



# HANDLUNGSORIENTIERTE PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

## ZUKUNFTSGESTALTUNG MIT ERFOLG

- ▶ Entdecken Sie Ihre Lebensziele und die dazu passenden Strategien
- ▶ Entwickeln Sie Leidenschaft und erleben Sie Freude
- ▶ Entfalten Sie Ihre persönlichen Potenziale

**EDEN**

EMPOWERMENT DEVELOPMENT EXPERIENCES NATURE

LEADERSHIP TEAM PERSÖNLICHKEIT

# SIE WOLLEN IHREM LEBEN RICHTUNG GEBEN, BALANCE ERLEBEN ODER SICH PERSÖNLICH WEITERENTWICKELN?

Wir unterstützen Menschen dabei, Ihre Berufung zu entdecken, zu erleben und zu entwickeln. Wir arbeiten mit erprobten Konzepten, bauen unsere Seminare auf wissenschaftlichem Know-How und einer positiven Psychologie auf. Es geht darum, Ihr Lebenskonzept zu entwickeln, es zu hinterfragen bzw. in Balance zu bringen. Wir betrachten Ihre Lebenssituation ganzheitlich und arbeiten an verschiedenen Themen des persönlichen Erfolges.

## VISION

Berufungsanalyse, Motive, Leidenschaft, Fokussierung und Zieldefinition

## NAVIGATION

Effizientes Selbst-, Ziel- und Zeitmanagement

## PERSON

Potenzialerkennung und Entwicklung, Biographiarbeit, Werte, Motivationsfähigkeiten, Persönlichkeitstyp und ideales Umfeld



## SEMINAR SPECIALS

### LIFE NAVIGATION

Das Seminar zur Entdeckung Ihrer Lebensvision und der Erstellung eines Lebensplanes zur Navigation.

### LIFE LEADERSHIP

Das Leben und die Führungsrolle in Einklang bringen.

Zum Beispiel als Bergabenteurer in den europäischen Alpen oder dem Himalaya.

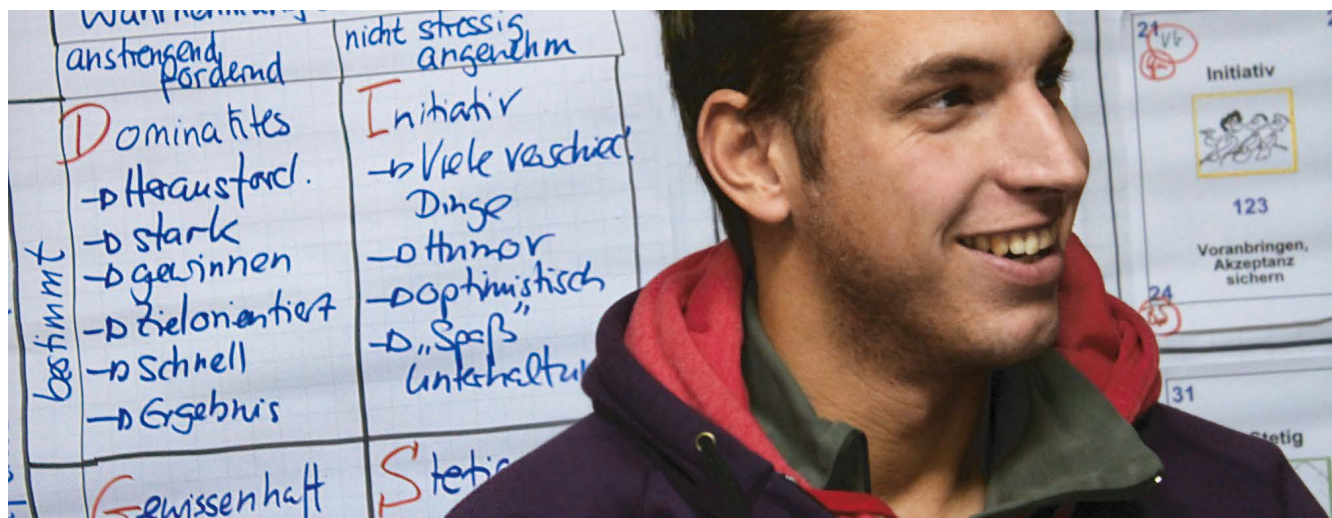
### LIFE BALANCE

Aktive Kontemplation für Ihre Lebens Balance.

Zum Beispiel als Wanderung auf dem Jakobsweg oder als begleitete Auszeit im Kloster, Wellnesshotel...

### LIFE CHALLENGE

Lernen Sie, Ihre persönlichen und beruflichen Herausforderungen zu analysieren und bewerten, Hürden zu meistern und Motivationslöcher zu überwinden.



Das Life Navigation Seminar hat mir sehr geholfen meine persönlichen Ziele neu zu formulieren. Ich habe ein neues Bewusstsein über meine Stärken und Schwächen entwickelt und versuche nun meine Kraft -mit dem Fokus auf meine Stärken- gezielt einzusetzen. Es ist mir wichtig ein Leben mit Vision zu führen!

**Daniel Schilling, Architekt und Sportler**



## SEMINAR BASISTHEMEN

	ZIELGRUPPE	ZIELE
<b>PERSÖNLICHKEIT CHECK</b> P1	Analyse Ihrer Potenziale: Persönlichkeit, Fähigkeiten, Biographie und Standortbestimmung: Was kann ich gut? Wo komme ich her und wo stehe ich jetzt?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erkennen der individuellen Stärken und Schwächen</li> <li>Selbstmanagement für Balance und Authentizität</li> <li>Selbsteinschätzung und Feedback erhalten (Selbst- und Fremdbild)</li> <li>Sich selbst besser verstehen lernen (mit der persolog DISG Typologie)</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT SPIRIT</b> P2	Menschen, die Ihr Potenzial entwickeln und Ihr Selbstbewusstsein stärken wollen. Was sind meine Antriebe, Motivationen, Werte?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Emotionale Intelligenz: Empathie, Kongruenz, Akzeptanz</li> <li>Beziehungskompetenz: Lernen, gute Beziehungen aufzubauen</li> <li>Selbstvertrauen aufbauen und Motivation steigern</li> <li>Passion: Leidenschaften erkennen, verstehen und nutzen</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT KOMMUNIKATION</b> P3	Menschen, die für sich die Wichtigkeit von erfolgreicher Kommunikation entdecken und diese besser für sich nutzen wollen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kennen lernen von kommunikationspsychologischen Theorien</li> <li>Entdecken des eigenen Kommunikationsstils</li> <li>Kommunikation als Grundlage des persönlichen Erfolges verstehen</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT VISION</b> P4	Menschen, die sich und Ihr Leben fokussieren wollen: Wo will ich hin (Vision)? Was sind meine Leidenschaften?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Klärung der persönlichen und beruflichen Vision (Ausrichtung)</li> <li>Entwicklung von Leidenschaft und Motivation</li> <li>Fokussieren und priorisieren - zur Lebensplanung und Orientierung</li> <li>Definition von Zielen mit der S.M.A.R.T. - Methode</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT STRATEGIE</b> P5	Menschen, die eine persönliche Lebensstrategie entwickeln wollen: Wie komme ich zum Ziel und was kann mir auf meinem Weg helfen (Navigation)?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Strategieentwicklung: Strategisch denken und handeln lernen</li> <li>Wie kann ich alle Lebensbereiche proaktiv gestalten?</li> <li>Projektmanagement: Erarbeiten von Umsetzungsplänen und Maßnahmen</li> <li>Lebensziele abstecken &amp; Perspektiven erkennen</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT CHANGE</b> P6	Menschen, die in Veränderungsprozessen sind, bei denen Veränderungen anstehen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Veränderungsprozesse erkennen und effektiv gestalten</li> <li>Stärkung des eigenen Verantwortungs- und Rollenbewusstseins</li> <li>Work-Life-Balance</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT KONFLIKT</b> P7	Menschen, bei denen Spannungen, bzw. Konflikte existieren und Problemstellungen gelöst werden müssen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Entwicklung eines persönlichen Stressmanagements</li> <li>Konflikte und Konfliktmuster erkennen, bearbeiten und lösen</li> <li>Einen natürlichen Umgang mit Konflikten erlernen</li> <li>Die Frustrations- und Ambiguitätstoleranz trainieren</li> </ul>
<b>PERSÖNLICHKEIT INTERCULTURAL</b> P8	Menschen, die interkulturelle Herausforderungen zu meistern haben.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bewusstmachung der Herausforderungen interkultureller Unterschiede</li> <li>Aneignung interkultureller Kompetenzen</li> <li>Erlernen effektiver Kommunikation - über sprachliche Barrieren hinweg</li> </ul>

## SEMINAR METHODIK

Wir arbeiten handlungsorientiert und mit Metaphern (z.B. Analogien aus Natur oder Sport), um den Transfer und die Nachhaltigkeit zu sichern. Unsere Seminare finden in Seminarhotels aber auch an ungewohnten Orten statt. Immer sind es Lernräume, die Ihre Entwicklung fördern. Sie können Ihr Entwicklungsthema nach Bedarf mit verschiedenen Erlebnismodulen kombinieren:

Indoor Games (Problemlöseaufgaben z.B. im Seminarhotel) E1	Outdoor Games (Problemlöseaufgaben z.B. beim Seminarhotel) E2	Wandern, Schneeschuh (Seminarhotel oder Berghütte) E3	Orientierung mit Navigations- und Funkgerät (zu Fuss / Bike) E4	Klettern, Abseilen, Klettersteig E5	Flossbau, Rafting, Segeln, Kajaking E6	Seilkonstruktionen: Seilbrückenbau, Niedrig- oder Hochseil E7	E-Learning, Rollenspiele, Simulationen E8
---	--	--	--	--	---	--	--

## SEMINAR PROGRAMME

Wir bieten individualisierbare Persönlichkeitsprogramme an. Dieses sind aufeinander abgestimmte Seminar Basisthemen und Specials, welche auf einen längeren Zeitraum verteilt sind. Sie unterstützen Sie ganzheitlich in den vielseitigen Lebensthemen und garantieren eine nachhaltige erfolgreiche Entwicklung.

Weitere Detailinformationen, Erfolgsgeschichten von Projekten, Bilder und Videos unter [www.eden-training.eu](http://www.eden-training.eu)





## KUNDEN STATEMENT

„Das Training hat mir in einer Lebensphase des Umbruchs und der Neuausrichtung eine perfekte Grundlage gegeben, die nächsten Schritte aktiv und strukturiert zu gehen. Mit validierten Methoden zur Reflektion und dem persönlichem Coaching wurden meine Ziele ganz klar. Ein Seminar, das ich sowohl für die persönliche als auch berufliche Entwicklung sehr weiterempfehlen kann!“

**Elisabeth Vorwerk, Senior Brand Advisor Beiersdorf AG, Int. Sales / Brand, Consumer & Market Intelligence**

**EDEN** Training GmbH

Zürich, Schweiz

+41 (0)43 366 97 11

+41 (0)76 216 07 60

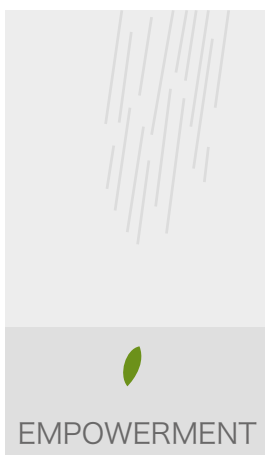
info@eden-training.ch

Deutschland

+49 (0)177 295 73 56

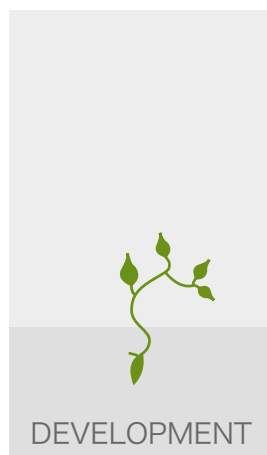
info@eden-training.de

www.eden-training.eu



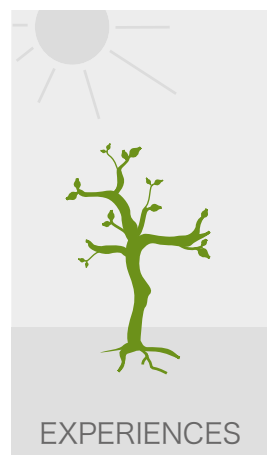
### STARKE WURZELN

Menschen entwickeln Stärke, wenn sie sich selbst und Ihr Leben in Einklang bringen: Von der Saat bis zur Ernte.



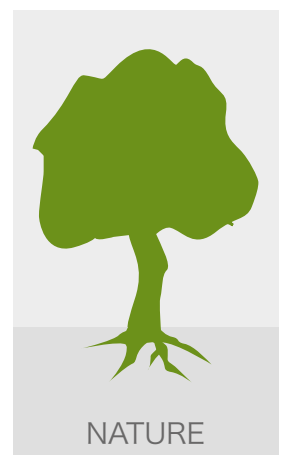
### GANZHEITLICHKEIT

Gesundes und organisches Wachstum durch wertorientierte Entwicklung und strategische Prozesse.



### ERFOLGSERLEBNISSE

Aufblühen und Wachsen: Erlebnisintensives und nachhaltiges Lernen bei dem Kopf, Herz und Hand einbezogen sind.



### AUTHENTIZITÄT

Echte Entfaltung und natürliche Entwicklung mit Berufungs- und Potenzialorientierung für Mensch und Unternehmen.