

Kernqualitäten wie z. B. Geduld, Einfühlungsvermögen oder Durchsetzungskraft sind positive Eigenschaften, die zum Wesen oder zum Kern einer Person gehören. Kernqualitäten färben einen Menschen, es sind die typischen Stärken, die wir sofort mit jemandem verbinden. Eine Kernqualität ist eine besondere Fähigkeit, die man so sehr verinnerlicht, dass man schnell einmal das Gefühl hat: "Das kann doch jeder!" Eine Kernqualität kann aber auch zum Stolperstein werden, wenn sie zu intensiv ausgelebt wird. "Hilfsbereitschaft" kann sich z.B. zu "Aufdringlichkeit" entwickeln und wird damit von einer Stärke zu einer Schwäche.

In diesem Kurs entdecken Sie Ihre eigenen Kernqualitäten und reflektieren auch kritisch deren Auswirkungen auf Sie und auf Ihr Umfeld. Sie schärfen damit den Blick für Ihre Stärken und sensibilisieren Ihre Wahrnehmung in Bezug auf blinde Flecken und Fallstricke. Sie lernen so Ihr Verhalten in unterschiedlichen Situationen besser zu steuern.

Inhalte

- Das Kernquadrat – ein Modell zur Persönlichkeitsentwicklung
- Meine eigenen Kernqualitäten kennen lernen
- Wie werde ich von aussen wahrgenommen?
- Chancen und Grenzen meiner Kernqualitäten
- Wie setze ich meine Kernqualitäten gezielt im beruflichen Alltag ein?
- Wie kann ich meine Kernqualitäten weiterentwickeln?

Vorgehensweise

1. Tag

Gemeinsam. Sie lernen das Modell des Kernquadrates kennen und gehen in Kleingruppen auf Entdeckungsreise Ihrer Kernqualitäten. In einem vertrauensvollen, wertschätzenden Umfeld stellen Sie die entstandenen Quadrate den andern Teilnehmenden zur Verfügung. Das gibt Ihnen die Möglichkeit im gemeinsamen Dialog Ansätze zur eigenen Weiterentwicklung zu finden und Ihren konkreten nächsten Schritt zur Umsetzung zu definieren.

2. Tag

Einige Wochen sind seit dem ersten Tag vergangen und Sie hatten die Gelegenheit ihre Umsetzungsideen im Alltag umzusetzen. Wie ist es gelaufen, was ist geglückt, was war schwierig? Im gemeinsamen Erfahrungsaustausch haben Sie die Möglichkeit voneinander zu lernen und so Ihr Verhalten in unterschiedlichen Situationen zu reflektieren.

Zielgruppe

Die Schulung richtet sich an neugierige Menschen, die an ihrer persönlichen Weiterentwicklung interessiert sind.

Voraussetzungen

Sie sind bereit, in einem wertschätzenden, respektvollen Umfeld mit Ihren Themen zur Verfügung zu stellen.

Anzahl Teilnehmende

8 -12 Teilnehmende

Dauer

1 ½ Tage

09.00 - 17.00 Uhr

09.00 - 13.00 Uhr

Ort

Inhouse für Organisationen (Seminarort Ihrer Wahl)

oder

IMO Switzerland, Bündtstrasse 11, CH-9053 Teufen

Kosten

- CHF 525.- / Person (inklusive Unterlagen und Pausenverpflegung) bei Durchführung bei IMO Switzerland in Teufen
- Als Inhouse Veranstaltung definieren wir die Konditionen gemeinsam.

Nehmen Sie telefonisch oder per Mail mit uns Kontakt auf. Gerne besprechen wir mit Ihnen Ihre Wünsche und Bedürfnisse, sodass wir das Design des Seminars präzise danach ausrichten können.