverarbeitung bei Menschen mit Autismus, ihre Auswirkungen auf das Lernverhalten und die daraus resultierenden Konsequenzen für die pädagogische Arbeit.
- kennen die theoretischen Grundlagen des TEACCH® Ansatzes.
- kennen die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten und deren Anwendung in der Praxis.

REFERENTIN:

Susanne Strasser, zertifizierte Fachtrainerin, allgemein beeidete und gerichtlich zertifizierte Sachverständige für Heilpädagogik/Autismus. Seit über 20 Jahren Erfahrung in der Begleitung von autistischen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, SEO-Anwenderin.

TERMIN: Mo, 27. und Di, 28. April 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Sexualität und Selbstbestimmung

Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Die Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung in ihrer sexuellen Entwicklung und auf ihrem Weg zu selbstbestimmt gelebter Sexualität stellt Betreuer:innen und Fachteams und auch Kund:innen vor vielfältige Fragen und Aufgaben.

Das Recht auf selbstbestimmte Sexualität hat sich vor allem durch die Empfehlungen der WHO und der Verankerung in der UN-Behindertenkonvention stark weiterentwickelt. Die daraus resultierenden Empfehlungen für Einrichtungen und die damit verbundenen Aufgaben für Mitarbeiter:innen stehen im Fokus dieses Seminars.

Einblick in die individuelle Begleitung von Kund:innen wird die Erörterung eines konkreten Fallbeispiels aus dem eigenen Betreuungsalltag ermöglichen. Dabei gilt es u.a. den Blick auf die Grenzen unserer Kund:innen, als auch auf die Grenzen des begleitenden Umfeldes zu achten, sowie grenzüberschreitendes Verhalten zu vermeiden bzw. Handlungsabläufe zu thematisieren.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- eignen sich Wissen zum Thema Sexualität und Selbstbestimmung an.
- erkennen die Wichtigkeit von (sexuellen) Lernfeldern sowie Ihre Möglichkeiten, diese zu unterstützen.
- kennen sexualpädagogische Materialien zum unterstützenden Einsatz.
- erlangen Klarheit über Ihre Rolle und Aufgabenbereiche zum Themenschwerpunkt.
- lernen anhand von Fallanalysen ressourcenorientierte Interventionen kennen.

REFERENT:INNEN:

Team der Fachstelle .hautnah. der alpha nova Betriebsgesellschaft m.b.H.

TERMIN GRAZ: Di, 28. und Mi, 29. April 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

WUT

Ein Gefühl mit vielen Dimensionen

WUT ist ein Gefühl, dass jede(r) kennt, wobei der Umgang mit diesem Gefühl bei uns Menschen sehr unterschiedlich ist. Frau Dr.ⁱⁿ Heidi Kastner ist Gerichtspsychiaterin und hat viel Erfahrung damit, wohin Wut führen kann, wenn sie nicht gut ins Alltagsleben integriert ist.

Im Rahmen dieses Seminars werden die möglichen Folgen unterdrückter und nicht wahrgenommener, tabuisierter Wut und der Sinn und Zweck dieser sehr menschlichen, „normalen“ Emotion erarbeitet. Darüber hinaus werden auch die Wut-affinen Persönlichkeitsakzentuierungen und -störungen thematisiert.

Anhand von Fallbeispielen aus der Vergangenheit und Gegenwart zeigt dieses Seminar, wie sich der gesellschaftliche Umgang mit Wut im Lauf der Zeit geändert hat und was das für die Arbeit mit unseren Klient:innen bedeutet.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit der historischen Entwicklung von WUT.
- erfahren was unterdrückte, nicht wahrgenommene Wut auslösen kann.
- lernen eigene (unangenehme) Emotionen besser wahrzunehmen.
- erhalten anhand von Fallbeispielen, Handlungsoptionen für einen besseren Umgang in der beruflichen Praxis.

REFERENTIN:

Prim.^a Dr.ⁱⁿ Heidi Kastner, Fachärztin für Psychiatrie und Neurologie, Primärärztin der Klinik für Psychiatrie mit forensischem Schwerpunkt am Kepler Universitätsklinikum, Gerichtsgutachterin (Schwerpunkt Strafrecht), Buchautorin.

TERMIN: Mi, 29. April 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Aggression, Gewalt UND Deeskalation

Handlungskompetenz für die Praxis

Gewalt und Aggression sind in der Betreuung und Begleitung ein fortwährendes Thema. Im Rahmen dieser Fortbildung beschäftigen wir uns einerseits mit der Entstehung von Gewalt und Aggression und andererseits mit Strategien zur Prävention und Deeskalation.

Um den beruflichen Herausforderungen professionell begegnen zu können, ist es wichtig, sich mit dem Thema umfassend auseinander zu setzen und Handlungskompetenz für den beruflichen Alltag zu erwerben.

Passend dazu beschäftigen wir uns im Rahmen des Seminars mit folgenden Inhalten:

- Definition von Aggression und Gewalt
- Aggressionstheorien
- Konflikte und Eskalation
- Krise und Umgang damit
- Deeskalierende Möglichkeiten / Prävention von Gewalt und Aggression
- Medikamentöse und nicht medikamentöse Behandlungsmethoden
- Beschränkung und gelindere Maßnahmen
- Möglichkeiten von Anlaufstellen
- Zwangseinweisung – Vorgehen und weitere Informationen
- Gewalterfahrung und Reflexion

Im Seminar gibt es ausreichend Platz für einen Erfahrungsaustausch sowie Fragen und Fallbeispiele.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen über deeskalierende Methoden Bescheid.
- wissen wie Sie bei Krisen und Gefahren vorgehen.
- erwerben Handlungskompetenzen für den beruflichen Alltag.
- bearbeiten Fallbeispiele, um einen Praxistransfer bestmöglich zu gewährleisten.

REFERENTIN:

Karin Hollerer, MSc., psychiatrische diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin seit 2004, Praxisanleitung, seit 2017 Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege und Vortragstätigkeit in diversen Bildungseinrichtungen.

TERMIN: Mi, 6. Mai, 9-17 Uhr und Do, 7. Mai 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

GefühlsREICH leben

mit HOCHsensibilität und starken Gefühlen

Viele Menschen nehmen die Welt um sich herum und sich selbst intensiver wahr. Das Persönlichkeitsmerkmal der Hochsensibilität zeigt sich häufig in Überforderung, starker emotionaler Bewegungen und Schwierigkeiten, die Herausforderungen des Alltages gut bewältigen zu können. Auffällige Verhaltensweisen wie Rückzug, Aggression oder Ängste können Ausdruck dieser besonderen Reizofenheit sein.

Mit achtsamer Begleitung kann sich Hochsensibilität jedoch als wertvolle Ressource entfalten – als Gabe, die Empathie, Kreativität und ein starkes inneres Erleben ermöglicht.

Im Rahmen dieser Fortbildung soll der achtsame Blick für die Bedürfnisse besonders sensibler Kinder, Jugendlicher und Erwachsener gestärkt und Impulse für die pädagogische Begleitung vermittelt werden.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen, wie sich das Persönlichkeitsmerkmal der Hochsensibilität zeigt.
- lernen, was hochsensible Menschen brauchen.
- befassen sich mit Rahmenbedingungen, die die Entwicklung hochsensibler Kinder fördern.
- erfahren, wie die Zusammenarbeit mit den Eltern hochsensibler Kinder und Jugendlicher gestaltet werden kann.

REFERENTIN:

Melanie Hackl, MA, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin in eigener Praxis, Beratungsschwerpunkt: Hochsensibilität bei Kindern und Erwachsenen, Systemische Aufstellungsleiterin, Sozialpädagogin, Dipl. Kindergartenpädagogin.

TERMIN: Fr, 8. Mai 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Führen auf Distanz

Wirksam und erfolgreich mobile Teams führen

Im Gesundheits- und Sozialbereich gibt es eine Vielzahl an mobilen Dienstleistungen. Die Arbeit fordert Flexibilität, Selbstständigkeit und viel Eigenverantwortung. Dies stellt auch die Führungskräfte vor besondere Herausforderungen, denn umso flexibler und ortsunabhängiger die Mitarbeiter:innen arbeiten, umso wichtiger ist es, als Führungskraft präsent zu sein, den Überblick über alle(s) zu behalten und für eine Bindung zu den Mitarbeiter:innen sowie innerhalb des Teams zu sorgen.

Im Rahmen des Seminars beschäftigen wir uns deshalb mit folgenden Fragen/Inhalten:

- Auf welche Themen gilt es im Führungsverhalten besonders zu achten?
- Wie kann ich sicherstellen, dass Informationen alle Mitarbeiter:innen erreichen?
- Wie kann ich klare, bedarfsorientierte Kommunikationswege schaffen?
- Wie kann ich alle(s) gut im Blick behalten?
- Wie kann ich Mitarbeiter:innen gut ins Team einbinden und das Teamgefühl stärken?
- Wie lassen sich die erarbeiteten Verbesserungsmöglichkeiten nachhaltig in der Praxis umsetzen?

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- haben Klarheit über die entscheidenden Faktoren im Führen von mobilen Teams.
- tauschen sich mit anderen zu deren Erfahrungen aus.
- kennen Werkzeuge, um wirksam und erfolgreich mobile Teams führen zu können.
- reflektieren Ihre persönlichen Herausforderungen und erarbeiten konkrete Verbesserungsmöglichkeiten.

REFERENTIN:

DIⁱⁿ Anja Ebenschweiger, MSc., Coach, Gewaltpräventionsexpertin, systemische Mobbingpräventions- und -interventionstrainerin, selbstständige Unternehmensberaterin und Führungskräftetrainerin, langjährige Führungskraft in der Industrie mit Teams an unterschiedlichen Standorten.

TERMIN: Mi, 13. Mai 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

NARZISSMUS

An der Grenze zwischen gesundem Egoismus und einer Persönlichkeitsstörung

Narzisstische Persönlichkeitsmerkmale sind per se nicht unbedingt negativ. Selbstbewusstsein sowie ein gewisses Maß an Selbstbezogenheit sind sogar sehr vorteilhaft.

Immer wieder stößt man jedoch auf Forschungsergebnisse, die darauf hinweisen, dass die Häufigkeit von Narzissmus zunimmt, sich unter Kindern und Jugendlichen ausbreitet und zu einer damit möglicherweise verbundenen allgemeinen negativen Entwicklung der Gesellschaft führt.

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den Verhaltensweisen von narzisstischen Persönlichkeiten und einer Abgrenzung zur narzisstischen Persönlichkeitsstörung. Weiters werden wir uns mit begünstigenden Faktoren für die Entwicklung einer narzisstischen Persönlichkeit auseinandersetzen und dem Umgang mit narzisstischen Verhaltensweisen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen den Unterschied zwischen narzisstischen Persönlichkeitsmerkmalen und einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung kennen.
- erhalten einen Überblick über mögliche Ursachen.
- erwerben Kompetenz im Umgang mit narzisstischen Verhaltensweisen.
- bekommen einen Einblick in Behandlungsmöglichkeiten.

REFERENT:

Mag. Herwig Thelen, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, hypnosystemischer Coach, Supervisor, Paartherapeut, Trainer für Motivational Interviewing, Trainer für NVR/Neue Autorität nach Haim Omer, Family Lab Berater, Musiker.

TERMIN: Mo, 18. Mai 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Tics, Zwangsstörungen, Autismus- spektrumstörungen und ADHS

... ihre Unterschiede und Hintergründe (inkl. angewandte Fallanalysen)

Nicht alle Verhaltensauffälligkeiten, die an Zwangsstörungen denken lassen, gehören zu diesem Erkrankungsspektrum. Das Seminar bietet einen gegenüberstellenden Überblick in die verschiedenen Erscheinungsformen von Tics, Zwangshandlungen und Zwangsgedanken. Wir beschäftigen uns mit Unterschieden und Hintergründen von Zwangsstörungen, Autismusspektrumstörungen und ADHS und bekommen einen Einblick in psychoanalytische und neurobiologische Erklärungsmodelle dieser doch sehr unterschiedlichen Störungen.

Anhand von Falldarstellungen aus Ihrem Arbeitsalltag werden Theorie und Praxis verbunden und ein konstruktiver Umgang sowie Interventionsmöglichkeiten im Betreuungsalltag diskutiert und erarbeitet.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erhalten einen Überblick über die verschiedenen Erscheinungsformen von Tics, Zwangshandlungen und Zwangsgedanken.
- können Zwangsstörungen von anderen Krankheitsformen unterscheiden und verstehen den „Sinn“ hinter den Handlungen.
- haben sich mit konkreten Fallbeispielen beschäftigt und daraus Interventionsmöglichkeiten für einen konstruktiven Umgang im Betreuungsalltag erarbeitet.

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Sigrid Alvin, Fachärztin für Psychiatrie, Ärztin für psychotherapeutische Medizin (Psychoanalyse), Supervisorin, Lehrtätigkeit.

TERMIN: Di, 19. und Mi, 20. Mai 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Die vielen Gesichter der DEPRESSION

Vielfältiger als erwartet

Die Depression rangiert unter allen Krankheiten weltweit an vorderster Stelle. Diese Krankheit tritt in unterschiedlichen Formen auf, auch die Ursachen und Hintergründe der Krankheit können sehr unterschiedlich sein, wie auch das Erleben der Betroffenen. Oftmals steht die Depression auch in Verbindung zu anderen psychiatrischen und anderen, allgemeinmedizinischen Erkrankungen. Das macht nicht nur die Behandlung komplexer, sondern stellt auch Betreuungspersonen vor zusätzliche Herausforderungen.

In diesem Seminar werden zunächst diagnostische Leitlinien behandelt und therapeutische Möglichkeiten erörtert. Es werden Symptome besprochen und deren Auswirkungen auf das tägliche Leben diskutiert. Wichtig dabei ist die Erarbeitung eines hilfreichen persönlichen Zugangs zu Betroffenen und vor allem praktischer Anregungen für die professionelle Begleitung und Betreuung.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- haben für die tägliche Arbeit ein Grundverständnis zur Erkrankung Depression und betroffenen Personen erworben.
- kennen diagnostische Grundprinzipien und wissen über Zusammenhänge mit anderen Erkrankungen Bescheid.
- haben Anregungen für einen adäquaten Umgang mit depressiven Personen erhalten.
- lernen, eigene Gefühle im Umgang mit Depressiven zu reflektieren.

REFERENT:

Dr. Stefan Sinz, Facharzt für Psychiatrie, Arzt für Allgemeinmedizin, Leiter des sozialpsychiatrischen Ambulatoriums im LIBIT Leoben, Vortragender an der Sigmund-Freud Privatuniversität, Psychotherapeutische Ausbildung u.a. auf dem Gebiet der systemischen Therapie und Psychoanalyse.

TERMIN LIEZEN: Do, 21. Mai, 9-17 Uhr und

Fr, 22. Mai 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: Lebenshilfe Ennstal, Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

ChronoBiologie

wie funktioniert unsere innere Uhr

Die innere Uhr wie auch äußere Taktgeber (wie Licht und Temperatur) bestimmen unsere körperlichen wie psychischen Abläufe, unser Wahrnehmen und unsere Erholung. Dies betrifft den Tag-Nacht-Rhythmus, die Ausschüttung von Hormonen, unseren Stoffwechsel aber auch unsere Gene. Zudem haben auch unsere Lebens- und Arbeitswelten einen Einfluss auf das reibungslose Funktionieren dieser natürlichen Prozesse.

Welche Auswirkungen eine Störung sowie die Pflege unserer inneren Uhr auf uns und unsere Klient:innen hat, soll in diesem Seminar beleuchtet werden. Abseits der Vermittlung von Grundlagen zu unterschiedlichen körperlichen und psychischen Prozessen werden auch Tipps und Tricks im achtsamen Umgang mit der inneren Uhr vermittelt.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit den Grundlagen und Auswirkungen der inneren Uhr auf Sie selbst und Ihre Kund:innen/Klient:innen.
- lernen welche Einflüsse und Verhaltensmaßnahmen die Abläufe der inneren Uhr positiv beeinflussen können.
- erfahren mehr über die Wechselwirkung von körperlichen und psychischen Abläufen und wie diese die Kommunikation und den Umgang miteinander beeinflussen.

REFERENT:

Dr. Christian Vajda, MPH, Universitärer Facharzt für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin an der Medizinischen Universität Graz, Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision in freier Praxis, Kommunikationstrainer für Gesundheitsberufe nach tEACH-Standard, selbstständige Vortragstätigkeit.

TERMIN: Do, 21. Mai 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.



Manchmal erschöpft und trotzdem gesund

Wie Sie im Alltag zur Ruhe kommen

Erschöpfungszustände sind oft Teil unseres beruflichen Alltages. Wie gelingt es uns jedoch, trotz hoher Anstrengungen psychisch und physisch gesund zu bleiben?

In humorvoller Art und Weise werden individuelle Strategien erarbeitet, wie ein Burnout zur sicheren Sache wird und wie Sie dieses im Sinne einer Burnout-Prävention verhindern können. Die eigenen Verhaltensweisen zu reflektieren und nachhaltig gegen Stress und Krisen zu steuern, stehen im Mittelpunkt des Seminartages.

Durch die Reflexion der drei Säulen der Selbst-Kompetenzen, „Selbstwahrnehmung“, „Selbstreflexion“ und „Selbstwirksamkeit“ lernen Sie wieder, Ihren Energie-Akku rechtzeitig aufzuladen und nach Feierabend richtig abzuschalten.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erkennen die Bedeutung von Ausgleich und Regeneration.
- erkennen die nötigen Strategien, um Schritt für Schritt Ihre gewohnten Verhaltensmuster durch gesündere zu ersetzen.
- lernen Tools und Werkzeuge aus dem Gesundheitskoffer kennen.
- erweitern Ihre Ressourcen und Entlastungsfaktoren auf persönlicher Ebene und gewinnen mehr Leichtigkeit in Ihrem Alltag.

REFERENTIN:

Barbara Hessler, Lebens- und Sozialberaterin, Logotherapie und Existenzanalyse, Bewegungstrainerin, Klinische Sexologin, Kleinkindpädagogin, Entspannungstrainerin.

Bitte mitbringen: Matte und Polster

TERMIN: Do, 28. Mai 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Umgang mit KONFLIKTEN in Beruf und Alltag

In einem konfliktreichen Spannungsfeld zu arbeiten, kann sehr frustrierend sein. Deshalb ist es umso wichtiger, sich mit dem eigenen Konfliktverständnis und –verhalten sowie unseren Konfliktmustern auseinanderzusetzen.

In diesem Seminar lernen wir zu verstehen, was in sozialen Konflikten passiert und wie sie verlaufen. Durch diese Auseinandersetzung wird es möglich, sich selbst in der Konfliktprävention zu stärken und einfache Instrumente in der Konfliktbearbeitung anzuwenden. Auf Basis von praktischen Beispielen und Empfehlungen für ein konstruktives Arbeitsverhältnis, werden wir angeregt, selbst aktiv zu werden.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erweitern Ihr Wissen über Konflikte und deren hintergründige Mechanismen.
- erfahren mehr über Ihr eigenes Konfliktverhalten.
- schärfen Ihre Wahrnehmungsfähigkeit für Konfliktsituationen.
- wenden ein Analysemodell zur Orientierung im Anlassfall an.

REFERENT:

Franz Seidl, MAS, MBA, eingetragener Mediator, Coach, Psychotherapeut, selbständiger Unternehmensberater, zertifizierter Risikomanager und Führungskräftecoach, langjährige Tätigkeit als Führungskraft im öffentlichen Gesundheitsbereich und in der Katastrophenhilfe.

TERMIN: Fr, 29. Mai 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Tod und Trauer in der Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Tod und Trauer sind Teil des Lebens. Jeder Mensch macht unterschiedliche Erfahrungen damit und trauert ganz individuell. Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung haben dasselbe Recht zu trauern, brauchen dabei jedoch oft adäquate Begleitung und Unterstützung.

Im Rahmen dieses Seminars setzen wir uns damit auseinander, was Menschen mit kognitiven Einschränkungen in dieser Extremsituation brauchen, wie man mit ihnen über den Tod sprechen und wie sich dieser „Trauerstress“ auswirken kann.

Fallbeispiele und eine praxisnahe Auseinandersetzung mit dem Thema runden dieses Seminar ab.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- bekommen einen Einblick, wie Menschen (mit kognitiver Beeinträchtigung) Trauer und Tod erleben können.
- schaffen es, emotionale Distanz zu wahren und unter Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse adäquat zu unterstützen.
- werden durch dieses Seminar zum „Fels in der Brandung“.

REFERENTIN:

Mag.^a Petra Preimesberger, Klinische (Notfall-) und Gesundheitspsychologin, Trauma- und Trauerbehandlung sowie Supervisorin in eigener Praxis, Lehrbeauftragte und ehemalige fachliche Leitung Krisenintervention Rotes Kreuz.

TERMIN: Mo, 8. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Die Kunst des FRAGENS

Gelungene Kommunikation durch systemische Fragen

Die richtige Frage zum richtigen Zeitpunkt gestellt ist oftmals entscheidend für den Erfolg eines Gespräches. Durch verschiedene Fragetechniken können Gespräche gut geleitet, begleitet und geführt werden. Die Qualität der Fragen spiegelt sich in der Information der erhaltenen Antworten wieder. Nur wer die richtigen - zum Fragenden passenden - Fragen stellt, erhält auch Antworten, die weiterhelfen und weiterbringen.

In diesem Seminar werden unterschiedliche Fragetechniken - anhand von konkreten Fallbeispielen - vorgestellt und erprobt, damit Sie in Zukunft Fragen bewusster formulieren und gemeinsam mit Ihrem Gegenüber zu gelungenen Kommunikations-/Gesprächs-/Beratungsergebnissen kommen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit den Grundlagen des systemischen Denkens und Handelns.
- lernen unterschiedliche Fragetechniken kennen und erproben „Die Kunst des Fragens“.
- finden Fragen und Worte, die zu Ihnen passen und die Ihnen im Beratungssetting „leicht über die Lippen kommen“.

REFERENTIN:

DSPⁱⁿ Leonore Petrovic, Systemische Psychotherapeutin, Sozialpädagogin, Supervisorin, Coach und Erwachsenenbildnerin, ehemalige Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie, Psychotherapeutin in eigener Praxis.

TERMIN: Di, 9. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Persönliche Zukunftsplanung kennen lernen

Personenzentriertes Denken und Arbeiten ausprobieren

Ausgehend von der Vision einer inklusiven Gesellschaft und der Überzeugung, dass Menschen wissen, was sie möchten und welche Ressourcen, Stärken und Fähigkeiten ihnen zur Verfügung stehen, bietet das Konzept der „Persönlichen Zukunftsplanung“ verschiedene Methoden und Formate, die das Erkunden von Wünschen, Fähigkeiten, Zugehörigkeit und (Lebens-)Zielen unterstützt. Personenzentriertes Denken und Handeln dient dabei als Basis und das Ermöglichen von Erfahrungen innerhalb der Gesellschaft spielt eine zentrale Rolle.

In diesem Grundlagen-Seminar bekommen Teilnehmer:innen einen Einblick in dieses praxisorientierte Konzept, das Menschen unabhängig von ihrer Biografie und Behinderung ein Leben mit mehr gesellschaftlicher Teilhabe sowie guten, manchmal auch schlechten, aber vor allem selbstgewählten Lebenserfahrungen ermöglichen soll.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit dem Menschenbild und der Philosophie Persönlicher Zukunftsplanung.
- lernen Grundlagen aus dem Prozess der Persönlichen Zukunftsplanung.
- bekommen einen Einblick in personenzentrierte Methoden zur Erkundung von Stärken, Fähigkeiten, Zugehörigkeit und Zielen oder für das Entwickeln des eigenen Willens und Ideen zum eigenen Leben.
- bekommen die Möglichkeit, diese Methoden sofort auszuprobieren und anzuwenden.
- haben die Gelegenheit, eigene Perspektiven und Erfahrungen aus der Praxis einzubringen und zu reflektieren.

Hinweis: Komplexe Zukunftsplanungsprozesse nach den Qualitätskriterien des Netzwerks Persönliche Zukunftsplanung sind nicht Teil dieses Seminars.

REFERENTIN:

Nicolette Blok, Moderatorin „Persönliche Zukunftsplanung“, Frühförderin, Erwachsenenbildnerin, Lebens- und Sozialberaterin, Unternehmensberaterin, langjährige Führungs- und Projekterfahrung in Einrichtungen für Menschen mit Behinderung.

TERMIN FÜRSTENFELD: Mi, 10. und Do, 11. Juni 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Herausfordernde Gesprächssituationen

mit GEWALTFREIER Kommunikation begegnen

Aufbauend auf den Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) liegt der Schwerpunkt dieses Seminartages auf herausfordernden Gesprächssituationen.

Forderungen, Vorwürfe, Schuldzuweisungen, Kritik, gefühlsgeladene Gespräche, Eskalation ... nehmen Zeit und Energie in Anspruch und belasten den Arbeitsalltag. „Kritik und Vorwürfe sind ungünstig formulierte Bitten“ so lautet das Motto der Gewaltfreien Kommunikation. Hinter jedem Vorwurf verstecken sich Bitten und Bedürfnisse.

Der Blick darauf ist nicht nur ein Verbindungsschlüssel zwischen Menschen, sondern stellt auch sicher, dass Wertschätzung und Augenhöhe gewahrt bleiben.

Schwerpunkte:

- Refresh der Grundlagen
- Empathische Gesprächsführung in herausfordernden Situationen
- Umgang mit Kritik, Vorwürfen und Schuldzuweisungen
- Praktisches Üben

Zielgruppe: Personen, die bereits Grundkenntnisse der Gewaltfreien Kommunikation haben.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- vertiefen Gewaltfreie Kommunikation als Methode und Haltung.
- erweitern Ihre Reaktionsmöglichkeiten.
- gewinnen Handlungsspielraum und Konfliktleichtigkeit.

REFERENTIN:

Martina Lehofer-Muhr, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Kommunikationstrainerin, Supervisorin, Coaching & Organisationsentwicklung, Multiplikatorin für das Projekt Giraffentraum®, Dipl. Behindertenpädagogin.

TERMIN: Mi, 10. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Wörter für Körper, Geist und Seele

Was ein einzelnes Wort bewirken kann...

... zeigt ein Workshop für mehr Achtsamkeit, Empowerment und Selbstwirksamkeit in der Sprache: Sie erfahren, was ein einzelnes Wort alles bewirken kann – beispielsweise jemanden stärken und ermuntern, Sicherheit vermitteln, Zuversicht ausdrücken, verbindend und motivierend wirken. Ein einzelnes Wort kann aber auch jemanden schwächen, etwas schwerer machen oder den Wert einer Aussage mindern. Feststeht: Es braucht keine überladenen Botschaften, um etwas zu erreichen oder zu verändern. Die Kraft dafür liegt oft in einem einzelnen Wort. Der Workshop stellt solche wirksamen Wörter vor – mit viel Knowhow, Schreibimpulsen und Momenten zur Reflexion.

INHALTE:

- sprachliche und psychologische Wirkung einzelner Wörter der deutschen Sprache
- viele Tipps für berufliche Kommunikation, um die richtige Wirkung zu erzielen
- kreative Schreibimpulse und kurze Reflexionen, um zu spüren, was die Wörter mit einem machen und wie man sie im eigenen Berufsalltag wirksam einbaut

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- reflektieren, was einzelne Wörter bei Ihnen auslösen, bewirken, verändern.
- erfahren, wie Sie die positive Kraft eines Wortes bewusst einsetzen können.
- gewinnen an Eloquenz in mündlicher wie schriftlicher Kommunikation.
- erweitern Ihren sprachlichen Handlungsspielraum.

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Doris Lind, promovierte Germanistin, Texttrainerin, Schreibcoach, Profi-Texterin und Sachbuch-Autorin – mit Wortpsychologie als Schwerpunkt.

TERMIN: Do, 11. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Mini-TRAUMATA überwinden, neue Wege finden

Systemische Ansätze zur Traumabewältigung

Bei Mini-Traumata handelt es sich um oft nicht bewusste Erfahrungen, die Klient:innen und vielleicht auch uns selbst, das Leben schwer machen. Das können Ereignisse aus der Kindheit, in der Schule, im familiären Umfeld oder plötzliche Veränderungen sein. Erlebnisse, die man nicht weiters beachtet hat, die aber tief verankert im Gedächtnis geblieben sind. Die Nachwirkungen sind oft bis ins Erwachsenenalter spürbar, vor allem dann, wenn die Gefühle von damals in Alltagssituationen plötzlich wieder in Erinnerung gerufen werden. In diesem Seminar geht es um systemische Ansätze, die Klient:innen unterstützen, traumatische Erfahrungen zu überwinden, Reaktionen zu verändern und handlungsfähig zu werden.

Wir widmen uns mit vielen praktischen Übungen der Ressourcenaktivierung und Stabilisierung von Klient:innen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erhalten Fachwissen über Mini-Traumata.
- lernen ein Basis-Handwerkszeug zur Unterstützung von traumatisierten Klient:innen.
- machen als Berater:in/Betreuer:in einen Teil Selbsterfahrung.
- bekommen ein Repertoire an Übungen zur Ressourcenaktivierung und Verhaltensänderung bei traumatisierten Klient:innen.

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Astrid Just, Systemische Psychotherapeutin, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, Supervisorin und Coach, EMDR-Therapeutin, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Autorin, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

TERMIN: Fr, 12. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)



ACHTSAMKEIT und SELBSTMITGEFÜHL als Basiskompetenzen für Beratung und Betreuung

ACHTSAMKEIT ist die bewusste, nicht verurteilende Aufmerksamkeit für die Gegenwart und SELBSTMITGEFÜHL ist eine Haltung von Freundlichkeit sich selbst gegenüber, wenn man mit Selbstzweifeln und anderen inneren Konflikten kämpft. Dies sind Grundkompetenzen in der Begleitung von Menschen, die helfen, während herausfordernden Begegnungen die innere Mitte und Ruhe wieder zu finden und reaktivierten eigenen Verletzungen heilsam zu begegnen. Dadurch ermöglichen sie, in sozialen Berufen Tätig, ein Modell für einen heilsamen Umgang mit schmerzhaften Emotionen zu sein und in schwierigen Situationen kreativ und flexibel zu bleiben.

In diesem Seminar werden Elemente von MBSR (Achtsamkeitsbasierter Stressreduktion), MSC (Achtsamkeitsbasiertes Selbstmitgefühl), IMP (Interpersonelles Achtsamkeitsprogramm) vorgestellt und ausreichend Zeit verwendet, diese zu üben.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, eine Matte und Decke sowie die Bereitschaft, sich auf Selbsterfahrung mit Methoden einzulassen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erwerben ein Verständnis für die Bedeutung von Achtsamkeit und Selbstmitgefühl in wissenschaftlich anerkannten Interventionen und wie diese klinisch wirken.
- lernen Übungen, mit denen Sie im Alltag selbst Ihre Fähigkeit zur Achtsamkeit und zum Selbstmitgefühl intensivieren können.
- erfahren, wie sich diese Übungen im Umgang mit herausfordernden Begegnungen auswirken.

REFERENTEN:

Dr. Helmut Renger, Psychiater und Psychotherapeut, MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Praxis in Zen Meditation, Yoga, Tai Chi und Qi Gong.

Mag. Jörg Trettler, Psychologe, MBSR und MBCT Lehrer, langjährige Praxis in tibetischer Meditation und tibetischem Yoga.

TERMIN RETZHOF: Mo, 15. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: Bildungshaus Schloss Retzhof, Dorfstraße 17, 8430 Wagna

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

TERMIN GRAZ: Di, 10. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Komplexe PostTRAUMATISCHE Belastungsstörung

Traumasensible Arbeit mit betroffenen Personen

In diesem Seminar lernen Sie zunächst neurobiologische Grundlagen der komplexen Posttraumatischen Belastung kennen. Diese sind wichtig, um die Symptome und Besonderheiten im Verhalten von betroffenen Menschen zu erkennen und einzuschätzen zu können.

Der zweite Teil des Seminars widmet sich der Arbeit mit komplex traumatisierten Menschen und wie in der Traumapädagogik/-beratung mit dieser Zielgruppe gearbeitet wird. Sie lernen Grundhaltungen kennen und was ein traumasensibler Umgang bedeutet. Darüber hinaus werden Methoden für den täglichen Umgang in der Betreuung oder im Beratungskontext vorgestellt und praktisches Handwerkszeug zur Prävention der Sekundärtraumatisierung vermittelt.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen die Symptome einer komplexen Posttraumatischen Belastungsstörung kennen.
- erhalten ein Repertoire an Tools, um mit betroffenen Personen traumasensibel arbeiten zu können.
- lernen die Haltung der Traumapädagogik und -beratung kennen.
- bekommen praktisches Handwerkszeug zur Prävention der sekundären Traumatisierung.

REFERENTIN:

Mag.^a Nicole Rubenstein, Klinische & Gesundheitspsychologin, abgeschlossenes Traumatherapie-Curriculum (ZAP Wien), Zertifiziert als Spezielle Psychotraumabehandlung durch DeGPT, in Ausbildung zur zertifizierten Pferdegestützten Psychotherapie.

TERMIN: Mo, 15. und Di, 16. Juni 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Soziale Ängste überwinden

Betroffene besser verstehen und unterstützen

Die Ursachen für die Entstehung sozialer Ängste und Phobien können von Person zu Person sehr unterschiedlich sein, meistens entstehen diese jedoch bereits im Kindes- und Jugendalter. Zum individuellen Leidensdruck von Betroffenen, sich durch die große Angst zu blamieren und von anderen negativ bewertet zu werden, können im Laufe der Zeit zunehmend soziale Probleme etwa in der Schule/Ausbildung oder im Job entstehen. Zurückgezogenheit als Reaktion führt zu Einsamkeit und weiteren Selbstzweifel, die zusätzliche psychische Probleme verursachen und krank machen können.

In diesem Seminar geht es darum, Betroffene besser verstehen zu lernen und sie dadurch in der täglichen Begegnung besser unterstützen zu können. Neben der Entstehung und Aufrechterhaltung, dem Erkennen von Symptomen und dem Verstehen von Menschen mit sozialen Ängsten, geht es im Seminar vor allem darum, Handlungsoptionen kennenzulernen, die im Arbeitsalltag unterstützend sein können. Ganz zentral sind dabei Fallbeispiele, die auch einen Einblick in die therapeutische Arbeit geben und die Möglichkeit, sich über eigene Klient:innen auszutauschen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erfahren wie Soziale Ängste entstehen, wodurch sie aufrechterhalten und verstärkt werden.
- lernen das Krankheitsbild und die Symptomatik Sozialer Ängste kennen.
- beschäftigen sich mit Praxisfällen, die einen intensiven Einblick geben.
- lernen Handlungsoptionen im Umgang mit Betroffenen kennen.

REFERENTIN:

Mag.³ rer.nat. Carine Anderle, Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie), Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Wahlpsychologin für Diagnostik, Arbeitspsychologin.

TERMIN: Fr, 19. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit erkennen und handeln

Schwerpunkt Alkohol und Benzodiazepine

Medikamentenabhängigkeit, oftmals auch als die „Stille Sucht“ bezeichnet, entsteht häufig schleichend im Verborgenen. Es sind, unter anderem, vor allem Beruhigungsmittel bzw. Schlafmittel, sogenannte Benzodiazepine, die zunächst oftmals ärztlich verschrieben, bei längerem Konsum, im besonderen Maße Suchtpotential in sich tragen. Die (erhoffte) Wirkung und der Anlass des Konsums ist oftmals jenem des regelmäßigen Alkoholkonsums sehr ähnlich. Deshalb werden die Substanzen im Seminar gemeinsam behandelt. Neben dem hohen Suchtpotential ist gerade hier der Mischkonsum besonders problematisch.

In diesem Seminar wird zunächst auf die Suchtmittel selbst eingegangen und diese Suchterkrankungen von unterschiedlichen Seiten beleuchtet. Die psychischen und sozialen Folgen Betroffener sind ebenfalls Thema, sowie Ansätze der Therapie und andere Unterstützungsformen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- haben sich mit der Entstehung und den dahinterstehenden Dynamiken von Alkohol- und Medikamentenmissbrauch befasst.
- kennen jene Medikamente, die zu einer körperlichen und psychischen Abhängigkeit führen können.
- beschäftigen sich mit den physischen, psychischen und sozialen Folgen einer Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit.
- lernen Möglichkeiten der Therapie und befassen sich mit unterstützender Haltung in der Betreuung/Begleitung Betroffener.

REFERENTIN:

Dr. In Christina Pillich, Fachärztin für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin, Leitende Oberärztin der Ambulanzen des Zentrums für Suchtmedizin LKH Graz II, Standort Süd.

TERMIN: Mo, 22. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (BÖP) anerkannt.

AMOK: Von der gefährlichen DROHUNG zur Tat

Wie wahrscheinlich ist die Umsetzung einer Drohung?

Menschen, die im psychosozialen Bereich arbeiten sehen sich in ihrer Tätigkeit immer häufiger mit Bedrohungen konfrontiert. Dieses Seminar soll einen grundsätzlichen Einblick in die unterschiedlichen Formen von Drohungen bzw. deren Umsetzungswahrscheinlichkeit geben. Hierfür werden sowohl Persönlichkeits- und Störungsaspekte der/des Drohenden, als auch die Entwicklungsmodelle zum möglichen Gewaltdelikt erklärt und an Fallbeispielen anschaulich vorgestellt. Abschließend werden Strategien und Möglichkeiten im Umgang mit verschiedenen Drohungen erörtert und ein allgemeines bzw. individuelles Risikomanagement erstellt.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen um die Abstufungen und Formen von Drohung und damit verbundenem Aggressionsrisiko.
- beschäftigen sich mit dem „Dahinterliegenden“ einer Drohung.
- wissen um zugrundeliegende Persönlichkeitsmerkmale und psychische Störungen.
- kennen Strategien und Möglichkeiten im Umgang mit verschiedenen Drohungen.
- beschäftigen sich mit Amok bei Erwachsenen und Amok bei Jugendlichen.

REFERENTIN:

Mag.^a Anita Raiger, MA, Forensische Psychologin, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Mediatorin, gerichtlich beeidigte & zertifizierte Sachverständige mit dem Schwerpunkt auf Gefährlichkeits- und Rückfallprognosen von Gewalt- und Sexualstraftäter:innen.

TERMIN: Di, 23. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Das DRAMAdreieck – verstehen, erkennen und aussteigen

Wenn Sie immer wieder ähnliche unerfreuliche zwischenmenschliche Situationen erleben, dann sind Sie möglicherweise in ein „Drama“ verwickelt.

Das Modell des „Dramadreiecks“ beschreibt unfruchtbare Beziehungsmuster, die zu konflikthaften Dynamiken führen.

Die typischen Rollen, wie Retter, Verfolger und Opfer werden oft unbewusst eingenommen und beeinflussen unser Verhalten sowie die Art und Weise, wie Konflikte entstehen und aufrechterhalten werden.

Gemeinsam lernen wir, die Mechanismen hinter diesen Rollen zu erkennen und zu verstehen, wie sie unsere Interaktionen prägen. Durch praktische Übungen und Reflexionen entwickeln die Teilnehmenden Strategien, um aus diesen Mustern auszusteigen und konstruktivere Kommunikationswege zu finden.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- bekommen eine Einführung in das Modell des Dramadreiecks.
- analysieren typische Rollen und deren Entstehung.
- stärken Ihr Bewusstsein für die eigenen Verhaltensmuster.
- finden Möglichkeiten, bewusst aus destruktiven Interaktionen auszusteigen.
- üben praktisch, wie Sie Kommunikation und Konfliktlösung verbessern können.

REFERENTIN:

Mag.º Birgit Mahrle-Haas, Erwachsenenbildnerin, Trainerin, Coach und Supervisorin, Lehrbeauftragte an diversen Bildungsinstitutionen.

TERMIN: Mi, 24. Juni, 9-17 Uhr und Do, 25. Juni 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Von der ÖVS-Bundesländergruppe Süd-Ost anerkannt.

Sexualpädagogische Materialien im Einsatz

Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Sexuelles Lernen ist ein lebenslanger Entwicklungsprozess, der sich auf körperlicher, emotionaler, kognitiver und sozialer Ebene vollzieht. Damit dieser Prozess gelingen kann, braucht es förderliche Rahmenbedingungen sowie pädagogische Begleitung, die Selbstbestimmung, Körperbewusstsein und Grenzachtung stärkt.

Das Seminar richtet den Fokus auf die sexualpädagogische Begleitung von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen im Betreuungsalltag. Die Teilnehmenden setzen sich mit zentralen Aspekten sexueller Bildung auseinander, reflektieren ihre pädagogische Haltung und erhalten praxisnahe Einblicke in den Einsatz unterschiedlicher sexualpädagogischer Materialien als unterstützendes Werkzeug in der täglichen Arbeit.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- bekommen Einblicke in den Bereich der sexuellen Bildung.
- verfügen über ein Verständnis der zentralen Aufgaben der sexualpädagogischen Begleitung.
- gewinnen einen Überblick über verschiedene sexualpädagogische Materialien, deren Anwendungsmöglichkeiten in der Arbeit mit Menschen mit Beeinträchtigung, sowie die dabei zu beachtenden Grenzen.
- erhalten Einblicke in die Fördermöglichkeiten sexueller Bildung im Alltag.

REFERENTIN:

Mag.⁹ Michaela Moser-Steigerwald, Sozialpädagogin, Sexualpädagogin, klinische Sexologie nach Sexocorporel, Sexualberaterin, LSB, Mitarbeiterin der Fachstelle .hautnah. im Bereich Erwachsenenbildung und Beratung.

TERMIN: Di, 30. Juni 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

IRRE ist menschlich

Von der Grenze zwischen psychischer Erkrankung und „normal“

**SEMINARE
IM
HERBST**

Ein etwas anderer Diskurs zu Krankheitsmodellen, Diagnosen und Therapien – mit dem Schwerpunkt, Wissen über verschiedene Störungsbilder zu vermitteln – verständlich, kritisch, differenziert!

In diesem Seminar werden verschiedene Krankheitsmodelle, Diagnosen und Therapien psychischer Störungen diskutiert. Ziel ist es, Wissen über unterschiedliche Störungsbilder verständlich, kritisch und differenziert zu vermitteln. Dabei werden Aspekte des Bio-Psycho-Sozialen Modells von Gesundheit und Krankheit beleuchtet und ein Exkurs zu den Konzepten der Neurodivergenz und Neurodiversität unternommen.

Die Teilnehmer:innen erhalten umfassende Einblicke in die Komplexität psychischer Erkrankungen und deren Behandlungsmöglichkeiten.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erhalten ein umfassendes Verständnis der verschiedenen Krankheitsmodelle und Diagnosen im Bereich der psychischen Gesundheit.
- gewinnen kritische Einblicke in die unterschiedlichen Therapieansätze und deren Wirksamkeit.
- erlangen differenziertes Wissen über verschiedene psychische Störungsbilder und deren Merkmale.
- entwickeln ein Bewusstsein für die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen und die gesellschaftlichen Normen im Umgang mit Abweichungen.

REFERENTIN:

Melanie Sonja Schweinzer, B.Sc., M.Sc., Klinische Psychologin in eigener Praxis, Forschung und Lehrende an der Med Uni Graz, Schwerpunkte in den Bereichen der Medizinischen Psychologie, Psychosomatik, Klinisch-Psychologischen Diagnostik, Kognitiven Neurowissenschaften, Psychoneuroimmunologie und Teil der Teaching Unit „Nutritional Psychiatry - Ernährungsmedizin in der Psychiatrie“.

TERMIN: Do, 24. September, 9-17 Uhr und
Fr, 25. September 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % UST)



JA zum NEIN

Wie gesunde Abgrenzung gelingen kann

Gesunde Grenzen sind mehr als ein bloßes Nein: Sie beginnen bereits lange bevor das Wort mit 4 Buchstaben gesprochen wird und brauchen gute Nachsorge, um sie dauerhaft und stabil halten zu können. Eine der Geheimzutaten heißt dabei Verbindung!

In diesem Workshop soll ein neuer und ganzheitlicher Zugang rundum gelungene Abgrenzung vermittelt werden, der den Teilnehmer:innen dabei hilft, in Verbindung mit sich und dem Gegenüber zu bleiben, während eigene Grenzen trotzdem gewahrt bleiben können.

Ziel ist es, die Resilienz und den persönlichen Werkzeugkoffer der Teilnehmer:innen zu erweitern, sowie eine stabile Basis zu schaffen, auf denen ein gelungenes und wertschätzendes NEIN aufgebaut und auch gehalten werden kann.

Im Rahmen des Seminars gibt es ausreichend Platz für Einzelübungen und Möglichkeiten zur Selbstreflexion.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- gewinnen einen Einblick in die Benefits gesunder Grenzen.
- lernen bewährte und ungewöhnliche Strategien kennen, um gesunde Grenzen zu setzen und auch zu halten.
- lernen die eigenen wunden Punkte kennen: wieso sagen wir Ja, obwohl wir Nein meinen.
- üben den Umgang mit den Folgen eines Neins, wie Schuldgefühle, Scham, Widerstand und Stress.

REFERENT:

Mag. Jochen Sailer, Psychologe, Lebens- und Sozialberater, langjährige Erfahrung in der Arbeit mit psychisch kranken Menschen, spezialisiert auf Themen der Selbstwertstärkung.

TERMIN: Mo, 28. September 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Krankheit und Psyche

Psychologische Begleitung und Unterstützung von Menschen mit körperlichen Erkrankungen

In diesem Seminar steht die psychologische Begleitung von Menschen mit körperlichen Erkrankungen im Mittelpunkt. Da ihre Bedürfnisse sich oft deutlich von jenen mit rein psychischen Erkrankungen unterscheiden, sind spezifische Herangehensweisen gefragt. Ziel ist es, die Lebensqualität zu fördern und den Umgang mit Schmerzen, Einschränkungen oder einer begrenzten Lebenszeit zu erleichtern. Vermittelt werden sowohl aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu den Wechselwirkungen zwischen Körper und Psyche als auch konkrete psychologische Techniken, die erkrankte Menschen in ihrer Krankheitsverarbeitung unterstützen und zu mehr Lebenszufriedenheit und Reduktion der körperlichen Symptome beitragen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit Zusammenhängen und Wechselwirkungen zwischen körperlichen Erkrankungen und psychischer Belastung anhand wissenschaftlicher Erkenntnisse.
- lernen klinisch psychologische Techniken zur Unterstützung der Krankheitsverarbeitung kennen.
- bekommen Möglichkeiten zur Förderung und Erhaltung der Lebensqualität vermittelt.
- erfahren mehr über psychologische Techniken zur Schmerzlinderung.

REFERENTIN:

Mag. Theresia Maria Wolf, Klinische- und Gesundheitspsychologin in freier Praxis mit Schwerpunkt psychologische Behandlung bei psychischen und körperlichen Erkrankungen, ehem. Klinische Psychologin der KAGES mit Schwerpunkt Psychoonkologie, psychologische Schmerzbehandlung und Krankheitsverarbeitung, zertifizierte Reittherapeutin.

TERMIN: Di, 29. September 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Das Soziale GEHIRN

Der Einfluss von Emotionen auf unser Stressverhalten

Die Gehirnentwicklung eines Säuglings ist in weiten Teilen noch nicht abgeschlossen und erfolgt postnatal durch neuroplastische Prozesse (entwicklungs- und erfahrungsbedingte Veränderungen des Gehirns). Aufgrund dieser Neuroplastizität ist das kindliche Gehirn besonders lernfähig, trägt aber auch ein erhöhtes Vulnerabilitätsrisiko, wenn Kinder negativen Umwelteinflüssen ausgesetzt sind. Negative Erlebnisse und Stressoren, wie Traumata, Vernachlässigung oder Misshandlungen können zu weitreichenden anatomisch-funktionellen Veränderungen des kindlichen Gehirns führen, die in weiterer Folge kognitive Schäden und langfristig verstärkte Angstreaktionen auslösen.

In diesem Seminar werden zunächst neurowissenschaftliche Erkenntnisse zur Gehirnentwicklung vermittelt und deren mögliche Auswirkungen analysiert. Darüber hinaus werden Handlungsstrategien im Umgang mit betroffenen Kindern und Jugendlichen erarbeitet.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erwerben Kenntnisse zu neurobiologischen Ursachen und auslösenden Faktoren, um emotionale Krisen, Aggression und Gewaltbereitschaft besser verstehen zu können.
- setzen sich beispielhaft mit stress-induzierten Affekthandlungen auseinander und entwickeln Strategien, um eine Wiederholung von traumatischen Beziehungskonstellationen zu vermeiden.
- reflektieren eigene Zugänge zum Thema Emotionen, Stress und Beziehungsarbeit.
- erfahren mehr über psychoedukative Maßnahmen zur traumasensiblen Beziehungsarbeit und Krisenbewältigung.
- erarbeiten Unterstützungsmodelle (Scaffolding) für gewaltbetroffene oder traumatisierte Kinder und Jugendliche.

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Isabella Sarto-Jackson, Neurobiologin, Lektorin sowie Referentin; Geschäftsführerin des Konrad-Lorenz-Instituts für Evolutions- und Kognitionsforschung; ehem. Präsidentin der Österr. Ges. für Neurowissenschaften; Bereich Sozialpädagogik: Psychoedukation bei schwierigen Kindern und Jugendlichen und Begleitung von Eltern und Betreuer:innen mittels psychoedukativer Ansätze.

TERMIN: Mi, 30. September 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

KREATIV denken

Wirkungsvolle Methoden für Fallarbeit und Teamprozesse

Dieses Seminar bringt frische Ideen in Beratung, Begleitung und Teamarbeit – mit alltagstauglichen Tools, die Denkprozesse anregen und das Arbeiten mit Symbolen praxisnah erlebbar machen. Ziel ist es, neue Wege für eingefahrene Situationen zu finden und die Kreativität der Teilnehmer:innen zu entfalten. Das Seminar lebt von den Themen und Erfahrungen der Teilnehmer:innen.

Im Hintergrund stehen verschiedene Methoden zur Verfügung, wie die Arbeit mit Symbolen, kreative Techniken, kollegiale Beratung, Denkhütte, Retrospektive, Energiefass, Zielscheibe und Pro- und Contra-Analysen von Fragetechniken und wirksame Dialoge für dringende Lösungen.

Das Ausprobieren und Experimentieren mit vielfältigen Methoden bietet den Teilnehmer:innen ein inspirierendes Umfeld, in dem kreative Ansätze in der Betreuungs- und Beratungstätigkeit spielerisch erprobt werden können.

Das offene Format ist ein Mix aus Supervision, Workshop und Erfahrungsaustausch.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lassen Ihrer Kreativität freien Lauf.
- lernen von der Erfahrung der gesamten Gruppe.
- probieren neue Methoden aus.
- nehmen eine Schatzkiste an Interventionstechniken für den beruflichen Alltag mit.

REFERENTIN:

DSAⁱⁿ Barbara Ertl, Familienberaterin, Supervisorin und diplomierte HR Business Partnerin. Sie verfügt über langjährige Leitungserfahrung im Sozialbereich sowie in internationalen Konzernen. Seit 2008 arbeitet sie in eigener Praxis und begleitet Fach- und Führungskräfte mit Fokus auf Beratung, Teamarbeit und situatives Führen.

TERMIN: Do, 1. Oktober, 9-17 Uhr und
Fr, 2. Oktober 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Von der ÖVS-Bundesländergruppe Süd-Ost anerkannt.



Die Kraft echter Wertschätzung

Haltung, Kommunikation und Kultur im Berufsalltag

Echte Wertschätzung ist mehr als ein freundliches Wort oder ein gelegentliches Lob – sie ist eine Haltung, die jede Begegnung prägt. Sie beeinflusst, wie wir miteinander sprechen, zusammenarbeiten und Konflikte lösen. Gerade im beruflichen Kontext ist sie ein Schlüssel für Motivation, Vertrauen und ein gesundes Arbeitsklima.

In diesem praxisnahen Seminar entdecken Sie, wie Wertschätzung im Alltag sichtbar und spürbar wird. Sie erfahren, wie sie sich von bloßem Lob unterscheidet, wie sie authentisch vermittelt werden kann – auch in herausfordern- den Situationen - und wie daraus Schritt für Schritt eine gelebte Kultur des Miteinanders entsteht.

INHALTE:

- Was Wertschätzung wirklich bedeutet – und was nicht
- Wertschätzung authentisch im Arbeitskontext ausdrücken
- Selbstwertschätzung als Basis für Begegnung auf Augenhöhe
- Fehler und Kritik konstruktiv und wertschätzend ansprechen
- Die Rolle von Empathie als Erfolgsfaktor für wertschätzende Kommunikation

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen, echte Wertschätzung von bloßem Lob zu unterscheiden und deren Wirkung auf Zusammenarbeit und Arbeitsklima zu erkennen.
- formulieren Lob, Kritik und Feedback konstruktiv und respektvoll mit wertschätzender Kommunikation.
- entwickeln Ideen und Ansätze, um eine gelebte Wertschätzungskultur im Arbeitskontext zu fördern.
- reflektieren Ihre eigene Haltung zu Wertschätzung und stärken sie gezielt.

REFERENTIN:

Martina Lehofer-Muhr, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Kommunikationstrainerin, Supervisorin, Coaching & Organisationsentwicklung, Multiplikatorin für das Projekt Giraffentraum®, Dipl. Behindertenpädagogin.

TERMIN GRAZ: Di, 6. Oktober 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

EINSAMKEIT

Selbstwert stärken und Wertschätzung leben

Gefühle der Einsamkeit sind weit verbreitet, betreffen sehr unterschiedliche Menschen, werden aber häufig tabuisiert. Gemeinsam ist aber allen sich (längerfristig) einsam fühlenden Menschen, dass fehlende und/oder dysfunktionale Beziehungen für die Betroffenen einen Leidensdruck erzeugen und oftmals auch krank machen.

Wie Menschen mit Einsamkeitsproblemen unterstützt werden können, ist Inhalt dieses 2-tägigen Seminars mit einem Schwerpunkt auf Förderung von Selbstwert und Wertschätzung. Zahlreiche Übungen zur Stärkung des Selbstwertgefühls und zur Förderung eines wertschätzenden Miteinander werden ausprobiert und in anschließenden kollegialen Gesprächsrunden diskutiert. Arbeitsblätter und praktische Übungen sind nicht nur Anregungen für die tägliche Arbeit, sondern dienen auch der Selbstreflexion und Psychohygiene der Teilnehmer:innen. Schriftliche Unterlagen (in einfacher Sprache) erleichtern den Wissenstransfer und die Bewusstmachung wichtiger Inhalte im alltäglichen Handeln nach dem Seminar.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit den Ursachen und Auswirkungen von Einsamkeit unterschiedlicher Zielgruppen.
- lernen sozialpsychologische Methoden der Selbstwertstärkung und gelebten Wertschätzung kennen und anwenden.
- beschäftigen sich durch das Ausprobieren der Übungen mit sich selbst und erlangen dadurch eine wertvolle Psychohygiene und Selbsterkenntnis.
- gewinnen durch eine aktive Mitarbeit eine Stärkung Ihrer Selbstwirksamkeit und Ihres Selbstwertgefühls und festigen darüber hinaus Ihre sozialen Kompetenzen.

REFERENTIN:

Univ.-Lekt.in Mag.^a Dr.ⁱⁿ Helga Elisabeth Schachinger, seit 30 Jahren selbständige Arbeits- und Sozialpsychologin mit Schwerpunkt „Politische Psychologie“ sowie Förderung eines gesunden Selbstwertgefühls und wertschätzenden Miteinanders, Referentin an verschiedenen Pädagogischen Hochschulen, Akademien und Erwachsenenbildungseinrichtungen. Autorin von Büchern und Fachartikeln.

TERMIN: Mi, 7. und Do, 8. Oktober 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Sucht und Medien

mit Blick auf Prävention und Intervention

Digitale Medien haben auf viele Menschen eine Sogwirkung. Zunehmend kann vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen jedoch ein exzessiver Medienkonsum beobachtet werden. Die Grenze zur Sucht verläuft fließend. Medien-, Handy- und Internetsucht sind gebräuchliche Begriffe geworden. In diesem Seminar betrachten wir die spezielle Dynamik digitaler Medien, ihre Wirkung auf Menschen und ihr Suchtpotential. Wir beschäftigen uns mit Präventions- und Interventionsmöglichkeiten, um Menschen mit exzessivem Medienkonsum oder Suchtverhalten psychoedukativ, pädagogisch oder psychologisch zu unterstützen – ob dies in digitalen Spielen, auf Social Media oder auch in der Onlinepornographie ist.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- kennen die Wirkung digitaler Medien auf Menschen.
- wissen, wie exzessiver Medienkonsum entsteht und welche Medien überwiegend konsumiert werden.
- kennen Präventions-, Interventions- und Unterstützungsmöglichkeiten für Kund:innen und Klient:innen.

REFERENT:INNEN:

Lukas Wagner, MSc., Psychotherapeut, Medienpädagoge, Sexualpädagoge. Psychotherapeutisch tätig in freier Praxis in Graz. Arbeitsschwerpunkte: Jugendliche, junge Erwachsene, neue Medien und digitale Lebenswelten.

Lene Lantos, MA, MSc., selbstständige Klinische Psychologin in freier Praxis in Graz. Medien- und Kommunikationswissenschaftlerin.

TERMIN GRAZ: Do, 8. Oktober, 9-17 Uhr und

Fr, 9. Oktober 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Demenz und Behinderung im Blick

Gemeinsam durch die Veränderung

Die Begleitung von Menschen mit Behinderung, die demenzielle Veränderungen zeigen, rückt immer mehr in den Fokus und erfordert Wissen, Einfühlungsvermögen und gute Teamarbeit.

In dieser Fortbildung stehen die Früherkennung, praxisnahe Methoden, Alltagsgestaltung und die Kommunikation mit diesen Menschen im Mittelpunkt. Gemeinsam reflektieren wir Herausforderungen aus der Praxis, entwickeln Strategien und stärken unsere Handlungssicherheit für den Betreuungsalltag. Ein Tag für alle, die Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen auch bei zunehmender Demenz verlässlich, kompetent und achtsam zur Seite stehen möchten.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- können typische Anzeichen einer demenziellen Erkrankung bei Menschen mit Behinderungen erkennen und von anderen Ursachen abgrenzen.
- kennen praxisnahe Ansätze zur Strukturierung des Alltags, zur Orientierung und zur Förderung von Teilhabe – auch bei fortschreitender Demenz.
- reflektieren herausfordernde Situationen aus dem Berufsalltag und entwickeln Handlungsstrategien, um demenziell veränderte Menschen mit mehr Sicherheit und Empathie zu begleiten.

REFERENTIN:

Dipl.-Päd.ⁱⁿ Ingeborg Wolfmayr, Pädagogin mit langjähriger Erfahrung mit Menschen mit Behinderung jeden Alters, Erwachsenenbildnerin.

TERMIN: Mo, 12. Oktober 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Auf die BEZIEHUNG kommt es an

Ressourcenorientiertes Arbeiten mit belasteten Jugendlichen

Der Schwerpunkt des Seminars liegt im Beziehungsaufbau mit belasteten Jugendlichen, der die Basis eines professionellen psychosozialen Angebotes darstellt. Manchmal braucht es dabei ein „Out of the Box“ - Denken und Handeln. So bunt wie viele Jugendliche selbst, so kreativ, unkonventionell, mutig, individuell und respektvoll sollte auch unser Angebot sein, um in Kontakt zu treten.

Der erste Teil des Seminars widmet sich der Identitätsfindung von Jugendlichen: Gehirnentwicklung und Besonderheiten der Pubertät, Gender- und sexuelle Identität, Abgrenzung und Zugehörigkeit sowie die Bedeutung von digitalen Inputs in dieser Lebensperiode werden beleuchtet. Mitgedacht werden dabei auch die Vulnerabilität für psychische Belastungen und Krisen (sozialer Rückzug, Ängste, Depression, Trauma, selbstverletzendes Verhalten, Suizidalität).

Im zweiten Teil beschäftigen wir uns mit der Entwicklung der eigenen professionellen Haltung, der Schärfung des Blickes durch die Ressourcenbrille, sowie mit Gesprächstools für die Beziehungsgestaltung mit der Zielgruppe.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit belastenden Themen in der Lebenswelt von Jugendlichen.
- lernen Möglichkeiten kennen, mit der Zielgruppe eine tragfähige Beziehung aufzubauen.
- reflektieren Ihre Haltung gegenüber Jugendlichen und arbeiten an dieser weiter.
- lernen Beratungsmöglichkeiten und -tools kennen mit dem Ziel, die Ressourcen der Zielgruppe zu aktivieren.

REFERENTIN:

Dr. phil. Marlena Koppendorfer, Systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutin in freier Praxis und in der institutionellen niederschweligen Basisversorgung. Langjährige Erfahrung in der Beratung von Kindern, Jugendlichen und Bezugspersonen bei 147 Rat auf Draht und der LGBITQA* Courage Beratungsstellen. Trainerin im Rahmen des EU-geförderten Projektes saferinternet.at.

TERMIN GRAZ: Mo, 12. und Di, 13. Oktober 2026, jew. 9-15:15 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Praxisseminar Psychotraumatologie

Trauma verstehen – Stabilität fördern – Handlungsfähigkeit stärken

In der pädagogischen Begleitung von Menschen ist es essenziell, traumabegogene Symptome zu erkennen und stabilisierende Maßnahmen umsetzen zu können. Dieses Seminar richtet sich gezielt an Praktiker:innen und vermittelt anwendungsnahe zentrale Grundlagen der Psychotraumatologie.

Im Mittelpunkt stehen Fallbeispiele, konkrete Übungen sowie die Erarbeitung von Techniken zur psychoedukativen Vermittlung, zur Förderung innerer Sicherheit und zur Verbesserung der Selbstregulation. Dabei ist die Bedeutung der Beziehungsgestaltung und der Präsenz im traumapädagogischen Kontext ganz zentral und wird im Seminar vermittelt.

Ziel ist es, Ihre Handlungssicherheit im Umgang mit traumatisierten Personen zu erweitern und sofort anwendbare Methoden für Ihren Arbeitsalltag mitzunehmen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- können zentrale Inhalte der Psychoedukation klar und adressatengerecht vermitteln.
- beherrschen grundlegende traumapädagogische Stabilisierungstechniken.
- sind sicherer in der Anwendung von Methoden zur Stressregulation (z. B. Atmung, Körperwahrnehmung, Achtsamkeitsübungen).
- können Fallbeispiele reflektieren und konkrete Handlungsschritte ableiten.
- erkennen Ihre Rolle, Ihre Möglichkeiten und auch Grenzen im Umgang mit traumatisierten Menschen.

REFERENTIN:

Mag.^a Nicole Rubenstein, Klinische & Gesundheitspsychologin, abgeschlossenes Traumatherapie-Curriculum (ZAP Wien), Zertifiziert als Spezielle Psychotraumabehandlung durch DeGPT; in Ausbildung zur zertifizierten Pferdegestützten Psychotherapie.

TERMIN: Mi, 14. und Do, 15. Oktober 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Das *BIPOLARE* Spektrum

Von „himmelhoch-jauchzend“ bis „zu Tode betrübt“

Das bipolare Spektrum stellt wohl eine der eindrucksvollsten Spielarten menschlichen Erlebens, Handelns und auch Leidens dar. Verschiedenste psychopathologische Phänomene finden sich innerhalb der beiden Pole - manche klinisch relativ und eindeutig, manche erst bei genauerer Diagnose und Differentialdiagnose sicht- und behandelbar. Grundwissen auf diesem Feld, verbunden mit einer speziellen Haltung, ermöglicht Beratung, Begleitung und Therapie betroffener Menschen.

Dieses Thema wird im Seminar auf Basis eines bio-psycho-sozialen und wissenschaftlichen Konzeptes möglichst praxisnah und anschaulich bearbeitet.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- bekommen ein Grundverständnis für verschiedene Erkrankungen aus dem bipolaren Spektrum.
- kennen wissenschaftliche Konzepte des bipolaren Spektrums und seine Differentialdiagnosen.
- lernen Möglichkeiten und Grenzen von pharmakologischen Ansätzen und psychotherapeutischen Strategien kennen.
- beschäftigen sich mit Interventionsmöglichkeiten und haben Handlungsoptionen für Situationen im Betreuungsalltag.

REFERENT:

Dr. Stefan Sinz, Facharzt für Psychiatrie, Arzt für Allgemeinmedizin, Leiter des sozialpsychiatrischen Ambulatoriums im LIBIT Leoben, Vortragender an der Sigmund-Freud Privatuniversität, Psychotherapeutische Ausbildung u.a. auf dem Gebiet der systemischen Therapie und Psychoanalyse.

TERMIN: Fr, 16. Oktober 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

INTUITION

Wie nutze ich meine unbewusste Intelligenz?

Wir begegnen in der sozialen Arbeit vielen Menschen. Es gibt unterschiedliche „erste Eindrücke“ und „intuitive Eingebungen“ und vermeintlich wird vorwiegend auf verbaler Ebene kommuniziert. Doch während sprachliche Informationen ausgetauscht werden, entstehen gleichzeitig innere Bilder, Phantasien und Vermutungen übereinander. Über wen sie etwas Wichtiges sagen – über mich oder über mein Gegenüber oder über uns beide - ist vorerst offen.

Diese unbewussten Wahrnehmungen und deren Interpretation sind neben dem fachlichen und methodischen Wissen für das Gelingen von Gesprächen, Beratungen oder täglichen Begegnungen entscheidend. Darum ist es wichtig, unsere Intuition zu schulen, zu überprüfen und bewusst zu nutzen. So können wir unsere unbewusste Intelligenz nutzen.

„Alles was wirklich zählt, ist Intuition.“

Albert Einstein

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen über das Potential unbewusster Wahrnehmungen und Interpretationen Bescheid.
- haben die Vielfalt des Begriffs reflektiert und kennen die drei Arten der Intuition.
- können Ihre Intuitionen überprüfen und wissen, diese bewusst einzusetzen.
- haben Methoden des Zugangs zu intuitivem Wissen in unterschiedlichen Settings erprobt.

REFERENTIN:

Dr.ⁱⁿ Gerda Peschel, Psychologin, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin, Transaktionsanalytikerin, Supervisorin.

TERMIN: Mo, 19. Oktober 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

STIMMENhören

Gelingende Beziehungsarbeit mit Stimmenhörenden

Viele Menschen mit psychiatrischen Erkrankungen leiden unter sogenanntem „Stimmenhören“. Dabei handelt es sich um akustische Halluzinationen, die häufig die Lebensqualität der Betroffenen massiv beeinträchtigen.

Dieses Seminar bietet eine Einführung in die Theorie des „Stimmenhörens“ und geht dabei folgenden Fragen nach:

- Wie lässt sich dieses Phänomen erklären?
- Wie entstehen akustische Halluzinationen und welche Arten gibt es?
- Welche Bedeutung können diese „Stimmen“ haben?
- Welche Behandlungsansätze gibt es und wie erfolgreich sind sie?

Darauf aufbauend werden anhand von Fallbeispielen subjektive Erlebnisweisen und Reaktionen der Betroffenen dargestellt. Besonderes Augenmerk wird auf eine gelingende Beziehungsarbeit mit Betroffenen und dabei zu beachtenden Kommunikations- und Verhaltensregeln gelegt. Aber auch Aspekte des Selbstschutzes in der Betreuung werden behandelt.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen über Entstehung, Arten und mögliche Bedeutungen von akustischen Halluzinationen Bescheid.
- kennen verschiedene Behandlungsansätze und deren Erfolgsaussichten beim Phänomen „Stimmenhören“.
- setzen sich mit dem subjektiven Erleben von Betroffenen auseinander.
- wissen, welche Kommunikations- und Verhaltensregeln zu einer gelingenden professionellen Beziehungsarbeit beitragen.

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Sigrid Alvin, Fachärztin für Psychiatrie, Ärztin für psychotherapeutische Medizin (Psychoanalyse), Supervisorin, Lehrtätigkeit.

TERMIN: Di, 20. und Mi, 21. Oktober 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Gehirn-(R-)EVOLUTION

Wie gehen wir mit unseren Gehirnen um und was denken sich unsere Gehirne dabei?

Das Seminar bietet eine neuro-psychiatrische Reise in „das menschliche Gehirn“ mit seinen Entwicklungsmöglichkeiten und seinen unterschiedlichen Wahrnehmungsverarbeitungen. Wir spannen einen Bogen von der gesunden Gehirnentwicklung, in der sowohl konstitutionelle als auch funktionelle Faktoren zur individuellen und jeweils einzigartigen Ausgestaltung des Gehirnes führen – über besonders vulnerable Entwicklungsphasen, die in der Kindererziehung besondere Aufmerksamkeit erfordern – bis hin zur „Gehirn-Krise“, die psychische und neurologische Krankheiten zur Folge haben kann.

Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit der Bedeutung von Bewegung, Schlaf und Ernährung, sowie mit den Alterungsprozessen im Gehirn und der Auswirkung von Depression und anderen psychischen Erkrankungen. Besondere Beachtung findet das „Soziale Gehirn“ zum einen im Kontext Plastizität, Resilienz und zum anderen im Zusammenhang mit Suchterkrankungen. Es werden die günstigen Einflüsse auf das Gehirn zusammengefasst, wobei auch Lerntechniken nicht unerwähnt bleiben.

Abschließend gibt es Zeit und Möglichkeit für Diskussionen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erfahren, wie sich das Gehirn entwickelt, Wahrnehmungen verarbeitet werden und was diese beeinflusst.
- beschäftigen sich mit vulnerablen Entwicklungsphasen des Gehirns und wie sich negative Einflüsse auswirken können, bis hin zu psychischen Erkrankungen.
- lernen, welche Bedeutung soziale Beziehungen auf das Gehirn haben.
- erfahren, was das Gehirn beim Lernen unterstützt und ihm hilft gesund zu bleiben.

REFERENTIN:

Dr.ⁱⁿ Sigrid Alvin, Fachärztin für Psychiatrie, Ärztin für psychotherapeutische Medizin (Psychoanalyse), Supervisorin, Lehrtätigkeit.

TERMIN: Do, 22. und Fr, 23. Oktober 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Sexualität und Selbstbestimmung

Begleitung von Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Die Begleitung von Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung in ihrer sexuellen Entwicklung und auf ihrem Weg zu selbstbestimmt gelebter Sexualität stellt Betreuer:innen und auch unsere Kund:innen vor vielfältige Fragen und Aufgaben. Das Recht auf Selbstbestimmung hat sich vor allem durch die Verankerung in der UN-Behindertenkonvention stark weiterentwickelt. Die daraus resultierenden Empfehlungen für Einrichtungen und die damit verbundenen Aufgaben für Mitarbeiter:innen stehen im Fokus dieses Seminars.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- haben Ihr Wissen über „Sexualität“ und „Selbstbestimmung“ erweitert.
- erkennen, dass die sexuelle Lerngeschichte Lernfelder und Unterstützung benötigt.
- haben Ihre Wahrnehmung betreffend Grenzen, Nähe und Distanz geschärft.
- wissen über vielfältige Förderungsmöglichkeiten Bescheid.
- haben mehr Klarheit über Ihre Rolle und Aufgabenbereiche zum Themenschwerpunkt.

REFERENT:INNEN:

Team der Fachstelle **.hautnah.** der alpha nova Betriebsgesellschaft m.b.H.

TERMIN LIEZEN: Do, 22. Oktober 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: Lebenshilfe Ennstal, Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Psychische ERSTE HILFE in Krisensituationen

Unterstützung im Akutfall

Psychische Erste Hilfe (PEH) ist eine psychosoziale Maßnahme im Akutfall und kann bzw. soll überall dort angewandt werden, wo betroffene Personen kurzfristig nicht handlungsfähig sind.

In diesem Seminar werden wir uns ansehen, welche physischen und psychischen Reaktionen im Akutfall auftreten können und wie wir als „Helfer:innen“ beratend unterstützen, die betroffene Person psychisch stabilisieren und gemeinsam bedürfnisorientierte weitere Maßnahmen setzen können.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erfahren, wie Menschen unter (Extrem-)Stress reagieren.
- lernen, Menschen in dieser Situation durch PEH gut zu unterstützen.
- fühlen sich nach diesem Seminar in der Lage, bei Bedarf das Gelernte sofort umzusetzen.

REFERENTIN:

Mag. a Petra Preimesberger, Klinische (Notfall-) und Gesundheitspsychologin, Trauma- und Trauerbehandlung sowie Supervisorin in eigener Praxis, Lehrbeauftragte.

TERMIN: Do, 5. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

„Ein SKILL kommt selten alleine“ Skills zur Emotionsregelung

Was tun, wenn die Spannung unerträglich wird...

Unter Skills versteht man (an)geeignete Strategien, um mit negativen Gefühlen oder Spannungszuständen umzugehen. Menschen, die solche Strategien nicht beherrschen, zeigen oft Schwierigkeiten in der Emotions- und Impulsregulation, was zu unangemessenen Handlungen oder Angst und Panik führen kann. Häufig betroffen sind Menschen mit einer emotional instabilen Persönlichkeitsentwicklung sowie einer traumatisierenden Entwicklung.

Was dieses sogenannte dysfunktionale Verhalten ausmacht, in welcher Form es auftritt und wie man intervenieren kann, soll in diesem Seminar erarbeitet werden.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit dem Umgang von Emotions- und Impulsregulations-schwierigkeiten mit der Hilfe sogenannter Skills.
- lernen, Spannungszustände zu erkennen und zu bewerten.
- tauschen sich über unterschiedliche Erfahrungen in diesem Bereich aus.

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Sylvia Kaschnitz, Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, und psychotherapeutische Medizin, OÄ an der Abteilung Kinder- und Jugendpsychiatrie am LKH Graz 2, sowie in freier Praxis.

TERMIN GRAZ: Do, 5. November, 9-17 Uhr und

Fr, 6. November 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

VerhaltensMUSTER unterbrechen

Vererbte Muster erkennen, unterbrechen und verabschieden

Immer wieder stellen wir bei uns oder anderen fest, dass bestimmte Verhaltensweisen von Generation zu Generation weitergegeben werden und sich das auch durch die Familiengeschichten vieler Klient:innen zieht.

So zum Beispiel: Kinder aggressiver Eltern verhalten sich ihren Kindern gegenüber ähnlich aggressiv. Die Tochter der überforderten Mutter hat später selbst Probleme, sich zu entspannen.

Damit Verhalten unterbrochen werden kann, müssen wir es zunächst erkennen und Betroffenen helfen, es zu reflektieren und sie dabei auf praktischer Ebene unterstützen. Wie diese Unterstützung aussehen kann, wird in diesem Seminar gezeigt. Achtsamkeits- und Skillstraining sowie Übungen aus der Traumatherapie können Entspannung, Ruhe und Sicherheit geben. Im Seminar werden diese unterschiedlichen Übungen vermittelt und erprobt, um mit neuem Handwerkzeug in den eigenen Tätigkeitsbereich zu gehen.

Dabei darf ein kleiner Ausflug zu den eigenen Mustern nicht fehlen – denn wenn wir Menschen dabei helfen wollen, neue Strategien und Wege zu entwickeln, lohnt es sich, auch die eigenen Erblasten zu reflektieren.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- kennen theoretische Grundlagen über die Weitergabe von Verhaltensmustern, Traumatisierungen und Überlebensstrategien.
- erfahren etwas über eigene Verhaltensmuster.
- bekommen ein Repertoire an praktischen Übungen (Entspannungstechniken, Traumatechniken, Skillstraining, etc.).

REFERENTIN:

Dr. ⁱⁿ Astrid Just, Systemische Psychotherapeutin, Soziologin, Diplomierte Sozialarbeiterin, Supervisorin und Coach, jahrelange Erfahrung im Bereich Psychiatrie, Trauma und Krisenintervention, Autorin, Mitarbeiterin am Institut für Systemische Therapie Wien.

TERMIN: Fr, 6. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

MENTALISIERUNGSFÄHIGkeit

Mentalisierungsbasierte Haltung im Umgang mit Klient:innen

Es ist bekannt, dass Klient:innen im psychosozialen Setting eher komplexe Verhaltensweisen und emotionale Schwierigkeiten aufweisen, die Betreuer:innen im Umgang mit dieser Zielgruppe teilweise an ihre Grenzen bringen. Die mentalisierungsbasierte Haltung dient dazu, die Emotions- und Verhaltensweisen der Klient:innen besser zu verstehen und demnach zu handeln.

Mentalisieren kann als Fähigkeit verstanden werden, dem eigenen und dem Verhalten anderer einen Sinn zuzuschreiben. Zu den Schlüsselkomponenten der mentalisierenden Haltung gehören Neugierde, Humor und das Interesse an der Erforschung der Perspektive des Anderen durch eine konstante Berücksichtigung dessen kognitiven und affektiven Zustands.

Im Seminar wird das theoretische Konzept und die Methoden der Mentalisierung vorgestellt, mit dem Ziel, in konfliktreichen Situationen oder bei Affektdurchbrüchen der Klient:innen reflektiert und emotional reguliert zu bleiben.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen das Konzept der Mentalisierungsfähigkeit kennen.
- erfahren etwas über die Grenzen der eigenen Mentalisierungsfähigkeit.
- bekommen einen Überblick über praktische Anwendungsbereiche.
- üben die mentalisierungsbasierte Haltung im psychosozialen Berater:innen-Setting.

REFERENTIN:

Mag.^a Nadja Springer, Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin, Dialog – individuelle Suchthilfe, Wien.

TERMIN: Mo, 9. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.



OHNmacht erleben, WIRksam bleiben

Wie wir weiterkommen, wenn wir anstehen

Fachkräfte haben oft den Auftrag, Menschen zu ermutigen und zu ermächtigen. Sie sorgen für Klarheit und Orientierung und erleben sich selbst dabei manchmal als ohnmächtig oder ratlos.

Ohnmachtsgefühle gehen oft einher mit Wut, Frustration oder Unsicherheit. Wir tun Vieles, um diese Gefühle zu vermeiden und unsere Wirksamkeit wieder zu erlangen.

Wenn jedoch diese belastenden Gefühle ausgehalten werden, können unangenehme Situationen zu einem Ausgangspunkt für einen gemeinsamen Entwicklungsprozess werden. Neue Wirkräume entstehen.

In diesem Seminar reflektieren Sie eigene Fallbeispiele und entwickeln eine Haltung, die Ihnen in Zukunft ermöglicht, Ohnmacht und Hilflosigkeit als konstruktiven Teil Ihrer professionellen Arbeit zu sehen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen Ohnmacht und Ratlosigkeit gelassener zu sehen.
- formulieren mit dem Zürcher Ressourcen Modell eine Haltung, die Ihnen ermöglicht, die Situationen, in denen Sie anstehen, gut auszuhalten.
- arbeiten an Formulierungen, in denen die Ratlosigkeit als gemeinsamer Ausgangspunkt genutzt werden kann.

REFERENTIN:

Mag. a Birgit Mahrle-Haas, Erwachsenenbildnerin, Trainerin, Coach und Supervisorin, Lehrbeauftragte an diversen Bildungsinstitutionen.

TERMIN: Di, 10. und Mi, 11. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Motivational INTERVIEWING

Motivierende Gesprächsführung – flexibel eingesetzt

In den verschiedensten beruflichen Rollen sind wir gefordert, beim Gegenüber eine Veränderung problematischen Verhaltens zu bewirken. Doch was bewegt Menschen dazu, eine Veränderung SELBST in Gang zu bringen?

Wie können wir Veränderungsprozesse anregen?

Wie können wir Personen dazu bewegen, selbst aktiv zu werden?

Das Konzept der „Motivierenden Gesprächsführung“ wird mittlerweile flexibel eingesetzt.

Dieses Seminar befasst sich ganz praxisorientiert mit dem Konzept der Motivierenden Gesprächsführung. Es werden die Grundprinzipien und Methoden erläutert und im Rahmen praktischer Übungen angewandt, sodass ein Transfer des Konzepts in berufliche Beratungssettings möglich wird.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- kennen die Grundhaltung und Prinzipien der Motivierenden Gesprächsführung.
- lernen die grundlegenden Methoden kennen und üben sie in Kleingruppen.
- kennen die Möglichkeiten der Motivierenden Gesprächsführung und haben diese erprobt.

REFERENT:

Mag. Herwig Thelen, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, hypnosystemischer Coach, Supervisor, Paartherapeut, Trainer für Motivational Interviewing, Trainer für NVR/Neue Autorität nach Haim Omer, Family Lab Berater, Musiker.

TERMIN: Do, 12. und Fr, 13. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

SUIZIDALITÄT bei psychisch kranken Menschen

Umgang mit krisenhaften Situationen

Suizidalität hat viele Gesichter und suizidales Verhalten ist in den meisten Fällen komplex begründet. In diesem Seminar wird der Zusammenhang zwischen verschiedenen psychiatrischen Krankheitsbildern und Suizidalität behandelt. Risikofaktoren und protektive Faktoren bei der Entstehung von Suizidalität werden bearbeitet, wie auch die Möglichkeiten und Grenzen in der Begleitung und Betreuung. Die eigene professionelle Haltung im Umgang mit Suizidalität und persönliche sowie institutionelle Faktoren werden ebenso reflektiert.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- kennen die Zusammenhänge zwischen psychiatrischen Erkrankungen und Suizidalität.
- haben Ihre eigene Haltung und den institutionellen Umgang mit dem Thema reflektiert.
- wissen um Möglichkeiten und Grenzen in der Begleitung und Beratung.

REFERENTIN:

Dr.‑in Christina Pillich, Fachärztin für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin, Leitende Oberärztin der Ambulanzen des Zentrums für Suchtmedizin LKH Graz II, Standort Süd.

TERMIN: Mo, 16. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

FORENSische Psychologie und Psychiatrie

Begleitung und Betreuung von straffällig gewordenen Personen mit psychiatrischen Erkrankungen

Immer mehr Wohnheime, Pflegeeinrichtungen und Tagesstrukturen stellen sich der herausfordernden Aufgabe, psychiatrisch erkrankte Menschen, die eine Straftat begangen haben, zu betreuen.

Dazu braucht es aktuelles Wissen über psychiatrische Erkrankungen und Rechtsfragen, einen geschulten Umgang und eine reflektierte persönliche Haltung.

In diesem Seminar wird auf psychiatrische Diagnosen und ihren Zusammenhang mit gewalttätigem Verhalten eingegangen. In weiterer Folge werden Risikofaktoren, Behandlungsprozesse und Handlungsabläufe sowie ein konkretes Risikomanagement besprochen und bearbeitet.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen über die Bedeutung sowie die aktuelle Rechtslage zur forensischen Psychiatrie Bescheid.
- haben einen Überblick über psychiatrische Erkrankungen in diesem Zusammenhang.
- beschäftigen sich mit Risikoaspekten.
- reflektieren Ihre persönliche Haltung als pflegende / betreuende Person.

REFERENTIN:

Mag.º Anita Raiger, MA, Forensische Psychologin, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Mediatorin, gerichtlich beeidigte & zertifizierte Sachverständige mit dem Schwerpunkt auf Gefährlichkeits- und Rückfallprognosen von Gewalt- und Sexualstraftätern.

TERMIN: Di, 17. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

3 Säulen psychischer Gesundheit

Psychopharmaka, Psychotherapie & Bewegung

Psychische Erkrankungen können gemäß den geltenden Leitlinien in der Regel medikamentös und/oder psychotherapeutisch behandelt werden, wobei in vielen Fällen auch eine Kombination dieser beiden unterschiedlichen Behandlungsformen in Frage kommt. Darüber hinaus ist die heilsame Wirkung regelmäßiger körperlicher Betätigung in vielen Bereichen der Medizin lange bekannt und wurde in den letzten Jahrzehnten auch hinsichtlich psychischer Erkrankungen wissenschaftlich gut evaluiert.

Der Einsatz von Bewegung als Therapie hat zwar in die meisten Leitlinien noch nicht Eingang gefunden, wird jedoch bereits vielfach empfohlen. Eine besondere Bedeutung kommt der Bewegung in der Prävention sowie in der Langzeitbehandlung psychischer Erkrankungen zu.

Folgend dem Konzept der genannten 3 Säulen wird zunächst grundlegendes Wissen über die wichtigsten Psychopharmaka generiert bzw. aufgefrischt und die Bedeutung und Wirkung psychotherapeutischer Behandlungsformen besprochen. Weiters wollen wir die therapeutischen wie präventiven Aspekte von Sport und Bewegung beleuchten und Zusammenhänge mit pharmakologischen Behandlungsoptionen sowie Psychotherapie diskutieren. Darüber hinaus werden Möglichkeiten der Umsetzung regelmäßiger Bewegung mit Klient:innen/Kund:innen erörtert.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- haben einen Überblick über die psychiatrischen Krankheitsgruppen und ihre etablierten Behandlungsmethoden inkl. der wichtigsten Psychopharmaka, psychotherapeutischen Ansätze und deren Kombinationsmöglichkeiten.
- wissen über präventive und therapeutische Aspekte von Sport und Bewegung Bescheid.
- reflektieren Ihre eigene Rolle in der Begleitung/Beratung von Menschen mit psychiatrischen Diagnosen und erweitern diese um den Aspekt „Sport und Bewegung“.
- werden angestoßen, sich mit der Bedeutung von Sport und Bewegung für die eigene Gesundheit auseinanderzusetzen.

REFERENT:

Dr. Frans van der Kallen, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Arzt für Allgemeinmedizin, staatl. gepr. Berg- und Schiführer; ÖÄK-Diplom für Alpin- und Höhenmedizin; Diplom Sportpsychiatrie der DGPPN; Vorstandsmitglied der Österr. Ges. f. Sportpsychiatrie- und Psychotherapie (ÖGSPP), Autor.

TERMIN: Mi, 18. und Do, 19. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Unterstützte KOMMUNIKATION

Zertifikats-Einführungskurs nach Standard der Gesellschaft für Unterstützte Kommunikation (GesUK)

Dieses Seminar führt die Teilnehmer:innen in die Unterstützte Kommunikation (UK) ein und vermittelt die Grundlagen des Fachgebietes. Neben Grundbegriffen und Grundhaltungen werden in diesem Einführungskurs nach dem Standard der GesUK die Aufgaben und Zielsetzungen der Unterstützten Kommunikation erklärt.

Orientiert an den Stufen der Kommunikationsentwicklung werden diagnostische Fragen diskutiert, ein Überblick über die Kommunikationsformen und verschiedene Kommunikationshilfen gegeben sowie Grundprinzipien, Interventionsmodelle und verschiedenste Ideen und Materialien für die Kommunikationsförderung präsentiert.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sich mit den Grundbegriffen und Grundhaltungen der Unterstützten Kommunikation.
- bekommen einen Überblick über die Kommunikationsformen und verschiedene Kommunikationshilfen.
- erhalten Ideen und bekommen Materialien zur UK präsentiert.
- haben die Möglichkeit, ein Zertifikat der dt. Gesellschaft für Unterstützte Kommunikation e.V. zu erhalten (im Seminarprix nicht inkludiert).

REFERENTIN:

Barbara Leitner, Beratung und Schulung LIFEtool Graz, Referentin der GesUK e.V.

TERMIN FÜRSTENFELD: Mi, 18. und Do, 19. November 2026,
jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: Lebenshilfe Fürstenfeld, Buchwaldstraße 14, 8280 Fürstenfeld

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

New Work: Die Säulen der Mitarbeiter:innenbindung

4 Generationen und wie sie ticken

Gute Mitarbeiter:innen zu finden, ist extrem schwierig. Umso entscheidender ist es, vom ersten persönlichen Gespräch an und über den gesamten Employee Life Cycle hinweg den Fokus auf die Bindung der Mitarbeiter:innen zu legen. Wer es nicht schafft in der Arbeitswelt 4.0 seine Mitarbeiter:innen zu begeistern, verliert wertvolles Potenzial.

Jede Generation hat ihre eigene Sprache und Werteausrichtung. Die Babyboomer gehen in Pension und die Millennials gilt es zu erreichen.

Wie unterschiedlich ticken wir?

Was hat die Generationen beeinflusst und was sind Motoren der Motivation der jeweiligen Generation?

Um Mitarbeiter:innen erfolgreich zu binden, braucht es wirksame Gesprächskompetenzen und Rituale auf allen Ebenen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- eignen sich Wissen hinsichtlich Motivation und Bedeutung von Arbeit unterschiedlicher Generationen an.
- lernen Handwerkszeug, um Mitarbeiter:innen erfolgreich abzuholen.
- nutzen das Mitarbeiterentwicklungsgespräch generationsspezifisch.
- lernen, das Innovationspotential Ihrer Mitarbeiter:innen kennen und hören, was die stillsten Mitarbeiter:innen zu sagen haben.

REFERENTIN:

DSAⁱⁿ Barbara Ertl, Familienberaterin, Supervisorin und diplomierte HR Business Partnerin. Sie verfügt über langjährige Leitungserfahrung im Sozialbereich sowie in internationalen Konzernen. Seit 2008 arbeitet sie in eigener Praxis und begleitet Fach- und Führungskräfte mit Fokus auf Beratung, Teamarbeit und situatives Führen.

TERMIN GRAZ: Do, 19. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Gewaltprävention – Herausforderung UND Ressource

Eine praxisorientierte Begleitung im Umgang mit Gewalt im Arbeitsumfeld

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sich mit dem Thema „Gewalt“ im Rahmen des beruflichen Kontextes ausführlich auseinanderzusetzen. Dabei steht nicht nur theoretisch fundiertes Wissen, sondern auch die praktische Begleitung der Herausforderungen im Mittelpunkt.

Gewaltprävention nimmt einen wesentlichen Teil in der Auseinandersetzung mit dem Thema ein. Daher befassen sich die Teilnehmer:innen mit praktischen Fallbeispielen, setzen sich mit ihrem eigenen Anteil, den strukturellen Rahmenbedingungen und den vorhandenen Möglichkeiten auseinander und werden dabei professionell begleitet. Erlangtes Wissen und gemachte Erfahrungen können dann unmittelbar im eigenen Arbeitsumfeld eingesetzt werden.

Die Teilnehmer:innen wissen nach der Fortbildung über grundlegende Aspekte im Themenfeld Gewaltschutz in der Begleitung von Menschen mit Behinderung Bescheid. Sie wissen, dass berufliche Sicherheit grundlegend ist, um professionell zu handeln. Sie können erste angemessene Schritte in einer akuten Gefährdung setzen und zu einem Gewaltschutz- und Sicherheitskonzept beitragen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- beschäftigen sind mit der Definition von Gewalt, Aggression, Grenzverletzung und herausforderndem Verhalten im Kontext der Begleitung von Menschen.
- lernen theoretische Inputs nach Johannes Heinrich und Jacques Heijkoop kennen.
- erkennen Prävention als wesentlichen Teil im Umgang mit Aggression und Gewalt.
- beschäftigen sich mit Ihrem eigenen Anteil und Ihren Möglichkeiten im Umgang.
- wissen über rechtliche und strafrechtlich relevante Aspekte Bescheid.

REFERENT:

Hannes Knittelfelder, MSc., Dipl. Behindertenpädagoge, Systemischer Berater, Master Social Management, Deeskalationstrainer nach ProDeMa®, 30 Jahre Erfahrung in unterschiedlichen Feldern der sozialen Arbeit (Behinderung, Kinder-Jugend-Hilfe, Extramurale Psychiatrie), 20 Jahre Vortragender bei div. Bildungsanbietern.

TERMIN: Fr, 20. November und

Fr, 4. Dezember 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Die Arbeit mit psychisch kranken Menschen

HERAUSFORDERUNGEN im Berufsalltag meistern

In der Betreuung und Pflege von Menschen mit psychischen Erkrankungen sind die Mitarbeiter:innen der Sozial- und Gesundheitseinrichtungen stark gefordert. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den alltäglichen Herausforderungen im Umgang sowie in der Pflege und Betreuung von Menschen mit psychischen Erkrankungen.

Die Teilnehmer:innen erlangen ein Grundwissen über die Bedeutung einer chronischen psychiatrischen Erkrankung, wie Schizophrenie, Wahn, Verwirrtheit, Delir, Demenz, Depression, Manie und Suchterkrankungen und setzen sich mit den Anforderungen in der täglichen Arbeit praxisnah auseinander.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erhalten einen Überblick über krankheitsspezifische Aspekte, z. B. Schizophrenie, Depression, Sucht/Abhängigkeit, Demenz (Unterschied Demenz/Delir) und Interventionen.
- beschäftigen sich mit den Herausforderungen im Umgang mit Menschen mit psychischen Erkrankungen.
- eignen sich passende Methoden im Umgang mit psychisch kranken Menschen an.

REFERENTIN:

Karin Hollerer, MSc., psychiatrische diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin seit 2004, Praxisanleitung, seit 2017 Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege sowie Vortragstätigkeit in diversen Bildungseinrichtungen.

TERMIN: Mo, 23. November, 9-17 Uhr

und Di, 24. November 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Raus aus der Ohnmachts- und Opferfalle

Unterstützung bei berechtigten oder irrationalen Hilflosigkeits- und Opfergefühlen

Wir alle kennen sie: objektiv bestätigbare oder eher irrationale Ohnmacht, Hilflosigkeit und „Opfergefühle“, also diese psychisch stark belastende Mischung aus Ungerechtigkeit und Verletzung, aus (ohnmächtigem) Zorn, Trauer, Scham und/oder Angst. Solche Gefühle können krankheitswertige Intensität und Dauer erreichen. Das schränkt die Lebensqualität deutlich ein. Davon können unsere Kund:innen/Klient:innen betroffen sein, Personen aus unserem privaten Umfeld oder wir selbst.

In diesem Seminar wird zunächst auf mögliche Auslöser und Ursachen dieser Gefühle eingegangen und auf mögliche psychische, physische und soziale Folgen dieser Emotionen. Danach werden Antworten auf die Frage gegeben, durch welche Aktionen und Interventionen wir Betroffene respektvoll dabei unterstützen können, aus der viel zitierten „Opferfalle“ und anderen Ohnmachtssituationen auszusteigen. Auf die sofortige Umsetzbarkeit in der praktischen Arbeit wird besonderes Augenmerk gelegt.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen psychologisches Hintergrundwissen zur Dynamik von Ohnmacht und Opfergefühl“ nach Unrecht, Traumatisierung, in Konflikten, bei real ausweglosen Situationen und als Persönlichkeitsmerkmal (Verbitterung).
- erhalten eine Sammlung von einfach einsetzbaren Möglichkeiten in Beratung und Behandlung.
- bekommen die Möglichkeit zum direkten Transfer in die Praxis, anhand von Übungen und Interventionen mit eigenen Beispielen.
- erhalten Tipps zur Selbstreflexion und Abgrenzung.

REFERENTIN:

Mag.^a Helga Kernstock-Redl, Gesundheits- und klinische Psychologin, Psychotherapeutin (SF), BÖP-zertifiziert in Trauma- und in Arbeits- & Organisationspsychologie, Lehrbeauftragte, LSB (dt. rhd), Supervisorin, Autorin.

TERMIN GRAZ: Mo, 23. und Di, 24. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

„Wenn die Spannung steigt“

Begleitung und Betreuung von Menschen mit Spastik und Hypertonus

In vielen verschiedenen Diensten des Sozial- und Gesundheitsbereiches begleiten und betreuen Mitarbeiter:innen Menschen mit Formen von Spastik und Hypertonus.

Im Rahmen des Seminars erhalten Sie konkrete Inputs und Angebotsmöglichkeiten, die in der Arbeit mit den Kund:innen und Klient:innen hilfreich sind.

Dabei liefert uns die Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich® Methoden, die es ermöglichen, die Wahrnehmung, Bewegung und Kommunikation von schwer beeinträchtigten Menschen zu verbessern und so die Lebensqualität deutlich zu erhöhen. Sie lernen die Wahrnehmungsbereiche aus dem Konzept Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich® näher kennen und eignen sich Wissen zu präventiven und unterstützenden Maßnahmen in der Betreuung und Pflege an. Ein Theorie-Praxis-Transfer darf dabei nicht fehlen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- eignen sich Wissen zu Spastik und Hypertonus an.
- nehmen an Selbsterfahrungsübungen teil.
- setzen sich mit der Dokumentation (mit den Instrumenten aus dem Konzept Basale Stimulation®) auseinander.
- lernen präventive und unterstützende Maßnahmen in der Betreuung und Pflege kennen.

REFERENT:INNEN:

Durchgeführt in Kooperation mit den Geriatrischen Gesundheitszentren, Abteilung Aus- und Weiterbildung Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®

Bitte mitbringen: Matte

TERMIN LIEZEN: Di, 24. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: Lebenshilfe Ennstal, Haus der Inklusion, Fronleichnamsweg 11, 8940 Liezen

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Wie geht Beruhigen oder Trösten im professionellen Kontext?

Neue Wege zur Emotionsregulation

Wer sich mit starken Gefühlen gut auskennt, kann Menschen professionell begleiten und beraten, sogar wenn diese mitten in Ärger, in Trauer, Scham oder in Schuldgefühlen feststecken.

Das Seminar verdeutlicht an einzelnen Beispielen und anhand der Fragen der Teilnehmenden die psychologischen Prinzipien dahinter, sowie nützliche Gesprächstechniken. So kann es gelingen, selbst möglichst ruhig zu bleiben und andere effektiv beim Umgang damit zu unterstützen.

Die Referentin demonstriert die Inhalte in Form von Rollenspielen und lädt ein, die Gesprächstipps gleich auch praktisch zu erproben.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- lernen anhand praktischer Beispiele die Dynamik verschiedener Gefühle und ihre besondere Logik (noch) besser zu verstehen.
- bekommen einen Leitfaden und viele Tipps zur Gesprächsführung mit emotional stark betroffenen Menschen.
- erweitern Ihr Repertoire von Skills, um souverän zu bleiben, auch wenn's zum Beispiel hitzig oder tieftraurig wird.

REFERENTIN:

Mag.^a Helga Kernstock-Redl, Gesundheits- und klinische Psychologin, Psychotherapeutin (SF), BÖP-zertifiziert in Trauma- und in Arbeits- & Organisationspsychologie, Lehrbeauftragte, LSB (dt. rhd), Supervisorin, Autorin.

TERMIN: Mi, 25. November, 9-17 Uhr und
Do, 26. November 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 335,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.

Sozio-emotionale Entwicklung

...ein Schlüssel zum Verständnis von Verhaltensauffälligkeiten bei Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen

Ein zunehmend bedeutender Erklärungsansatz für die Entstehung von Verhaltensauffälligkeiten bei Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen ist der emotionale Entwicklungsstand. Dieser beeinflusst die Bewältigungsstrategien und Grundbedürfnisse einer Person maßgeblich. Durch den Fokus auf den emotionalen Entwicklungsstand eröffnen sich neue Perspektiven im Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten.

Im Rahmen dieses Seminars liegt unser Augenmerk auf dem „Schema der emotionalen Entwicklung“ (SEO) nach Anton Dosen. SEO stellt ein einfach zu handhabendes Instrument dar, das Grundbedürfnisse verdeutlicht und dabei hilft, das Verhalten von Menschen mit intellektuellen Entwicklungsbeeinträchtigungen besser zu verstehen. Die Kenntnis des emotionalen Entwicklungsstandes ermöglicht es, Begleitkonzepte gezielt an die individuellen Bedürfnisse einer Person anzupassen und im Alltag wirkungsvoll anzuwenden.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- können den individuellen Entwicklungsstand einer Person besser einschätzen.
- haben sich exemplarisch mit dem Interviewleitfaden zur Einschätzung des individuellen Entwicklungsstandes auseinandergesetzt.
- haben dem Entwicklungsstand entsprechende pädagogische Maßnahmen abgeleitet.

REFERENTIN:

Susanne Strasser, zertifizierte Fachtrainerin, allgemein beeidete und gerichtlich zertifizierte Sachverständige für Heilpädagogik/Autismus. Seit über 20 Jahren Erfahrung in der Begleitung von autistischen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, SEO-Anwenderin.

TERMIN GRAZ: Mo, 30. November und
Di, 1. Dezember 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

Messie-Syndrom

Vom Sammeln und Horteng

Das Messie-Syndrom, auch bekannt als pathologisches Sammeln, ist eine psychische Erkrankung, welche durch eine unkontrollierte Ansammlung von Gegenständen und eine Unfähigkeit, sich von diesen zu trennen, gekennzeichnet ist. Diese Erkrankung kann zu erheblichen Problemen im Alltag führen, wie z.B. sozialer Isolation, Gesundheitsproblemen und Konflikten mit der Familie und den Behörden.

Im Rahmen dieses Seminars werden unterschiedliche Arten und Ausprägungen sowie mögliche Ursachen besprochen. Fallbeispiele der Teilnehmer:innen werden diskutiert und Lösungsansätze bzw. Interventionsmöglichkeiten für die Praxis erarbeitet.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- wissen über Symptome, mögliche Ursachen und Folgen des Messie-Syndroms Bescheid.
- lernen Strategien und Methoden zur Unterstützung und Behandlung von Betroffenen kennen.
- beschäftigen sich mit der Rolle als „Helfer:in“.

REFERENTIN:

Mag.^a Petra Preimesberger, Klinische (Notfall-) und Gesundheitspsychologin, Trauma- und Trauerbehandlung sowie Supervisorin in eigener Praxis, Lehrbeauftragte und ehemalige fachliche Leitung Krisenintervention Rotes Kreuz.

TERMIN: Di, 1. Dezember 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Vom Berufsverband Österreichischer Psycholog:innen (**BÖP**) anerkannt.



Mein Stress und ICH

Gesund sein in fordernden Zeiten

Wenn der Alltag von Zeit- und Leistungsdruck bestimmt wird, beeinträchtigt dies nicht nur Ihre Leistungsfähigkeit, sondern auch Ihre Gesundheit.

Im Seminar lernen Sie, Ihre persönlichen Verhaltensmuster in Stresssituationen zu erkennen und entwickeln einen individuellen Stressless-Plan zur direkten Anwendung.

- Was wäre das Leben ohne Herausforderungen?
- Was ist Stress und woher kommt er?
- Was passiert mit mir unter Belastungen?
- Können ich und mein Umfeld dazu beitragen, dass mein Stress noch schlimmer wird?
- Welche Strategien für mehr Wohlbefinden trotz Herausforderungen gibt es?

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- erfahren, wie Sie Ihre Lebensqualität verbessern und sich in Stresssituationen selbst entlasten können.
- lernen, Ihre Leistungsfähigkeit und Gesundheit zu erhalten.
- verabschieden Verspannungen, Gereiztheit und Schlafstörungen.

REFERENTIN:

Barbara Hassler, Lebens- und Sozialberaterin, Logotherapie und Existenzanalyse, Bewegungstrainerin, Klinische Sexologin, Kleinkindpädagogin, Entspannungstrainerin.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Polster

TERMIN: Mi, 9. Dezember 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Ich höre was, dass du nicht sagst

Ob mit Klient:innen, Angehörigen, Kolleg:innen oder Menschen anderer Berufsgruppen, in der täglichen Arbeit kann es zu Missverständnissen, Ärgerissen und verbalen Übergriffen kommen, die den Arbeitsalltag erschweren. Darum stehen an diesen beiden Seminartagen die Bedeutung von Kommunikation und die Wirkung von Worten im Mittelpunkt.

Wie können Sie die Ruhe bewahren und den Überblick behalten? Wie können Sie gut für sich selbst sorgen, klar sprechen, handeln und (wieder) eine Kommunikation des Miteinanders finden?

Entdecken Sie mit dem Einsatz der Gewaltfreien Kommunikation unterschiedliche Lösungswege und Methoden für die tägliche Arbeitspraxis.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- reflektieren Ihr Kommunikationsverhalten im Berufsalltag.
- entdecken Sprach-Fallen, der Grund, warum sich Gespräche häufig anders entwickeln als gewünscht.
- wissen, wie Sie sich klar und deutlich ausdrücken, ohne andere zu verletzen.
- können durch mitühlendes Hören verstehen, worum es wirklich geht und können dadurch Vorwürfe und Kritik nicht persönlich nehmen.
- kennen Haltung und Methoden der Gewaltfreien Kommunikation und erproben diese.

REFERENTIN:

Martina Lehofer-Muhr, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Kommunikationstrainerin, Supervisorin, Coaching & Organisationsentwicklung, Multiplikatorin für das Projekt Giraffentraum®, Dipl. Behindertenpädagogin.

TERMIN GRAZ: Mi, 9. und Do, 10. Dezember 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

ORT: alpha nova, Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz

KOSTEN: 430,00 Euro (inkl. 10 % UST)

MOBBING unter Kindern und Jugendlichen

Erkennen - Vorbeugen - Handeln

Mobbing gehört mit zum Schlimmsten, was einem im sozialen Umfeld passieren kann. Weil Erwachsene oft viel zu wenig Informationen über das Phänomen (Cyber-)Mobbing haben, reagieren sie vielfach nicht hilfreich, was zur Folge hat, dass Kinder und Jugendliche nichts erzählen und jahrelang schweigen.

In diesem praxisorientierten Seminar lernen die Teilnehmer:innen, das Phänomen Mobbing zu verstehen, Mobbing vorzubeugen und professionell zu intervenieren. Durch Fallbeispiele und Methoden aus der Praxis gewinnen die Teilnehmenden Sicherheit im Handeln.

Im Rahmen des Seminars beschäftigen wir uns deshalb mit folgenden Fragen/Inhalten:

- Wie entsteht das Phänomen Mobbing und welche Folgen hat Mobbing für die Betroffenen und das Umfeld?
- Welche ersten Anzeichen von Mobbing gibt es und wie reagiere ich darauf?
- Welche Kommunikationsstrategien helfen mir, mit dem Thema umzugehen?
- Wie kann ich Betroffene unterstützen?

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- haben Klarheit über die Grundlagen des Phänomens Mobbing.
- kennen Strategien zur Prävention und Intervention von Mobbing.
- erfahren Handlungsmöglichkeiten, um Betroffene zu unterstützen.
- tauschen sich mit anderen zu deren Erfahrungen aus.

REFERENTIN:

DIⁿ Anja Ebenschweiger, MSc., Coach, Gewaltpräventionsexpertin, systemische Mobbingpräventions- und -interventionstrainerin, selbstständige Unternehmensberaterin und Führungskräftecoachin, langjährige Führungskraft in der Industrie mit Teams an unterschiedlichen Standorten.

TERMIN: Mo, 14. Dezember 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

Wann ist genug und wer bestimmt das?

Über den Umgang mit den Grenzen der Selbstbestimmung

Selbstbestimmung ist ein hoher Wert in der Begleitung von Menschen. Und doch gibt es immer wieder Situationen, in denen Menschen Dinge tun, die ihnen offensichtlich nicht guttun und deren Folgen sie unserer Meinung nach nicht abschätzen können, wie zum Beispiel zu viel oder zu wenig von etwas oder immer wiederkehrende, herausfordernde Verhaltensweisen. Manchmal taucht in diesem Zusammenhang auch die Frage nach einem möglichen Suchtverhalten auf wie z.B.: dem Konsum von Kaffee, Süßigkeiten, Alkohol oder Surfen im Internet.

Die Frage: „Wo ziehen wir hier die Grenze zwischen Fremd- und Selbstbestimmung?“ stellt eine große Herausforderung an das Team dar. Auch: wie viel selbstbestimmtes Leben verträgt eine Gemeinschaft?

Im Rahmen dieser Veranstaltung setzen wir uns mit Grenzthemen auf vielen Ebenen auseinander. Dabei sollen eigene Erfahrungen und Praxisbeispiele im Zentrum stehen.

LERNERGEBNISSE - SIE ALS TEILNEHMER:IN

- bewegen sich entlang der Grenzen der Selbstbestimmung.
- diskutieren Möglichkeiten des Umganges mit uns herausforderndem Verhalten an den Grenzen der Selbstbestimmung.
- wissen, wie selbstbestimmtes Verhalten innerhalb unseres gesellschaftlichen Rahmens unterstützt werden kann.
- können Selbstbestimmung von Zwängen und Suchtphänomenen abgrenzen.

REFERENTIN:

Dipl.-Päd.ⁱⁿ **Ingeborg Wolfmayr**, Pädagogin mit langjähriger Erfahrung mit Menschen mit Behinderung jeden Alters, Erwachsenenbildnerin.

TERMIN: Mi, 16. Dezember 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

ORT: alpha nova Akademie, Römerstraße 92, 8401 Kalsdorf

KOSTEN: 225,00 Euro (inkl. 10 % USt)

LERNORT: alpha nova Akademie, Kalsdorf



Veranstaltungsort Kalsdorf:

alpha nova Akademie
Römerstraße 92
8401 Kalsdorf
03135-56382-17
<http://akademie.alphanova.at>

ANFAHRTSBESCHREIBUNG KALSDORF

Anreise mit dem Zug zur alpha nova Akademie

Der Bahnhof Kalsdorf bei Graz ist nur wenige Gehminuten von der alpha nova Akademie entfernt.

Anfahrt mit dem Auto zur alpha nova Akademie

A2 bis Abfahrt Flughafen/Feldkirchen, Kalsdorf

- Richtung Kalsdorf, am Flughafen vorbei
- Kreisverkehr bei Hofer / JET weiter geradeaus fahren und der Straße folgen, Richtung Bahnhof
- nach der Bahnunterführung die erste Straße links (Römerstraße)

A9 bis Ausfahrt Kalsdorf

- ca. 1,5 km Richtung Kalsdorf bis zum Kreisverkehr bei Hofer / JET
- am Kreisverkehr rechts Richtung Bahnhof abbiegen und der Straße folgen
- nach der Bahnunterführung die erste Straße links (Römerstraße)

Die alpha nova Akademie (im alpha nova Beratungszentrum) befindet sich auf der linken Straßenseite nach ca. 150 m. Dort stehen Ihnen ausreichend kostenlose Parkplätze zur Verfügung (Schotterparkplatz gegenüber Silo)

Die alpha nova Akademie ist ISO 9001:2015 qualitätstestiert und ÖCert-Qualitätsanbieterin.



LERNORT: alpha nova Standort, Graz



Veranstaltungsort Graz:

alpha nova Betriebsgesellschaft m.b.H.
Jochen-Rindt-Platz 5
8020 Graz
0316-722 622

INFORMATIONEN STANDORT GRAZ

Der Seminarort ist sehr gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar (Haltestelle Jochen-Rindt-Platz) bzw. weniger als 10 Gehminuten vom Bahnhof Don Bosco.

Am neuen Standort stehen darüber hinaus gebührenpflichtige Parkplätze (€5/Tag) in begrenzter Zahl zur Verfügung. Die Reservierung eines Tiefgaragenplatzes ist direkt über das Anmeldeformular möglich oder uns bei der Anmeldung anderweitig mitzuteilen (telefonisch/Mail).

Die Einfahrt in die Tiefgarage erfolgt von der Alten Poststraße kommend über das Gebäude „Kratkystraße 10c“, 8020 Graz. Bitte verwenden Sie diese Adresse in Google-Maps für die Anfahrt zur Tiefgarage.

Weitere Informationen zum Parken in der Tiefgarage vor Ort erhalten Sie direkt von der Zentrale von alpha nova in Graz rechtzeitig vor der gebuchten Veranstaltung.

LERNORT: FÜRSTENFELD

in Kooperation mit der Lebenshilfe Fürstenfeld



VERANSTALTUNGSORT:

Lebenshilfe Fürstenfeld
Buchwaldstraße 14
8280 Fürstenfeld
03382-540130

BILDUNGSANGEBOTE 2026:

Persönliche Zukunftsplanung kennen lernen - Personenzentriertes Denken und Arbeiten ausprobieren

Referentin: Nicolette Blok

Termin: Mi, 10. und Do, 11. Juni 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

NETT war gestern - Mut zur Auseinandersetzung

Referentin: Mag. a Birgit Mahrle-Haas

Termin: Mi, 7. Oktober, 9:30-17.30 Uhr und Do, 8. Oktober 2026, 9-17 Uhr (16 UE)

Nutritional Psychiatry - Auf den Spuren des Einflusses der Ernährung auf die Psyche

Referentin: Melanie Sonja Schweinzer, B.Sc., M.Sc.

Termin: Di, 10. und Mi, 11. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

Zertifikats-Einführungskurs „Unterstützte Kommunikation“ nach Standard der GesUK

Referentin: Barbara Leitner (LIFEtool)

Termin: Mi, 18. und Do, 19. November 2026, jew. 9-17 Uhr (16 UE)

Mehr Details zu den Seminaren im Inneren des Programmheftes.

LERNORT: LIEZEN

in Kooperation mit der Lebenshilfe Ennstal



VERANSTALTUNGSORT:

Lebenshilfe Ennstal, Haus der Inklusion
Fronleichnamsweg 11
8940 Liezen
03612-23000

BILDUNGSANGEBOTE 2026:

Die vielen Gesichter der Depression

Referent: Dr. Stefan Sinz

Termin: Do, 21. Mai, 9-17 Uhr und Fr, 22. Mai 2026, 9-12:30 Uhr (12 UE)

Sexualität und Selbstbestimmung

Referent:in: Mitarbeiter:in der Fachstelle .hautnah.

Termin: Do, 22. Oktober 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

„Wenn die Spannung steigt“ - Begleitung und Betreuung von Menschen mit Spastik und Hypertonus

Referent:in: Durchgeführt in Kooperation mit den Geriatrischen Gesundheitszentren, Abteilung Aus- und Weiterbildung Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®

Termin: Di, 24. November 2026, 9-17 Uhr (8 UE)

Mehr Details zu den Seminaren im Inneren des Programmheftes.

IMPRESSUM

Medieninhaber: alpha nova Betriebsgesellschaft m.b.H. - Akademie
<http://akademie.alphanova.at>, akademie@alphanova.at
alpha nova Betriebsgesellschaft m.b.H., 8020 Graz, Jochen-Rindt-Platz 5
Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Andrea Graf
Vorbehaltlich Druck- und Satzfehler
Layout: Anita Schöberl

alpha nova Akademie - ORGANISATORISCHES

ANMELDUNG

Eine verbindliche Anmeldung erfolgt durch eine schriftliche, telefonische oder online Buchung. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung auch Ihre gewünschte Rechnungsanschrift mit und stimmen Sie unseren Datenschutzbestimmungen zu.

LEISTUNGEN / ZAHLUNGSMODALITÄTEN

Die Rechnung versenden wir nach Erreichen der Mindestanzahl an Teilnehmer:innen, frühestens 14 Tage vor Seminarbeginn an die von Ihnen angegebene Anschrift. Die Teilnahmegebühr beinhaltet die Teilnahme, schriftliche Unterlagen und die Teilnahmebestätigung einer zertifizierten Erwachsenenbildungseinrichtung. Für Unterbringung und Verpflegung kommen die Teilnehmer:innen selbst auf.

STORNOBEDINGUNGEN

Eine Abmeldung / Stornierung erfolgt unter folgenden Bedingungen:

- Bei Seminaren wie auch Lehrgängen gilt: Wenn eine Ersatzperson genannt wird, entsteht keine Stornogebühr.
- Bei einer Stornierung gilt:

a) Seminare und Seminarreihen:

Bis 15 Tage vor Beginn der jeweiligen Weiterbildung ist die Stornierung kostenfrei.

Ab 14 Tage vor Beginn sind bei Abmeldung bzw. Nichtteilnahme, 100 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen.

Bei Krankheit oder verordneter Quarantäne am Veranstaltungstag, die ärztlich und in schriftlicher Form bestätigt wird, sind 100 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen. In diesem Fall gibt es nach Zahlungseingang eine Gutschrift in Höhe von 100 % der Teilnahmegebühr.

Diese Gutschriften sind ein Jahr gültig, nicht übertragbar und bei allen Angeboten der alpha nova Akademie einlösbar.

b) Lehrgänge:

Ab 28 Tage bis 15 Tage vor Beginn sind

bei Abmeldung, 50 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen.

Ab 14 Tage vor Beginn sind bei Absage, Nichtteilnahme oder einem Ausstieg aus einem laufenden Lehrgang, 100 % der Teilnahmegebühr zu bezahlen.

ÄNDERUNGEN/ABSAGEN

Die alpha nova Akademie behält sich vor, in Ausnahmefällen notwendige Änderungen des Seminarprogramms, des Veranstaltungsorts und des/der Referent:in vorzunehmen. Weiterbildungen können im Bedarfsfall auch online stattfinden. Durch die Anmeldung bzw. den Erhalt der Anmeldebestätigung entsteht kein Anspruch auf Durchführung der Veranstaltung. Die alpha nova Akademie behält sich vor, bei Nichterreichen der Mindestanzahl oder aus sonstigen organisatorischen Gründen Veranstaltungen abzusagen.

Bei der Absage eines Seminars seitens der alpha nova Akademie innerhalb der 14 Tage vor Seminarbeginn wird entweder ein Ersatztermin bekannt gegeben oder die bezahlten Teilnehmer:innenbeiträge werden rückerstattet.

UNTERLAGEN

Für die Richtigkeit der in den Seminaren von Referent:innen gemachten Aussagen übernimmt die alpha nova Akademie keine Haftung bzw. Gewährleistung. Die verwendeten Seminarunterlagen sind geschützt und dürfen nicht (auch nicht auszugsweise) ohne Einwilligung seitens der alpha nova Akademie und des/der jeweiligen Referent:in vervielfältigt oder gewerblich genutzt werden. Webinare dürfen nicht aufgezeichnet und die dabei zur Verfügung gestellten Videos und Lern-tools dürfen nicht außerhalb der Weiterbildung verwendet werden.

VERSCHWIEGENHEIT

Die Referent:innen verpflichten sich zur Verschwiegenheit über die Umstände bzw. Informationen, die Ihnen im Zusammenhang mit dem Lehrgang/Seminar bekannt werden.



HERZLICH WILLKOMMEN IN DER ALPHA NOVA AKADEMIE!

UNSER LEITBILD:

- Uns begeistern Menschen.
- Wir schaffen Rahmenbedingungen für gelungenes Lernen.
- Wir ermöglichen gemeinsames Lernen.
- Wir fördern individuelles Lernen.



alpha ~~nova~~ Akademie

Österreichische Post AG / Sponsoring .Post
1OZ038718S

alpha nova Betriebsgesellschaft m.b.H.
Akademie - 8020 Graz – Jochen-Rindt-Platz 5



direkt zu den Angeboten