

# Fernkurs: Ihren Fähigkeiten auf der Spur – Erstellen Sie Ihr Portfolio

### Anlass

Wir eignen uns im Verlaufe unseres Lebens viele Fähigkeiten und Fertigkeiten an, die wir tagtäglich anwenden und einwandfrei beherrschen. Viele dieser Fähigkeiten wenden wir „im Schlaf“ an, also eher unbewusst und automatisch. Sie sind für uns so selbstverständlich, dass wir sie nicht einmal in einem Vorstellungsgespräch, einer Verhandlung oder Gespräch mit den Vorgesetzten erwähnen. Wir dürfen uns unserer Fähigkeiten, die unsere Persönlichkeit prägen, bewusst sein, ja sogar stolz darauf sein ... und diese in den erwähnten Situationen auch selbstbewusst kommunizieren!

Dieser Fernkurs eröffnet Ihnen die Möglichkeit, Ihre eigenen Fähigkeiten in Ihrem Tempo bewusst zu werden. Immer begleitet vom Kursleiter, der Ihnen bei Bedarf mit Rat und Tat zur Seite steht.

Ihre eigenen Fähigkeiten bewusst erkennen und damit Ihren Selbstwert steigern! „Ich habe gar nicht gewusst, dass ich so viele Fähigkeiten habe!“, so lautet eines von vielen ähnlichen Feedbacks der Kursteilnehmenden. Der Vorteil an diesem Fernkurs ist: Sie lernen und erarbeiten diesen Kurs in Ihrem Tempo mit der Begleitung, die Sie wünschen.

### Inhalt

Sie erstellen mit einer klaren und übersichtlichen Methode ihr persönliches Portfolio. Dabei gehen Sie Schritt für Schritt vor. Sie erstellen einen Lebensüberblick, nehmen einzelne Punkte daraus unter die Lupe und erkennen so Ihre Fähigkeiten, die Sie gelernt, entwickelt, angewendet und vertieft haben. Im letzten Schritt erstellen Sie mit diesen erarbeiteten Informationen Ihr persönliches Portfolio.

### Ziele

Die Teilnehmenden ...

- erarbeiten in ihrem individuellen Tempo nach einer klaren Methode ihr persönliches Portfolio.
- werden sich ihrer eigenen Fähigkeiten (noch mehr) bewusst.
- kommunizieren ihre Fähigkeiten gezielt in Bewerbungen, Gesprächen oder Verhandlungen.

### Kursleitung

Rolf Summermatter, Ausbilder FA, Coach, Supervisor

### Kursort

Fernkurs – Bequem zu Hause

### Adressatenkreis

Alle interessierten Personen

### Kosten

Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:

- Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- transfair / transfair Post: 2 Kurstage / Jahr, der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- SwissPersona: bis zu CHF 1'000 / Jahr

# formation-ARC.Suisse

→ SCIV: bis zu CHF 450.- / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

**Nichtmitglieder:** CHF 540.–

(inkl. Kursunterlagen, Mahlzeiten)

**Anmeldung:** über die Webseite [www.formation-arc.ch](http://www.formation-arc.ch). Eine Anmeldung ist immer möglich.