

## **DIE EIGENE PERSÖNLICHKEIT STÄRKEN**

**6. - 7. November 2025**

### **Die eigene Persönlichkeit stärken - sich selbst erkennen, andere besser verstehen**

Wer von uns weiß schon, was in ihm steckt? Seit der Antike beschäftigen sich Menschen damit, sich selbst zu erkennen und dieser Trend ist bis heute ungebrochen. Persönlichkeitsentwicklung bedeutet, das eigene Potenzial zu kennen, die eigenen Stärken auszubauen und an seinen Schwächen zu arbeiten. Wer sich selbst kennt und in sich ruht, kann flexibel auf Anforderungen reagieren, zielgerichtet mit anderen kommunizieren und souverän mit Stress umgehen.

Eine wertvolle Hilfe zur Selbsterkenntnis ist der MBTI, der Myers-Briggs Typenindikator, einer der weltweit am häufigsten eingesetzten Fragebögen zur Persönlichkeit. Der MBTI geht auf den bekannten Tiefenpsychologen C.G. Jung zurück. In diesem Seminar bestimmen wir mit Hilfe des MBTI den Persönlichkeitstyp der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, geben ein individuelles Feedback und führen Coachingübungen zur Persönlichkeitsentwicklung durch.

#### **Inhalte:**

- Grundlagen der Persönlichkeitspsychologie
- Einführung MBTI
- Feedback an die Teilnehmer
- Verhalten unter Stress
- Kommunikation mit Vorgesetzten, Mitarbeitern, Kollegen, Kunden
- Persönlichkeit und Lebenslauf
- Führung und Persönlichkeit
- Coachingübungen zum Ausbau der eigenen Stärken
- Die fünf Kernwerte als persönlicher Kompass

**Veranstaltungstermin:**

**6. - 7. November 2025**

**Veranstaltungsort:**

**Franz Sales Haus, Essen**

**Steeler Str. 261**

**45138 Essen**

#### **Anmeldung:**

**Telefon 02 01 . 27 69 - 530**

**Telefax 02 01 . 27 69 - 531**

**Email [fortbildung@franz-sales-haus.de](mailto:fortbildung@franz-sales-haus.de)**

**Link zur Veranstaltung: <https://www.franz-sales-haus.de/seminare/gesundheit-resilienz-und-achtsamkeit/detail/seminar/die-eigene-persoenlichkeit-staerken>**