

Leiten und Begleiten auf Basis spiritueller Grundwerte

Jahreskurs für Menschen in und mit (Leistungs)verantwortung

Leitung auf einer tieferen Ebene gestalten – aus spirituellen Quellen schöpfen – eine lebendige Kultur des Miteinanders und der Kreativität fördern – geprägt von Grundwerten wie

Achtsamkeit * Beharrlichkeit * Echtheit * Gerechtigkeit * Gottvertrauen * Klugheit * Lebensfreude * Liebe * Maßhalten * Mut * Selbstvertrauen * Zuversicht

Leiten und Begleiten sind lernbare Fähigkeiten – und brauchen weit mehr als Fachwissen und Methodenkompetenz. Wer führt, braucht Persönlichkeit. Das gilt in Familie, KiTa, Ordensgemeinschaft, Wirtschaft, Verwaltung, sozialen und pastoralen Teams gleichermaßen.

Bausteine des Jahreskurses

- **Vier Präsenztermine** (je Samstag von 9:30–17:00 Uhr) – im Zeichen der Jahreszeiten als schöpfungsorientierte Erfahrungsräume
- **Vier Online-Workshops** (jeweils ca. 90 Minuten) – zur Vertiefung der Inhalte
- **Vier thematische E-Mail-Impulse** – mit inspirierenden Anregungen zur Selbstreflexion
- **Workbook & Fachliteratur** – inklusive des Buches *Spiritual Coaching: Führen und Begleiten auf Basis geistlicher Grundwerte* (topos premium)
- **Zertifikat "Spiritual Coach"** – bei erfolgreichem Abschlussbericht (4–10 Seiten)

Inhalte * Praxis * Erfahrung

Geistige Grundlagen

Menschen- & Weltbild
Spirituelle Grundhaltungen
Werteorientierung im Berufsalltag
Sinnorientierung nach Viktor E. Frankl
Kommunikation & Konfliktlösung
Mystische Traditionen
Jahreszeitenlehren & Elemente

Übungen & Praxis

Aktives Zuhören & Antwortkompetenz
Atem- und Präsenzübungen
Visualisierung & Rollenspiele
Umgang mit Gefühlen & Bedürfnissen
Kreative Methoden:
Klangarbeit & Körperskulpturen
Coaching-Tools und Gesprächsführung

Körperarbeit & Meditation

Qi Gong
Tibetisches Yoga
Meditation & Kontemplation
Körpergebet
Stand finden und halten
Körpersprache
Das indigene Medizinrad
Naturerfahrung als spiritueller Raum

Selbstarbeit zuhause

Tägliche Meditation (20–30 Min), ideal: monatlicher Oasentag (mit Impulsen aus dem Kurs) * Vertiefung mit Literatur & Workbook (ca. 3 Std/Woche) * Abschlussbericht für Zertifizierung (4–10 Seiten)

Module & Termine

Modul	Motto	Jahreszeit & Farbe	Präsenztermin	Grundwert
1 Frühling Gelb	„Höre auf deine innere Stimme“	<i>verwurzeln lassen, was gewachsen ist – nachspüren, was neu aufblühen möchte</i>	Sa. 21. März 2026	Achtsamkeit
2 Sommer Rot	„Unterscheide mit wachem Geist und dem Auge der Liebe“	<i>Wahrnehmen, was in mir „brennt“ – dem Feuer übergeben, was mich blockiert</i>	Sa. 20. Juni 2026	Liebe & Mitgefühl
3 Herbst Blau	„Halte deine kreative Lust wach“	<i>der eigenen Kraft trauen – Balance finden zwischen Bauchgefühl und Vernunft</i>	Sa. 22. August 2026	Maßhalten
4 Winter Weiß	„Lebe mit Sinn und Ziel“	<i>der Frage nach dem Woher und Wohin nachgehen – die integrierende Kraft des Einsseins spüren</i>	Sa. 12. Dezember 2026	Zuversicht

4 Online-Workshops zu den Werten Beharrlichkeit · Lebensfreude · Selbstvertrauen · Mut

4 E-Mail-Impulse zu den Werten Gottvertrauen · Klugheit · Echtheit · Gerechtigkeit

Organisatorisches

- **Veranstalter und Ort der Präsenztermine:** Geistlicher Ort Hofheim (www.geistlicher-ort-hofheim.de) im Kloster vom Guten Hirten · Schlossstraße 115 · 65719 Hofheim (Parkmöglichkeiten / auch mit Öffentlichen gut erreichbar)
- **Verpflegung:** Inklusive Getränke, mittags: Suppe mit Brot, Obst, nachmittags: Tee, Kaffee & Gebäck
- **Übernachtung:** Empfehlung für nahegelegene Pension bei Bedarf
- **Kompaktpreis:** 695 € (inkl. Tagungskosten, Verpflegung, Materialien)
- **Anmeldung:** Auf E-Mail-Anfrage an kontakt@geistlicher-ort-hofheim.de wird Ihnen das Anmeldeformular zugeschickt. Rückmeldung bis 15. Februar 2026. Nach Überweisung von € 120 ist Ihre Anmeldung definitiv und wird bestätigt. Wir erwarten die Teilnahme an den 4 Präsenzterminen und den 4 Online-Workshops.

Seminarleitung

Die Begleiterin und der Begleiter bringen in Sachen Spiritualität und Coaching Wissen und Erfahrungen mit.



Andrea Freund

ist staatlich geprüfte Heilpraktikerin und Hypnotherapeutin, Meditationsleiterin, in eigener PsychotherapiePraxis tätig. Sie arbeitet seit vielen Jahren mit Gruppen.



Helmut Schlegel

ist Franziskaner mit Studium der Philosophie und Theologie, Meditations- und Exerzitienleiter, Zusatzausbildung Logotherapie, Geistlicher Begleiter und Seminarleiter, Autor der Buches „Spiritual Coaching“.

Rückmeldungen auf bisherige Kurse:

- *Der Kurs hat mir meine spirituellen Wurzeln und Flügel bewusst gemacht. Ich bin besser mit meinem Leben in Beziehung, was sich privat und beruflich stärkend auswirkt. (S.S., Pflegemanagerin-Biofeedback, Therapeutin und Coach)*
- *Die Impulse und Inhalte der Ausbildung haben mich immer wieder daran erinnert, wie wichtig die spirituelle Ebene in meinem Leben ist. Dort wo das endet, was ich im täglichen Hamsterrad erlebe, beginnt für mich die Ebene der tieferen Wahrheit. (H.H. Softwareentwickler)*
- *Für mich war der Kurs die Sensibilisierung für eine wesentliche Führungsebene. Es geht darum, den Menschen ganzheitlich zu betrachten und darüber für die Sache bzw. den Auftrag zu motivieren (A. S. Geschäftsführerin, Institutsleiterin)*