

Zweden Trainingen (www.zwedentrainingen.com)

Emotionele survival... in de laatste oerbossen van Europa

Krachtbronnen in uzelf

In een van de laatste oerbossen van Europa in Midden Zweden leert u bruikbare survivaltechnieken, die meer zijn dan louter overlevingstrucs. Daarbij doet onze training een beroep op uw gezond verstand, gevoel, intuïtie en stressbestendigheid, maar wij dagen u vooral uit om onvermoede krachtbronnen in uzelf aan te boren. U zult nog versteld staan...

ZwedenTrainingen is uniek in de koppeling die we maken tussen de uitkomsten van een EQ-assessment, uw directe ervaringen en uw werksituatie. Zo worden belevenissen in de natuur tot doorleefde leerervaringen die uw functioneren en presteren wezenlijk en blijvend zullen verbeteren.

De krachtige combinatie van oernatuur, survival en psychologische uitdaging is het geheim van ZwedenTrainingen.

Programma's

Elk programma wordt op maat gemaakt. Hierbij gaan wij uit van de opdracht vanuit het bedrijf of de instelling die haar personeel wil laten trainen. Deze opdracht kan immers zijn: teambuilding, selectie, reïntegratie, outplacement etc. Een andere belangrijke input voor de inhoud van het programma wordt gevormd door de individuele trainingsbehoefte die door u worden aangegeven, óf die door ons worden vastgesteld op basis van de psychologische testen. Uit de door ons afgenomen testen zullen een aantal zaken naar voren komen. Op zowel individueel als groepsniveau zullen die bevindingen van belang zijn voor het werken aan de gestelde doelen.

Onze ervaring is dat een aantal elementen van belang zijn bij het in korte tijd behalen van zekere doelen. De omgevingsfactoren én de survivalactiviteiten spelen daarin een zeer grote rol. Toch vormen zij primair de *context* waarbinnen wij op psychologisch niveau onze bevindingen willen staven en ontwikkelingen op gang brengen.

Voor zowel de wilderness-training als de psychologische training voorziet Therapeutikon in deskundige en gekwalificeerde trainers. Voor de wilderness zijn dat lokale Zweden; voor de EQ-training Nederlanders.

De groep bestaat uit ongeveer acht leden, naast meestal twee trainers, de gids en een bivakmaker. De trainees kunnen mensen uit één bedrijf of instelling zijn, maar het is ook mogelijk een groep samen te stellen uit individuele aanmeldingen.

Back to Basic's

De survivaltraining vormt in tijd en investering het grootste deel van de volledige EQ-training. Mede afhankelijk van de mogelijkheden van de groep wordt uitgegaan van een midweek.

Uitgezonderd de zomervakantieperiode; de week van de grote elandjacht in oktober en eind december kunnen de trainingen het hele jaar plaatsvinden. De activiteiten zijn afgestemd op de mogelijkheden die de natuur ons biedt. Vanaf het voorjaar tot in de herfst bestaat het survivaldeel vooral uit het verblijven in de natuur; het zoeken van eten en een nachtverblijf. In de winter zijn een veilig verblijf; ijsvissen en het verzamelen van basismateriaal van het grootste belang. Gedroogd rendiervlees is één van de noodzakelijke supplementen in deze tijd van het jaar. De zwaarte van het program wordt in alle gevallen in overleg met de opdrachtgever vastgesteld. Zo is er keuze tussen verblijf in een zelf te bouwen sneeuwhut in de wouden of 's avonds terug naar de veilige beschutting van onze vishut met de warmte van een houtvuur, de olielampen en een 'dass', ofwel buitentoilet.

Natuurlijk wordt u in alle gevallen, na uw reis, ontvangen in de luxe omgeving van bijvoorbeeld het Uddeholms Hotell, gelegen aan het meer met een uitstekend menu; een prachtige kamer met alle voorzieningen; conferentieruimtes; de mogelijkheid tot gebruik van de 'bastu' (sauna) in het eigen gebouw óf aan de oever van het meer. Na drie dagen en twee nachten verblijf in de wildernis zult u daar weer hartelijk worden ontvangen met opnieuw dezelfde luxe faciliteiten.