

# 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, Coaching und Beratung uns 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 Beratung für Persönlichkeitsentwicklung und Sozialkompetenz und in Individualpsychologischer psychosozialer Beratung zu erreichen.



## SEMINARORT LANDQUART

Katholisches Pfarreizentrum Landquart  
Kantonsstrasse 20  
CH-7302 Landquart

### INFO

ICL Ostschweiz  
Simone Schwarz  
Mail [schwarz@icl-institut.org](mailto:schwarz@icl-institut.org)  
Telefon + 41 (0)52 366 23 20

### ANMELDUNG

Online unter [icl-institut.org/seminare](http://icl-institut.org/seminare)

### INFO

Schriftlich an:  
ICL Ostschweiz  
Hirschweg 3  
CH-8472 Seuzach



### ANMELDESCHLUSS STARTSEMINAR

25. Januar 2027

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.

**ICL**<sup>®</sup> Institut für Christliche  
Lebens- und Eheberatung  
Ostschweiz [icl-institut.org](http://icl-institut.org)



## SEELSORGE BEGLEITUNG COACHING

Persönlichkeitsentwicklung  
und Sozialkompetenz

Landquart  
Seminarbeginn 5. Februar 2027

Stand: April 2026 – Änderungen vorbehalten

## STARTSEMINAR Fr-So 5. bis 7. Februar 2027

### Stärkenorientiert – Der Mensch in seiner Ganzheitlichkeit

Glaube, Seelsorge, Individualpsychologie  
Bausteine der Persönlichkeit. Die fünf Lebensstilaspekte. Selbstbild, Selbstwert, Selbstannahme. Fremdbild. Mut-Ressourcen. Finalität und Lebensstil. Eintrainierte Verhaltensmuster. Gottesbild und Glaube. Psychologische Grundlagen im Licht des Wortes Gottes.

 Simone Schwarz

---

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

---

Die Grundlagenseminare 1 bis 9 finden Fr/Sa statt.

## GRUNDLAGENSEMINAR 2

12./13. März 2027

### Charakterstruktur und Typologie

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

 Janine Widmer

## GRUNDLAGENSEMINAR 1

9./10. April 2027

### 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 3

28./29. Mai 2027

### 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

25./26. Juni 2027

### 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

20./21. August 2027

### Umgang mit Gefühlen – Ermutigung leben

Gefühle als Motor des Handelns. Motive und Absicht meiner Gefühle. Gemeinschaftsgefühl. Schuld- und Schamgefühle. Guter Umgang mit Gefühlen. Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstwert. Ermutigung durch Gottes Zuspruch und Fürsorge. Die Kunst, als ermutigter Mensch zu leben.

 Cornelia & Daniel Linder

## GRUNDLAGENSEMINAR 6

17./18. September 2027

### Erziehungsfragen in Seelsorge und Beratung – Kinder 3-12 Jahre

Mutmachende Pädagogik. Fehlziele des Kindes. Umgang mit störendem Verhalten. Erziehungsstile. Logische Folgen statt Strafen. Ermutigung, Wertschätzung, Konsequenz. Selbstwert des Kindes stärken. Dazugehören durch Beitragen. Medienkompetenz erwerben.

 Janine Widmer

## GRUNDLAGENSEMINAR 7

22./23. Oktober 2027

### Identität fördern – Selbstwert stärken

Gleichwertigkeit. Identitätsverunsicherung – Identitätsfindung. Fehlziele des Erwachsenen. Verantworten und entscheiden statt kompensieren. Selbstannahme. Gelungene Konfliktbewältigung. Projektion „Bootsgeschichte“. Meine Identität im Bund Gottes.

 Simone Schwarz

## GRUNDLAGENSEMINAR 8

26./27. November 2027

### Die Kraft des Gebets in der Seelsorge

Gebet – ein Privileg. Der Einfluss der Fürbitte. Gebet und Lebensstil. Verschiedene Gebetsarten. Gottes Wort beten. Die Autorität im Namen Jesus. Gebet in der Seelsorge praktisch. Gebetsseelsorge mit Imagination. Buße und Vergebung. Die Kraft des Segnens.

 Janine Widmer

## GRUNDLAGENSEMINAR 9

20./21. Januar 2028

### Erfolgreich leben ohne auszubrennen

Stress, Strain, Distress, Eustress, ihre Bedeutung und Folgen. Anspannung, Entspannung und Bewegung. Resilienz – Krisen durchstehen und daran wachsen. Work-Life-Balance. Burnout erkennen und vorbeugen. Meine Begabung/Berufung entdecken.

 Simone Schwarz

### Seminartage

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

### Seminarzeiten

<b>Startseminar</b>	täglich 9 - 18 Uhr am letzten Tag bis 17.15 Uhr
<b>Grundlagenseminare</b>	Freitag 14 - 20.30 Uhr Samstag 9 - 17.15 Uhr

**Zeitweise Abwesenheit während einem Seminar  
ist nicht gestattet.**

### Kosten

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

**Starterpaket** (S, G1, G2) 625.- CHF / Ehepaar 1.050.- CHF  
Starterpaket nur möglich bei Vorauszahlung bis Anmeldeschluss.  
Paket Bedingungen siehe Homepage.

### Praxistraining

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

### Eigenreflexion

Um den eigenen Lebensstil zu erarbeiten und zu reflektieren, stehen  
institutsintern qualifizierte Gesprächspartner zur Verfügung.

### Abschluss

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

