

Entdeckungsreise

12 Monate Persönlichkeitsentwicklung mit Tiefe,
Struktur und wissenschaftlichem Fundament.



Mehr als ein Seminar.

Berufsbegleitend, fundiert, praxisnah und persönlich
begleitet.

Das vielleicht wichtigste Jahr deines Lebens.

Inhaltsverzeichnis

Einführung – Sinn & Relevanz:	3
Ein Entwicklungsjahr mit Tiefe und Struktur	4
Psychosynthese – das psychologische Fundament	5
Der Aufbau der 12 Monate	6
Zielgruppe - Für wen eignet sich diese Entdeckungsreise	7
Was Teilnehmende aus diesem Jahr mitnehmen	8
Programmübersicht	9
Weiterführende Entwicklungsmöglichkeiten	10
Lernen in einer kleinen Gruppe	11
Seminarleitung	11
aeon Ausbildungszentrum	12

Entdeckungsreise - 12 Monate Persönlichkeitsentwicklung

Willkommen bei aeon.

Manche **Entwicklungsprozesse beginnen** nicht mit einer Entscheidung, sondern **mit einer Frage**.

Mitten in einem erfüllten Leben, in dem vieles funktioniert, taucht bei vielen Menschen irgendwann eine leise innere Stimme auf:

Gibt es noch mehr zu entdecken?

Mehr Klarheit über sich selbst.

Mehr innere Freiheit.

Mehr Bewusstsein darüber, wie wir unser Leben gestalten wollen.

Seit über 30 Jahren schafft **aeon** Räume für persönliche Entwicklung und professionelle Weiterbildung. Räume, in denen Menschen innehalten, reflektieren und neue Perspektiven auf sich selbst gewinnen können.

Die Entdeckungsreise ist ein berufsbegleitender Entwicklungsprozess über zwölf Monate.

Ein **bewusst gestalteter Weg** der **persönlichen Reflexion**, der **psychologisches Wissen, Selbsterfahrung** und **praktische Integration** miteinander **verbindet**.

Fundiert in der humanistischen und transpersonalen Psychologie – der Psychosynthese – verbindet das Programm wissenschaftliche Grundlagen mit einem ganzheitlichen Verständnis menschlicher Entwicklung.

Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, eigene Muster bewusster zu erkennen, innere Ressourcen zu stärken und neue Orientierung für ihr persönliches und berufliches Leben zu entwickeln.

Mehr als ein Seminar.

Berufsbegleitend, fundiert, praxisnah und persönlich begleitet.

Ein Jahr, das neue Perspektiven eröffnet, und manchmal zu den wichtigsten Jahren eines Lebens gehört.

Ein Entwicklungsjahr mit Tiefe und Struktur

Persönliche Entwicklung geschieht **selten** in **schnellen** Schritten.

Sie braucht **Zeit**, **Aufmerksamkeit** und einen **Rahmen**, in dem neue Erkenntnisse entstehen und im eigenen Leben integriert werden können.

Die **Entdeckungsreise** ist deshalb bewusst als **Entwicklungsprozess** über **zwölf Monate** gestaltet.

Über ein Jahr hinweg setzen sich die Teilnehmenden mit zentralen Fragen ihrer persönlichen Entwicklung auseinander.

Sie **reflektieren** prägende **Erfahrungen**, erkennen **innere Muster** und gewinnen ein **vertieftes Verständnis** für ihre eigenen **Bedürfnisse**, **Werte** und **inneren Ressourcen**.

Die Seminartage verbinden **psychologisches Wissen**, **reflektierende Selbsterfahrung** und **praxisorientierte Methoden**. Zwischen den einzelnen Seminaren bleibt bewusst Zeit, um Erkenntnisse im Alltag zu erproben und persönliche Veränderungen nachhaltig zu verankern.

Die Arbeit findet in einer **kleinen, vertrauensvollen Gruppe** statt und wird durch erfahrene Seminarleitende begleitet. Dieser kontinuierliche Rahmen ermöglicht einen Lern- und Entwicklungsprozess, der Schritt für Schritt an Tiefe gewinnt.

So entsteht ein Entwicklungsraum, in dem persönliche Einsichten nicht nur verstanden, sondern auch **im eigenen Leben wirksam werden können**.





Psychosynthese – das psychologische Fundament

Die **Entdeckungsreise** basiert auf der **Psychosynthese**, einem bedeutenden Ansatz der humanistischen und transpersonalen Psychologie.

Die vom italienischen Psychiater **Roberto Assagioli** entwickelte Psychosynthese versteht den Menschen als ein vielschichtiges Wesen mit unterschiedlichen inneren Anteilen, Bedürfnissen und Potenzialen. Sie **verbindet psychologische Erkenntnisse** mit einem **ganzheitlichen Verständnis menschlicher Entwicklung**.

Im Zentrum steht die Frage, wie Menschen ihre inneren Kräfte bewusster wahrnehmen, integrieren und für ihr Leben nutzen können.

Die **Psychosynthese** berücksichtigt **emotionale, mentale und körperliche Aspekte** ebenso wie **Werte, Sinnorientierung und Bewusstsein**. Sie hilft, innere Dynamiken besser zu verstehen und einen bewussteren Umgang mit Gedanken, Gefühlen und Handlungen zu entwickeln.

So entsteht eine Grundlage für persönliche Reifung, innere Klarheit und verantwortungsvolle Lebensgestaltung.

Als ganzheitlicher Entwicklungsansatz verbindet die Psychosynthese **psychologische Tiefe mit praktischer Anwendbarkeit** und bildet damit das wissenschaftliche Fundament der Entdeckungsreise.

Der Aufbau der 12 Monate

Die **Entdeckungsreise** ist als klar **strukturierter Entwicklungsprozess** über **zwölf Monate** konzipiert. Sie verbindet **persönliche Reflexion**, **psychologisches Verständnis** und **praktische Erfahrung** zu einem kontinuierlichen Lern- und Entwicklungsweg.

Diese Weiterbildung ist berufsbegleitend gestaltet. Über das Jahr hinweg finden **zwölf Seminarmodule an Wochenenden** statt, die eine vertiefte Auseinandersetzung mit zentralen Themen persönlicher Entwicklung ermöglichen.

Die **Seminare** verbinden **theoretische Impulse**, **reflektierende Selbsterfahrung**, **praktische Übungen** und **Austausch in der Gruppe**. Zwischen den Modulen bleibt bewusst Zeit, um Erkenntnisse im Alltag zu integrieren und neue Perspektiven im eigenen Leben zu erproben.

Die **kleine Gruppengröße** ermöglicht eine vertrauensvolle Lernatmosphäre und eine kontinuierliche persönliche Begleitung während des gesamten Entwicklungsprozesses.

Auf einen Blick

Dauer: 12 Monate

Struktur: 12 Seminarwochenenden

Format: berufsbegleitend

Gruppengröße: max. 12 Teilnehmende

Ort: aeon Ausbildungszentrum, 4310 Rheinfelden



Für wen eignet sich diese Entdeckungsreise

Die **Entdeckungsreise** richtet sich an Menschen, die sich **bewusst Zeit** für ihre **persönliche Entwicklung** nehmen möchten.

An Menschen, die spüren, dass im Leben nicht nur äussere Ziele zählen, sondern auch innere Klarheit, Sinn und persönliche Reifung.

Viele Teilnehmende stehen mitten im Leben: Sie tragen Verantwortung im Beruf, engagieren sich im privaten Umfeld und wünschen sich einen Raum, um innezuhalten, sich selbst besser zu verstehen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Die **Entdeckungsreise** ist besonders **passend für Menschen**, die:

- sich **selbst besser verstehen** und **bewusster** leben möchten,
- innere Muster **reflektieren** und neue **Klarheit gewinnen** wollen,
- ihre **Werte, Ziele** und **Lebensrichtung** bewusster **gestalten** möchten, und
- einen **Entwicklungsweg** suchen, der **Tiefe, Struktur** und persönliche Begleitung vereint.

Ein Weg für Menschen, die nicht nur mehr wissen wollen, sondern sich selbst besser kennenlernen möchten.





Was Teilnehmende aus diesem Jahr mitnehmen

Die **Entdeckungsreise** ermöglicht einen vertieften Prozess persönlicher Reflexion und Entwicklung. Über das Jahr hinweg gewinnen die Teilnehmenden ein differenziertes Verständnis ihrer inneren Dynamiken, Werte und Handlungsmuster. Durch die **Verbindung** von **psychologischem Wissen, Selbsterfahrung** und **Austausch in der Gruppe** entsteht ein Lernprozess, der sowohl persönliche Einsichten als auch konkrete Entwicklungsschritte im Alltag unterstützt.

Viele Teilnehmende berichten insbesondere von:

- **vertiefter Selbstkenntnis** und einem bewussteren Verständnis der eigenen inneren Dynamiken,
- **mehr innerer Klarheit** über persönliche Werte, Bedürfnisse und Lebensziele,
- einem **bewussteren Umgang mit unterschiedlichen inneren Anteilen**,
- **klarerer Entscheidungen** im persönlichen und beruflichen Kontext,
- **neuen Perspektiven** auf Beruf, Beziehungen und Lebensgestaltung, und
- einer **gestärkten inneren Führung** und **persönlichen Orientierung**.

So entsteht **Schritt für Schritt** mehr Bewusstsein für das eigene Denken, Fühlen und Handeln, und damit eine Grundlage für **bewusstere Entscheidungen** und eine **stimmigere Lebensgestaltung**.

Programminformationen

Die **Entdeckungsreise** ist als aufeinander aufbauender Entwicklungsprozess gestaltet. Über das Jahr hinweg durchlaufen die Teilnehmenden drei zentrale Phasen: **Verstehen**, **Vertiefen** und **Integrieren**.

➔ Verstehen – sich selbst begegnen

Zu Beginn steht das Kennenlernen zentraler Konzepte der Psychosynthese und das bewusste Wahrnehmen eigener Prägungen, Muster und Ressourcen:

- Kindheit und Evolution des Lebens
- Natur und Psychosynthese
- Liebe und Wille I
- Kraft der Kommunikation I

➔ Vertiefen – innere Dynamiken erkennen

In dieser Phase richten die Teilnehmenden den Blick stärker auf ihre inneren Anteile, Beziehungen und persönlichen Entwicklungsthemen:

- Teilpersönlichkeiten entdecken
- Körperarbeit in der Psychosynthese I
- Zwischenmenschliche Beziehungen
- Familie stellen und heilen

➔ Integrieren – bewusst gestalten

Die gewonnenen Einsichten werden vertieft und für die eigene Lebensgestaltung nutzbar gemacht:

- Liebe und Wille II
- Transpersonaler Wille
- Kraft der Kommunikation II
- Körperarbeit in der Psychosynthese II

Zu jedem Seminarthema erhalten die Teilnehmenden ein **Skript** sowie **begleitende Übungen** zur Vertiefung, Reflexion und praktischen Umsetzung der Inhalte.

Weiterführende Entwicklungsmöglichkeiten

Die **Entdeckungsreise** bildet für viele Teilnehmende den **Einstieg** in eine **vertiefte Auseinandersetzung** mit **persönlicher Entwicklung**. Aufbauend darauf bietet das aeon Ausbildungszentrum **verschiedene Möglichkeiten**, diesen Weg weiterzuführen.

Eine **erste Vertiefung** bietet die **Inspirationsreise**, ein **4,5-tägiges Retreat**, das Raum für persönliche Reflexion, Ausrichtung und neue Perspektiven eröffnet.

Die anschliessende **Vertiefungsreise in Psychosynthese**, ein **10-monatiges Vertiefungsprogramm**, vertieft die Auseinandersetzung mit zentralen Themen der Persönlichkeitsentwicklung und begleitet den individuellen Entwicklungsprozess über einen längeren Zeitraum.

So entsteht ein kontinuierlicher Lern- und Entwicklungsweg – von der **Entdeckungsreise** über die **Inspirationsreise** bis hin zur **Vertiefungsreise**.

Für **Teilnehmende**, die ihre **Kompetenzen** auch **professionell** einsetzen oder weiterentwickeln möchten, stehen zudem verschiedene **berufsbegleitende Ausbildungen** offen, darunter:

- Dipl. Coach in Psychosynthese
- Betriebliche:r Mentor:in mit eidg. Fachausweis
- Dipl. Berater:in in Psychosynthese
- Berater:in SGfB
- Psychosoziale:r Berater:in mit eidg. Diplom (HFP)

So kann die Entdeckungsreise – je nach persönlichem Interesse – zu einem weiterführenden Entwicklungsweg oder zu einer **professionellen Qualifikation** führen.

Alle **berufsbegleitenden Ausbildungen** orientieren sich an den **Qualitätsstandards** der **Swiss Coaching Association** (SCA) und der **Schweizerischen Gesellschaft für Beratung** (SGfB), bei denen das **aeon Ausbildungszentrum** als **anerkanntes Ausbildungsinstitut** geführt wird.

Lernen in einer kleinen Gruppe

Alle **Lehrgänge** und **Ausbildungen** finden bewusst in kleinen, festen Gruppen statt.

Die **Gruppengrösse von maximal 12 Teilnehmenden** ermöglicht eine intensive Begleitung durch die Seminarleitenden sowie Raum für persönliche Reflexion und Austausch.

So entsteht ein **vertrauensvoller Rahmen** für individuelles Lernen und nachhaltige Entwicklung.



Seminarleitung

Die Entdeckungsreise wird von einem **erfahrenen Dozent:innen-Team** des aeon Ausbildungszentrums begleitet.

Die **Seminarleitenden** verfügen über **langjährige Erfahrung** in der **Erwachsenenbildung** sowie über fundierte **psychologische** und **methodische Kompetenzen** in der Begleitung von **Persönlichkeits-, Entwicklungs- und Veränderungsprozessen**.

Unterschiedliche **fachliche Hintergründe** der Dozierenden eröffnen vielfältige Perspektiven auf menschliche Entwicklung und bereichern den gemeinsamen Lernprozess.

Die kontinuierliche Begleitung schafft einen **professionellen** und **vertrauensvollen Rahmen** für **persönliche Reflexion** und **nachhaltige Entwicklung**.

aeon Ausbildungszentrum GmbH

Das **aeon Ausbildungszentrum** im **schweizerischen Rheinfelden** steht seit **über 30 Jahren** für **fundierte Aus- und Weiterbildungen** in den Bereichen **Persönlichkeitsentwicklung, Coaching** und **psychosoziale Beratung**.

Im Zentrum der Arbeit steht die **Psychosynthese**, ein Ansatz der **humanistischen** und **transpersonalen Psychologie**, der psychologische Erkenntnisse mit einem ganzheitlichen Verständnis menschlicher Entwicklung verbindet.

Die **Programme** des aeon Ausbildungszentrums verbinden **wissenschaftliche Grundlagen, Selbsterfahrung** und **praxisorientiertes Lernen** und schaffen Räume für **persönliche** und **professionelle Entwicklung**.

Kontakt/Anmeldung

aeon Ausbildungszentrum GmbH
Im Salmenpark
Baslerstrasse 44
4310 Rheinfelden
Tel. 061 262 32 00

Tel.: 061 262 32 00
E-Mail: info@aeon.ch

<https://www.aeon.ch/ausbildungen/entdeckungsreise/>

Herzlichst,

Petra & Nic Schweizer mit dem gesamten aeon-Team

