

## Wir unterstützen...

### Einzelpersonen

- achtsam mit sich selbst und anderen umzugehen,
- Ihre inneren Kraftquellen zu entdecken,
- Lebenssituationen als Chance für die persönliche Weiterentwicklung zu nutzen,
- erfüllte Beziehungen zu leben.

### Menschen, die Kinder und Jugendliche begleiten

- durch eine wertschätzende Kommunikation und das Setzen von klaren Grenzen eine entspannte und friedliche Atmosphäre zu gestalten,
- den Heranwachsenden effektive Impulse zur Charakterbildung, zur Entfaltung ihres inneren Potenzials und zur Erfahrung ihrer Selbstwirksamkeit zu geben,
- Kinder und Jugendlichen ein Gespür dafür zu vermitteln, welche Werte für ihr eigenes Leben sowie ein gelingendes und friedvolles Zusammenleben wichtig sind.

### Führungskräfte in Firmen, Institutionen und Organisationen

- sich Ihrer Führungsqualitäten bewusst zu werden,
- zu ermitteln, welche Werte Sie persönlich und in Ihrem Unternehmen leben wollen,
- durch eine klare Selbstführung die beste Grundlage für eine gute Mitarbeiter(innen)führung zu legen.

So fördern Sie ein wertschätzendes Miteinander, die Resilienz Ihrer Mitarbeiter(innen), die Unternehmensidentifikation und die Motivation. Wer sein Bestes kennt, kann auch sein Bestes geben.

## Tugenden sind...

### Potenziale, die wir in uns tragen Haltungen, die das Leben bereichern Kompetenzen für ein achtsames Miteinander

Achtsamkeit	Gerechtigkeit	Rücksichtnahme
Akzeptanz	Großzügigkeit	Ruhe
Aufrichtigkeit	Hilfsbereitschaft	Sanftmut
Begeisterung	Höflichkeit	Selbstdisziplin
Bescheidenheit	Humor	Selbstfürsorge
Besonnenheit	Integrität	Selbstvertrauen
Dankbarkeit	Klarheit	Taktgefühl
Durchhaltevermögen	Kreativität	Toleranz
Einfachheit	Leichtigkeit	Verantwortung
Engagement	Liebe	Verbundenheit
Entschlossenheit	Loslösung	Vergebung
Flexibilität	Mäßigung	Verständnis
Freude	Menschlichkeit	Vertrauen
Freundlichkeit	Mitgefühl	Vorzüglichkeit
Friedlichkeit	Mut	Wertschätzung
Fürsorglichkeit	Offenheit	Würde
Geduld	Optimismus	Zielstrebigkeit
Gelassenheit	Ordnung	Zufriedenheit
	Respekt	Zusammenarbeit

### Virtues Project Germany e.V.

An den Eichen 1 • D-53639 Königswinter  
Telefon: +49 (0) 22 44 / 900 16 61

info@virtuesproject.works • www.virtuesproject.works

 virtuesprojectgermany



## Virtues Project Germany e.V.

Institut zur Entwicklung von Ich-, Du- und Wir-Qualitäten

# ENTDECKE das WERTvollste in dir und anderen



*Freude*

*Gelassenheit*

*Respekt*

*Kreativität*

*Dankbarkeit*

*Zufriedenheit*

*Toleranz*

*Zusammenarbeit*

*Achtsamkeit*

- **UNS SELBST** für das Leben stärken
- das **DU** bei seiner Potenzialentfaltung begleiten
- das **WIR** verantwortungsvoll gestalten

Das 1988 in Kanada gegründete VIRTUES PROJEKT ist eine weltweite Initiative, die 1994 von den Vereinten Nationen als vorbildhaftes Projekt für alle Kulturen ausgezeichnet wurde.

Bei all den Unterschieden, die es zwischen uns Menschen gibt (z.B. Kulturen, Religionen, Meinungen), sind die Tugenden (engl. VIRTUES) eine uns alle verbindende Gemeinsamkeit. Sie sind die in uns angelegten Potenziale, deren Entwicklung entscheidend für ein gelingendes Leben und Zusammenleben ist. Was wäre unser Leben z.B. ohne Liebe, Mitgefühl und Humor?

Das Virtues Project geht von einem positiven Menschenbild aus. Um die positiven Kräfte in jedem Menschen zu stärken, stellt die Initiative fünf wertvolle, effektive Strategien zur Verfügung sowie viele weitere Methoden, Anregungen und Materialien für den Alltag.

Indem einzelne Menschen ein neues Bewusstsein sowie neue Haltungen entwickeln und diese in allen sozialen Bereichen praktizieren, kann sich auch nach und nach die ganze Gesellschaft zum Positiven hin verändern.



### 1 • Die Sprache der Tugenden sprechen

Sprache kann entmutigen oder inspirieren. Wenn wir eine achtsame Sprache verwenden, in anderen Menschen Tugenden erkennen und diese benennen, kann sich das Beste in uns und anderen entfalten. Mit Tugenden können wir Anerkennung geben, Dank aussprechen, Prozesse begleiten oder auch korrigieren.

### 2 •• Lehrreiche Momente nutzen

Lernen wir unsere täglichen Herausforderungen als *Lehrstunden des Lebens* anzunehmen, so kann jedes Hindernis zu einem Sprungbrett der Persönlichkeitsentwicklung werden.

### 3 ••• Klare Grenzen setzen

Auf Tugenden beruhende Vereinbarungen fördern in allen Lebensbereichen Klarheit, Sicherheit und Verantwortung. Sie können auch zum Wohlbefinden beitragen. Sollten die Grenzen bzw. Vereinbarungen nicht eingehalten werden, wird auf die Wiederherstellung der Gerechtigkeit und des Vertrauens sowie die Wiedergutmachung Wert gelegt.

### 4 •••• Zeit für Muße und Besinnung

Indem wir uns dem Bedeutungsvollen im Leben widmen, unsere Erfahrungen und Visionen miteinander teilen, wichtige Ereignisse feiern, uns Zeit für Stille, Gesundheit, Natur, Kunst und Spiel nehmen, stärken wir unsere Verbundenheit sowie die Freude in uns selbst und in jedem sozialen Rahmen.

### 5 ••••• Begleitung anbieten

Unsere bewusste Präsenz, aufmerksames Zuhören und gezielte Fragen helfen anderen dabei, ihr Herz zu erleichtern, selbst Lösungen zu finden sowie Entscheidungen verantwortlich und den eigenen Erkenntnissen und Bedürfnissen entsprechend treffen zu können.

Wir sind ein vom Virtues Project™ begeistertes Team, welches sich seit 2009 dafür einsetzt, dass im deutschsprachigen Raum möglichst viele Menschen und letztlich auch die Gesellschaft von den wirkungsvollen Impulsen dieser Initiative profitieren.

Auf unserer Homepage finden Sie:

- Veranstaltungstermine
- kostenlose TugendTreffs
- Einführungs- und Vertiefungskurse, Fortbildungen
- Impuls-Vorträge und Inhouse-Seminare
- die Profile unserer Kursleiter(innen) und Referent(innen)
- Materialien (Bücher, Tugend-Kartensets, Poster)
- kostenlose Downloads
- die Tugend der Woche
- Erfahrungsberichte, Referenzen, Veröffentlichungen

Im Sekretariat des Vereins kümmern wir uns gerne um Ihre Fragen und Anliegen.

Bei und bekommen Sie IMPULSE zur:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Potenzialentfaltung
- Beziehungsgestaltung
- Wertevermittlung

