

# WERTEZENTRUM

Performance of your life.

## MUT

Privattrainings für Jugendliche und junge Menschen zur Stärkung von Persönlichkeitsentwicklung, Lebens- und Krisenkompetenz und einer gesunden Leistungs- und Beziehungsfähigkeit für die entscheidenden Herausforderungen des Lebens.

**Wer bist Du? Was ist Deine Aufgabe – Dein «Ding»? Wozu fordert Dich Dein Leben jetzt auf?**

**Die Aufgaben, Fragen und «Rätsel», die hautnah mit dem Leben zu tun haben, sind vielfältig und erfordern es manchmal, auch unter widrigen Umständen vernünftig mit sich selbst umzugehen, mit Ausdauer «richtig» zu handeln oder den eigenen «Spielraum» hin zur gewünschten Zukunft zu entdecken.**

Mit Bezugnahme auf ein anspruchsvolles und konkretes Thema wird ein angemessenes Vorgehen und die Handhabung beim Herausbekommen der damit verbundenen konkreten Lösungsschritte nach dem Prinzip «Learning by Doing» entwickelt.

Um dabei sein Bestes auf einem neuen Level zu erreichen und sein Leben in die gewünschte Richtung zu lenken, bedarf es ausser Mut zum Wagnis einer geschickten Sammlung, Auswahl und Kombination von Kenntnissen und Fähigkeiten der Bereiche Menschenkunde, Krisenwissen und Selbsterkenntnis: entsprechend wird diesbezüglich Grundlegendes beleuchtet und eingeübt.

Themenbereiche und Zielrichtung des Programmes werden je nach konkreter Fragestellung, Anliegen oder Ziel individuell eingestellt – so entscheidet jeder Teilnehmende selbst, mit welchem «Level» eingestiegen und für welche Aufgaben «ausgerüstet» wird. Mögliche Themen:

Positions- und Richtungsbestimmung:

- die Grundbeziehung zum Leben klären – sein persönliches Verhältnis zum Leben und zur Welt bewerten, verstehen, weshalb man zuweilen «scheitert».
- Vorhandene persönliche Grundlegungen, Vorbilder und Mottos auf Zukunftsfähigkeit prüfen und persönlich stimmig und sinnvoll entscheiden und handeln.
- Selbstwert, Selbstorganisation und individuelle Motivation im Kontext von Familie, Arbeitswelt und Gesellschaft prüfen, damit persönlich stimmige Entwicklungsrichtungen entstehen können.
- Sich selbst in Kommunikation, Beziehung und Krise besser verstehen und angemessen führen.
- Sinnkompetenz, Lebenskompetenz und gesunde Leistungsfähigkeit:
- Ein tragfähiges Werte- und Sinnverständnis entdecken und den «Fingerabdruck» seiner Identität ausforschen. Lernen, persönliche Werte praktisch nutzbar zu machen.
- Unikat und «Eigenmarke» für Beruf, Beziehungen und Herausforderungen des Lebens entwickeln und seinen persönlich greifbaren Beitrag zur gewünschten Zukunft im «Hier und Jetzt» finden und leisten.

Das Wertezentrum unterstützt eine lebens- und gesundheitsförderliche Einstellung sowie eine sinnorientierte Grundhaltung.