

Lerne deine Tugenden kennen.  
Lerne einfache Herangehensweisen,  
um die Tugenden anzuwenden.

### **EINFÜHRUNGSSEMINAR** | 2-tägig

Hier werden:

- praktische Übungen,
- klare Anleitungen und
- konkrete Handlungsschritte

vermittelt und geübt. Dies ermöglicht es allen Teilnehmern, die 5 Herangehensweisen sofort für sich selbst, in der Partnerschaft, der Kindererziehung, und der Begleitung von Mitmenschen einzusetzen.

### **FORTSETZUNGSSEMINAR** | 3-tägig

Hier werden die 5 Herangehensweisen durch weitere Übungen und Inhalte vertieft. Die Teilnehmer erfahren mehr Sicherheit in der praktischen Umsetzung und gewinnen neue und wertvolle Erkenntnisse.

### **FACILITATOR TRAINING** | 2-tägig

Es ist das Training für den Virtues Project Facilitator und bietet die Grundlage um selbst Workshops und Einführungsseminare anzubieten.

### **ANGEPASSTE WORKSHOPS**

für Organisationen und Schulen.



## THE VIRTUES PROJECT

**Eine Auswahl von 52 Tugenden,  
die wir als Potential in uns tragen**

|                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| Achtsamkeit       | Liebe                |
| Begeisterung      | Loslösung            |
| Bescheidenheit    | Mäßigung             |
| Beständigkeit     | Mitgefühl            |
| Dankbarkeit       | Mut                  |
| Dienstbarkeit     | Ordnung              |
| Einheit           | Reinheit             |
| Einzigartigkeit   | Respekt              |
| Ehrlichkeit       | Rücksicht            |
| Feingefühl        | Selbstbewusstsein    |
| Fleiß             | Selbstdisziplin      |
| Flexibilität      | Selbständigkeit      |
| Freude            | Stärke               |
| Freundlichkeit    | Taktgefühl           |
| Friedlichkeit     | Verantwortung        |
| Fürsorglichkeit   | Verbindlichkeit      |
| Geduld            | Vergebung            |
| Gerechtigkeit     | Verständnis          |
| Großzügigkeit     | Vertrauen            |
| Hilfsbereitschaft | Vertrauenswürdigkeit |
| Humor             | Vortrefflichkeit     |
| Höflichkeit       | Wahrhaftigkeit       |
| Idealismus        | Wertschätzung        |
| Initiative        | Zufriedenheit        |
| Klarheit          | Zusammenarbeit       |
| Kreativität       | Zuversicht           |

## SEMINAR

„Wie bringe ich das Beste  
in mir selbst,  
in meinen Kindern,  
in meinen Mitmenschen  
zum Erblühen?“



Ein Weg zur Persönlichkeitsentwicklung und  
Charakterbildung - anhand universeller  
Tugenden und fünf Herangehensweisen für  
Familie, Schule und Beruf  
- bereits erfolgreich in 100 Ländern.



## WAS IST THE VIRTUES PROJECT?

The Virtues Project ist eine weltweite Initiative zur Förderung der Tugenden im täglichen Leben.

Tugenden (= Virtues) sind unsere Schätze. Sie bezeichnen das, was unser innerstes Wesen ausmacht, sie sind unsere geistigen Potentiale und Eigenschaften der menschlichen Seele. Sie bilden die Grundlage unseres Charakters und sind Voraussetzung für wahres Glück und Zufriedenheit.

Unser persönliches Wohlbefinden hängt unter anderem davon ab, in wie weit wir im Einklang mit unseren inneren Tugenden und Prinzipien leben.

The Virtues Project geht von einem positiven Menschenbild aus. Es ist ein Weg Menschen zu begleiten, sich ihrer angeborenen Tugenden und Qualitäten mehr bewusst zu werden, sodass eine Haltung der Würde und Wertschätzung in allen Lebensbereichen gefördert werden kann.

Menschen aus unterschiedlichen kulturellen, sozialen und religiösen Hintergründen finden Zugang zur verwandelnden Kraft dieser in unserem Charakter angelegten universalen Qualitäten.

Zur bestmöglichen praktischen Umsetzung der Tugenden in Familie, Schule, Beruf und Gesellschaft, bietet The Virtues Project wertvolle Methoden, Anregungen und Materialien für den Alltag an.

## DIE 5 HERANGEHENSWEISEN

Diese Herangehensweisen fördern eine Haltung, die zur Entwicklung der Tugenden führt.

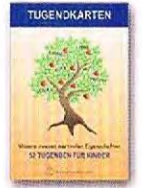
- 1 DIE SPRACHE DER TUGENDEN VERWENDEN**  
Die Sprache hat Macht uns zu inspirieren oder zu entmutigen. Sie prägt die Persönlichkeit. Wir entwickeln das Beste in uns und anderen, wenn wir eine achtsame Sprache verwenden, sei es, um Anerkennung zu geben, Dank auszusprechen, Prozesse zu begleiten oder auch zu korrigieren.
- 2 DIE LEHRREICHEN MOMENTE ERKENNEN**  
Herausforderungen und Schwierigkeiten im Leben bieten eine Gelegenheit zu Wachstum. Das Erkennen dieser Momente hilft uns, aus Fehlern zu lernen, unseren Charakter zu kultivieren und mit Selbstvertrauen und Dankbarkeit die Herausforderungen des Lebens zu meistern.
- 3 KLARE GRENZEN SETZEN**  
Auf Tugenden beruhende Grenzen schaffen eine Atmosphäre der Sicherheit und Harmonie in allen Lebensbereichen.
- 4 DIE GEISTIGE LEBENSQUELLE SCHÄTZEN**  
Indem wir unser Leben auf das Wesentliche, wie Sinn, Vision und Werte, ausrichten, erfahren wir mehr Halt und Orientierung. Wir befinden uns im Einklang mit der Schöpfung und den Mitmenschen.
- 5 BEGLEITUNG ANBIETEN**  
Durch bewusste Präsenz und aktives Zuhören können wir zu einer Atmosphäre beitragen, in der unsere Gesprächspartner eigene Lösungswege finden, in Problemen Chancen erkennen und aus der Ausrichtung an den Tugenden tragfähige Entscheidungen treffen.

## MATERIALIEN



100 Tugendkarten  
zum Nachdenken  
Preis: 25,-

52 Tugendkarten  
für Kinder  
Preis: 17,-



52 Tugendkarten  
für Jugendliche  
Preis: 19,-

Buch:  
„Wege zur  
Charakterbildung“  
Preis: 30,-



## KONTAKT

Gisela Schneider, Heilpraktikerin  
Tel: 02203 - 102 33 82  
g\_m\_schneider@t-online.de  
www.therapie-schneider.de

## KONTAKT ÖSTERREICH + BESTELLUNG VON MATERIALIEN

Virtues Project Austria  
Dr. Shima Poostchi  
info@virtuesproject.at  
Tel: +43 650 9919992  
www.virtuesproject.at