

Schulungsangebot Persönlichkeitsentwicklung und Sozialkompetenz

Als ICL – Institut für Christliche Lebens- und Eheberatung – arbeiten wir mit Menschen aus Landeskirchen, Freikirchen und Verbänden zusammen, denen Ermutigung durch stärkeorientierte Seelsorge und Beratung am Herzen liegt.



Diese Persönlichkeitsschulung ist ein Angebot für alle,

- die ihre Sozialkompetenz für Familie, Ehe, Gemeinde, Ausbildung und Beruf stärken und erweitern wollen,
- die durch die Erarbeitung des eigenen Lebensstils ihren Stärken und Werten mehr auf die Spur kommen wollen,
- die die Rolle ihres Selbstbilds für ihren eigenen Erfolg und Misserfolg verstehen wollen,
- die für ihre eigene Zufriedenheit und den Umgang mit anderen Menschen Verantwortung übernehmen wollen,
- die ermutigende Impulse für ihren Glauben und die Gemeindarbeit schätzen,
- die für die Bewältigung von Stressereignissen oder herausfordernden Alltagssituationen Lösungen suchen,
- die an einer Weiterbildung für Seelsorge, Begleitung und Lebensberatung interessiert sind.

Diese Seminare sollen zu einem bewussten Umgang mit sich selbst anleiten und Sie in Ihrer Beziehung zu anderen sicherer und erfolgreicher machen. Wir ermutigen Sie, eigene Fähigkeiten und Kompetenzen auszubauen und Ihre persönlichen Grenzen zu überwinden.

In weiterführenden Aufbaukursen besteht die Möglichkeit, weitere Abschlüsse in Individualpsychologischer Beratung und Beratung für Persönlichkeitsentwicklung und Sozialkompetenz zu erreichen.



SEMINARORT

Katholisches Pfarreizentrum Landquart
Kantonsstrasse 20
7302 Landquart

INFO

ICL Ostschweiz
Hirschweg 3, 8472 Seuzach
Telefon: +41 (0)52 366 23 20
Bürozeiten: Di 8.00 – 11.00 Uhr

ANMELDUNG

Online unter: www.icl-institut.org/seminare

Schriftlich an:
ICL Ostschweiz
Simone Schwarz
Hirschweg 3, 8472 Seuzach



ANMELDESCHLUSS STARTSEMINAR 30. Dezember 2025

Rechtzeitige Anmeldung wird empfohlen, die Seminarplätze sind begrenzt.

Spätere Anmeldungen für einzelne Grundlagenseminare sind spätestens 10 Tage vor dem jeweiligen Termin erforderlich. Weitere Informationen erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung.



Landquart 9. bis 11. Januar 2026

STARTSEMINAR Fr-So 9. bis 11. Januar 2026

Begleitung, Seelsorge, Individualpsychologie – Der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit

Die fünf Lebensstilaspekte der Persönlichkeit. Psychologische Grundlagen im Licht des Wortes Gottes. Das biblische Welt- und Menschenbild. Selbstbild, Selbstwert, Selbstannahme. Finalität und Lebensstil. Eintrainierte Verhaltensmuster. Gottesbild und Glaube. Mut-Ressourcen. Persönliche Stärken.

 Simone Schwarz

NACH DEM BESUCH DES STARTSEMINARS IST DIE TEILNAHME AN DEN GRUNDLAGENSEMINAREN MÖGLICH.

Die Grundlagenseminare 1 bis 9 finden Fr/Sa statt.

GRUNDLAGENSEMINAR 1

6./7. Februar 2026

Die Bedeutung der Herkunftsfamilie

Familiäre Prägung und deren Auswirkung auf meine Persönlichkeitsentwicklung. Geschwisterfolge. Rollen in der Familie. Beziehungsmuster. Sozialkompetenz. Familienwerte. Familienatmosphäre. Nonverbale Botschaften. Gottesbeziehung. Gewissensprägung.

 Simone Schwarz

GRUNDLAGENSEMINAR 2

13./14. März 2026

Charakterstrukturen

Die eigene Charakterstruktur mit ihren Stärken und Grenzen entdecken. Auswirkung der Persönlichkeitsstruktur auf Beziehung, Partnerschaft, Lebensgestaltung und Beruf. Selbstannahme. Freiheit, Verantwortung, Mündigkeit. Jesus – der „ICH BIN“. Gottes Charakter.

 Janine Widmer

GRUNDLAGENSEMINAR 3

1./2. Mai 2026

Erfolgreiche Kommunikation – Gesprächsführung

Grundlagen der Gesprächsführung. Empathie, Wertschätzung und Kongruenz. Aktives Zuhören durch Spiegeln. Nonverbale Kommunikation. Ich-Botschaften. Gesprächskiller und Gesprächsförderer. Seelsorgerliche Gesprächsführung. Die Gesprächsführung Jesu.

 Simone Schwarz

GRUNDLAGENSEMINAR 4

19./20. Juni 2026

Lebensstil-Korrektur

Stärken fördern. Gewinn und Preis der Korrektur. Keine Symptombekämpfung, sondern Gesinnungsänderung. Die Bedeutung von Vergebung, Busse und Wiedergutmachung beim Umkehrprozess. Konsequenzen entdecken lassen, Korrekturmöglichkeiten entdecken. Persönliche „Mitte“ leben lernen. Neue Finalität gestalten.

 Cornelia & Daniel Linder

GRUNDLAGENSEMINAR 5

28./29. August 2026

Umgang mit Gefühlen – Ermutigung leben

Gefühle als Motor des Handelns. Motive und Absicht meiner Gefühle. Gemeinschaftsgefühl. Schuld- und Schamgefühle. Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwert. Frühkindliche Entmutigung, Minderwertigkeit und Überkompensation. Die Kunst, als ermutigter Mensch zu leben.

 Cornelia & Daniel Linder

GRUNDLAGENSEMINAR 6

25./26. September 2026

Hilfe in Erziehungsfragen – Kinder 3-12 Jahre

Mut machende Erziehung – Das Fundament einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung. Umgang mit störendem Verhalten. Logische Folgen statt Strafen. Ermutigung, Wertschätzung, Konsequenz. Selbstwert des Kindes stärken. Dazugehören durch Beitragen. Mobbing. Medienkompetenz erwerben und fördern. Erziehung aus biblischer Sicht.

 Janine Widmer

GRUNDLAGENSEMINAR 7

30./31. Oktober 2026

Selbstwert und Identität fördern und stärken

Gleichwertigkeit. Fehlziele des Erwachsenen. Verantworten und Entscheiden. Identitätsverunsicherung – Identitätsfindung. Selbstannahme. Gelungene Konfliktbewältigung. Erarbeitung des Lebensstils und der Korrektur anhand der Projektion „Bootsgeschichte“. Meine Identität im Bund Gottes.

 Simone Schwarz

GRUNDLAGENSEMINAR 8

27./28. November 2026

Die Kraft des Gebets in der Seelsorge

Gebet – ein göttliches Geheimnis. Der Einfluss der Fürbitte. Gebet und Lebensstil. Verschiedene Gebetsarten. Gottes Wort beten. Im Namen Jesu beten. Gebet in der Seelsorge praktisch. Ratsuchende lernen beten. Busse und Vergebung. Segnen. Befreiende und lösende Gebetsseelsorge.

 Janine Widmer

GRUNDLAGENSEMINAR 9

8./9. Januar 2027

Erfolgreich leben ohne auszubrennen

Stress, Strain, Distress, Eustress – Bedeutung und Folgen. Work-Life-Balance. Burnout erkennen und vorbeugen. Entspannung und Erholung. Zeitmanagement. Prioritäten setzen. Mobbing. Immer für andere da sein? Seine Berufung erkennen und ergreifen.

 Simone Schwarz

Seminartage

Ein Tag umfasst acht Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Minuten, unterbrochen durch kleinere und grössere Pausen.

Seminarzeiten

Startseminar	täglich 9.00 – 18.00 Uhr am letzten Tag bis 17.15 Uhr
Grundlagenseminare	Freitag 14.00 – 20.30 Uhr Samstag 9.00 – 17.15 Uhr

Zeitweise Abwesenheit während einem Seminar ist nicht möglich.

Kosten

Startseminar CHF 275.- / Ehepaar CHF 480.-
Grundlagenseminare CHF 200.- / Ehepaar CHF 350.-

Starterpaket (S, G1, G2) CHF 625.- / Ehepaar CHF 1050.-

Starterpaket nur möglich bei Vorauszahlung bis Anmeldeschluss.
Paket Bedingungen siehe Homepage.

Praxistraining

Zu den einzelnen Seminaren werden spezifische praktische Übungen in Gruppen angeboten.

Eigenreflexion

Zur Erarbeitung und Reflexion des eigenen Lebensstils stehen fakultativ qualifizierte Gesprächspartner zur Verfügung.

Abschluss

Der Abschluss „Begleitung für Persönlichkeitsentwicklung und Sozialkompetenz“ und „Begleitende Seelsorge“ beinhaltet die Grundlagenseminare G1-G8/G9, 20 UE Praxistraining und 10 UE Eigenreflexion.

