

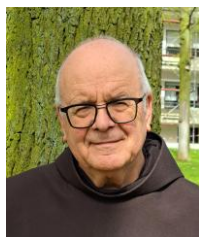
SEMINARLEITUNG

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“.

ORGANISATORISCHES

Veranstalter und Ort der Präsenztermine:

Geistlicher Ort Hofheim (www.geistlicher-ort-hofheim.de) im Kloster vom Guten Hirten · Schlossstraße 115 · 65719 Hofheim (genügend Parkmöglichkeiten / auch mit Öffentlichen gut erreichbar)

Verpflegung: mittags: Suppe mit Brot, Obst, nachmittags: Tee, Kaffee & Gebäck, Seminargetränke

Übernachtung: Empfehlung für nahegelegene Pension bei Bedarf

Kompaktpreis: 695 € (inkl. Tagungskosten, Arbeitsbuch, Verpflegung, Materialien)

Anmeldung: Auf E-Mail-Anfrage an kontakt@geistlicher-ort-hofheim.de wird Ihnen das Anmeldeformular zugeschickt. Schriftl. Anmeldung **bis 15. Februar 2026**. Nach Anzahlung von € 120 ist Ihre Anmeldung definitiv. Wir erwarten die Teilnahme an den 4 Präsenzterminen und den 4 Online-Workshops.

Geistlicher Ort
Hofheim



Schloßstr. 115 * 65719 Hofheim / Taunus *
06192 99 32 229 * kontakt@geistlicher-ort-hofheim.de * www.geistlicher-ort-hofheim.de

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 & Mitgefühl
Maßhalten
Mut
Selbstvertrauen
Zuversicht

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

BAUSTEINE & INHALTE

Geistige Grundlagen

Werteorientierung im (Berufs-)alltag
Spirituelle Grundhaltungen
Sinnorientierung nach Viktor E. Frankl
Kriterien geistlicher Unterscheidung
Kommunikation &
Konfliktbewältigung
Mystische Traditionen als Orientierung
Jahreszeitenlehren & Elemente

Übungen & Praxis

Atem- und Präsenzübungen
Aktives Zuhören & Antwortkompetenz
Visualisierung & Rollenspiele
Umgang mit Gefühlen & Bedürfnissen
Selbst- und Fremdwahrnehmung
Farbigkeit ins Leben bringen
Kreative Methoden:
Klangerbeit&Körperskulpturen u.a.
Coaching-Tools und Gesprächsführung

Körperarbeit & Meditation

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

TERMINE DES JAHRESKURSES 2026

4 Präsenztermine (je Samstag von 9:30–
17:00 Uhr) – entlang der Jahreszeiten

Frühlingstermin: 21. März 2026

Motto: „*Höre auf deine innere Stimme*“
verwurzeln lassen, was gewachsen ist –
nachspüren, was neu aufblühen möchte
Grundwert: Achtsamkeit - Farbe Gelb

Sommertermin: 20. Juni 2026

Motto: „*Unterscheide mit wachem Geist
und dem Auge der Liebe*“ –
wahrnehmen, was in mir „brennt“ –
dem Feuer übergeben, was mich
blockiert
Grundwert: Liebe & Mitgefühl – Farbe Rot

Herbsttermin: 22. August 2026

Motto: „*Halte deine Lust am Leben und
deine Kreativität wach*“ – der eigenen
Kraft trauen – das rechte Maß finden
Grundwert: Maßhalten – Farbe Blau

Wintertermin: 12. Dezember 2026

Motto: „*Lebe mit Sinn und Ziel*“ – der
Frage nach dem Woher und Wohin
nachgehen – die integrierende Kraft des
Einsseins spüren
Grundwert: Zuversicht – Farbe Weiß

Außerdem:

4 Online-Workshops (jeweils ca. 90
Minuten) – zur Vertiefung der Inhalte und
zu weiteren Grundwerten,

4 thematische E-Mail-Impulse – mit
inspirierenden Anregungen zur
Selbstreflexion.

VERTIEFUNG ZUHAUSE

Tägliche Meditation (20–30 Min),
ideal: monatlicher Oasentag (mit
Impulsen aus dem Kurs und dem
Arbeitsbuch)

Vertiefung mit Literatur & Workbook (ca.
3 Std./Woche)

Das Buch *Spiritual Coaching: Führen
und Begleiten auf Basis geistlicher
Grundwerte* (topos premium) wird den
Teilnehmenden zur Verfügung gestellt.

Erstellung eines Abschlussberichtes (4–10
S.) für das Zertifikat "Spiritual Coach"

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.Sch., 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)