



HAUS WERDENFELS

Exerzitionen · Fasten
Meditation · Lebensbewältigung



Programm

September 2025 bis August 2026



Handkruzweg von Waltraud Milazzo

Wo Sehnsucht und Verzweiflung sich paaren, da entsteht die Mystik.

Friedrich Nietzsche

Liebe Gäste,

dieses Wort Friedrich Nietzsches beschreibt eine tiefe menschliche Erfahrung: Die Verbindung von Hoffnung und Schmerz, von Suche und Zweifel schafft einen Raum, in dem wir uns dem Geheimnis des Lebens öffnen können.

Es ist dieser Raum, in dem wir uns mit unserer Sehnsucht nach Sinn und Erfüllung auseinandersetzen und unserer Verlangen nach einem guten Leben auf die Spur kommen.

Diese Suche kann oft von Verzweiflung begleitet sein, doch genau hier eröffnet sich der Raum für die Mystik.

In der Mystik finden wir einen Weg, uns inmitten der Unsicherheiten des Lebens zu verorten und die Verbindung zu unserem inneren Selbst sowie zu Gott zu vertiefen.

In einer Welt, die von Umbrüchen geprägt ist, lädt das Exerziten- und Bildungsprogramm von Haus Werdenfels dazu ein innezuhalten, aufzutanken und den Blick neu auszurichten. Es bietet einen geschützten Rahmen, um sich spirituell zu vertiefen, persönlich zu wachsen und neue Perspektiven zu entdecken. Es will Mut machen, den eigenen Weg zu gehen – gestärkt durch Begegnungen mit anderen Menschen und mit Gott.

**Machen Sie sich auf den Weg!
Wir sind gerne Ihre Weggefährten/-innen.**

Ihr Haus Werdenfels-Team

Einzelexerzitionen ...

Einzel-Exerzitionen nach Maß

Termin und Länge nach Vereinbarung

Kursleitung: Sr. Magdalena Morgenstern u. a.

Fr 03.10.2025 | 18.00 Uhr – So 02.11.2025 | 09.00 Uhr

30tägige Einzelexerzitionen

So 05.10.2025 | 18.00 Uhr – Mi 15.10.2025 | 09.30 Uhr

Teilkurs 10tägige Einzelexerzitionen

Kursleitung: Sr. Maria Illich SSPs, P. Rudi Pöhl SVD

So 12.10.2025 | 18.00 Uhr – Fr 17.10.2025 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Elisabeth Paukner

So 30.11.2025 | 18.00 Uhr – Fr 05.12.2025 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Sr. Magdalena Morgenstern, Inge Höpfl

So 18.01.2026 | 18.00 Uhr – Fr 23.01.2026 | 13.00 Uhr

Pfr. Robert Sauer, Elisabeth Paukner

So 22.03.2026 | 18.00 Uhr – Sa 28.03.2026 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Dr. Helmut Gabel, Sr. Judith Tappeiner

So 19.04.2026 | 18.00 Uhr – Fr 24.04.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Judith Ossowicki

Pfingstmo 25.05.2026 | 18.00 Uhr – So 31.05.2026 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Edna Auer, Pfr. Dr. Matthias Eller

So 07.06.2026 | 18.00 Uhr – Sa 13.06.2026 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Pfr. Gerhard Beham, Pfr. Günter Lesinski,
Sr. Magdalena Morgenstern

So 12.07.2026 | 18.00 Uhr – Fr 17.07.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Sr. Theresia Hoß

So 02.08.2026 | 18.00 Uhr – Sa 08.08.2026 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Pfr. Martin Neidl, Elisabeth Paukner

So 30.08.2026 | 18.00 Uhr – So 06.09.2026 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Sr. Gratia Hallhuber, Sr. Chiara Hoheneder

So 06.09.2026 | 18.00 Uhr – So 13.09.2026 | 09.00 Uhr

Kursleitung: Pfr. Stefan Tausch, Sr. Christine Zeis

Mo 08.09.2025 | 18.00 Uhr – Fr 12.09.2025 | 13.00 Uhr
Retreat. Gott.Gemeinsam.Erleben.

Für junge Leute von 20-40 Jahren

Kursleitung: Sr. Magdalena Morgenstern, Miriam Linseder

So 14.09.2025 | 18.00 Uhr – Fr 19.09.2025 | 10.00 Uhr

Exerzitien auf den Straßen von Regensburg

Kursleitung: Elisabeth Buddeus-Steiff, Elisabeth Paukner

Mo 15.09.2025 | 14.30 Uhr – Mi 17.09.2025 | 13.00 Uhr

Stille Tage „Weite in meinem Leben“

Kursleitung: Ursula Scheid

So 21.09.2025 | 18.00 Uhr – Fr 26.09.2025 | 09.00 Uhr

So 06.09.2026 | 18.00 Uhr – Fr 11.09.2026 | 09.00 Uhr

Karmelitanische Wanderexerzitien

Kursleitung: P. Felix Schandl OCarm

Mo 22.09.2025 | 14.30 Uhr – Fr 26.09.2025 | 09.00 Uhr

Mo 11.05.2026 | 14.30 Uhr – Fr 15.05.2026 | 09.00 Uhr

Inneres Beten – Exerzitien mit meditativem Malen

Kursleitung: Jutta Schlier

Do 02.10.2025 | 18.00 Uhr - So 05.10.2025 | 13.00 Uhr

Dem Leben Klang geben – Exerzitien-Schnupper-WE

Kursleitung: Elisabeth Paukner, Julia Schneider

So 05.10.2025 | 18.00 Uhr – Fr 10.10.2025 | 13.00 Uhr

*Wie Feuer, Wasser, Erde, Luft ... Elemente des Lebens,
Elemente des Glaubens.*

Exerzitien mit franziskanischen Impulsen

Kursleitung: Heinrich Dickerhoff, Sr. Magdalena Morgenstern

Mo 03.11.2025 | 15.30 Uhr – Fr 07.11.2025 | 13.00 Uhr

Sa 27.12.2025 | 15.30 Uhr – Mi 31.12.2025 | 13.00 Uhr

Di 07.04.2026 | 15.30 Uhr – Sa 11.04.2025 | 13.00 Uhr

Exerzitien mit Filmen

Kursleitung: Elisabeth Paukner, Günter Lesinski

Mo 24.11.2025 | 18.00 Uhr – Fr 28.11.2025 | 09.00 Uhr

Schweigexerzitien für Priester, Diakone und Ordensleute

Kursleitung: Erzbischof em. Ludwig Schick

So 30.11.2025 | 18.00 Uhr – Fr 05.12.2025 | 13.00 Uhr

So 22.03.2026 | 18.00 Uhr – Fr 27.03.2026 | 13.00 Uhr

Exerzitien mit Bibliolog (mit Oigong)

Kursleitung: Sr. Maria Illich SSpS

So 07.12.2025 | 18.00 Uhr – Fr 12.12.2025 | 13.00 Uhr

Heilungsexerzitien

Kursleitung: Sr. Maria Illich SSpS, P. Thomas Heck SVD

So 10.05.2026 | 18.00 Uhr – Fr 15.05.2026 | 13.00 Uhr

Bibliodrama-Exerzitien

Kursleitung: Gabriele Landler, Sr. Magdalena Morgenstern

So 10.05.2026 | 18.00 Uhr – Sa 16.05.2026 | 09.00 Uhr

Wanderexerzitien

Kursleitung: Sr. Chiara Hoheneder

Pfingstmo 25.05.2026 | 18.00 Uhr – Sa 30.05.2026 | 09.00 Uhr

Ignatianische Schweigexerzitien (mit Betrachtungen)

Kursleitung: P. Christoph Wrembek SJ

Pfingstmo 25.05.2026 | 18.00 Uhr – Sa 30.05.2026 | 13.00 Uhr

Exerzitien mit Impulsen von Edith Stein

Kursleitung: P. Felix M. Schandl OCarm

So 31.05.2026 | 18.00 Uhr – Sa 06.06.2026 | 09.00 Uhr

So 30.08.2026 | 18.00 Uhr – Sa 05.09.2026 | 09.00 Uhr

Exerzitien mit autobiografischem Schreiben

Kursleitung: Mag. Monika Tieber-Dorneger

So 31.05.2026 | 18.00 Uhr – Do 04.06.2026 | 13.00 Uhr

Schweigen – Hören – Antworten – Paarexerzitien

Kursleitung: Matthias und Ruth Helfrich, GCL

Fr 31.05.2026 | 18.00 Uhr – Mi 03.06.2026 | 13.00 Uhr

Suchen und fragen, hoffen und sehen

Schnupperexerzitien

Kursleitung: Elisabeth Paukner

So 12.07.2026 | 18.00 Uhr – Sa 18.07.2026 | 09:00 Uhr

Exerzitien mit Verwendung innerer Bilder

Kursleitung: Robert Biersack, Sonja Haas-Wessendorf

Fr 07.08.2025 | 18.00 Uhr – So 16.08.2026 | 13.00 Uhr

„Bibel getanzt“ – **Tanz-Exerzitien**

Kursleitung: Michaela Pfaffenbichler, Sr. Magdalena Morgenstern

So 13.09.2026 | 18.00 Uhr – So 20.09.2026 | 10.00 Uhr

Einzelexerzitien mit Bibliodramaelementen

Kursleitung: Sr. Maria Illich SSPS, P. Rudi Pöhl SVD

Kontemplations- und Achtsamkeit

Mi 03.09.2025 | 18.00 Uhr – So 07.09.2025 | 13.00 Uhr

Mi 03.06.2026 | 18.00 Uhr – So 07.06.2026 | 13.00 Uhr

Stille in Achtsamkeit erleben – **Schweigekurs**

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

Do 11.09.2025 | 18.00 Uhr – So. 14.09.2025 | 13.00 Uhr

Do 16.07.2026 | 18.00 Uhr – So. 19.07.2026 | 13.00 Uhr

Tage der Achtsamkeit – in der Stille zu sich finden

Einführung in die Kontemplation

Kursleitung: Karin Seethaler, Christina Berger

Sa 15.11.2025 | 09.30 Uhr – 17.00 Uhr

Durch Achtsamkeitstraining gelassener werden

MBSR Schnuppertag

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

So 30.11.2025 | 18.00 Uhr - Fr 05.12.2025 | 13.00 Uhr

Kontemplative Exerzitien

Kursleitung: Karin Seethaler, Pfr. Matthias Karwath

Fr 05.12.2025 | 18.00 Uhr – So 07.12.2025 | 13.00 Uhr

Diese Stille unerhört – **Retreat für junge Erwachsene**

Kursleitung: Karin Seethaler, Pfr. Matthias Karwath

Sa 27.12.2025 | 18.00 Uhr – Mo 29.12.2024 | 13.00 Uhr

„In Seinem NAMEN ist das Heil“ (Apg 4,12)

Hinführung zur Kontemplation

Kursleitung: Sr. Barbara Witing OP

Fr 30.01.2026 | 18.00 Uhr – So 01.02.2026 | 13.00 Uhr

Halt an, wo läufst Du hin?

Kontemplationsseminar für Einsteiger und Vertiefung

Kursleitung: Karin Seethaler

So 15.02.2026 | 18.00 Uhr – Do 19.02.2026 | 13.00 Uhr

Stress bewältigen durch Achtsamkeit –

MBSR-Kompaktkurs

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

Fr 20.03.2026 | 18.00 Uhr – So 22.03.2026 | 13.00 Uhr

Innere Ruhe im Getriebe des Alltags

Durch Achtsamkeit mehr Ruhe und Lebensqualität

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

Pfingstmo 25.05.2026 | 18.00 Uhr – So 31.05.2026 | 09.00 Uhr

Kontemplative Exerzitien

Kursleitung: Karin Seethaler, Pfr. Hermann Berger

Fr 19.06.2026 | 18.00 Uhr – So 21.06.2026 | 13.00 Uhr

Die Kraft, die mich bewegt

Feldenkraus und Kontemplation

Kursleitung: Klaus-Dieter Moritz

So 21.06.2026 | 18.00 Uhr – Sa 27.06.2026 | 13.00 Uhr

Berührung. Wenn Gott mich berührt, gehe ich an

Kontemplative Exerzitien

Kursleitung: Dr. Wolfgang Holzschuh, P. Thomas Lemp SAC

Sa 11.07.2026 | 09.00 Uhr – 17.00 Uhr

Beten mit dem Herzen – **Hinführung zum Jesusgebet**

Kursleitung: Dr. Wolfgang Holzschuh

Fr 31.07.2026 | 18.00 Uhr – Fr 07.08.2026 | 13.00 Uhr

Kontemplative Exerzitien

Kursleitung: Dr. Wolfgang Holzschuh, Franziska Mair-Kastner

NEU – Kurse speziell für Junge Erwachsene

z.B. Visionssuche, Retreat, eigene Spiritualität usw. auf

www.haus-werdenfels.de



Fr 12.09.2025 | 18.00 Uhr – So 14.09.2025 | 13.00 Uhr
**Das Christentum und die Ursprünge der
 abendländischen Mystik**

Kursleitung: Prof. Dr. Ludger Schwienhorst-Schönberger

Fr 28.11.2025 | 18.00 Uhr – So 30.11.2025 | 13.00 Uhr
**Feuer aus der Wüste. Durch die Glut der
 Wüstenväter das innere Leben entflammen**

Kursleitung: P. Johannes Hauck OSB

Fr 09.01.2026 | 18.00 Uhr – So 11.01.2026 | 13.00 Uhr
**Das mystische Dreigestirn: Ignatius von Loyola,
 Theresa von Avila und Johannes vom Kreuz**

Kursleitung: Christian Ruitishauser SJ

Fr 13.02.2026 | 18.00 Uhr – So 15.02.2026 | 13.00 Uhr
Einheit im Nichts – Interreligiöse Zugänge

Kursleitung: Katharina Ceming

Fr 24.04.2026 | 18.00 Uhr – So 26.04.2026 | 13.00 Uhr
Mystische Spiritualität in heutiger Zeit

Kursleitung: Johannes Schleicher

Fr 17.07.2026 | 18.00 Uhr – So 19.07.2026 | 13.00 Uhr
**Meister Eckhart und die Kunst der Stille:
 Die Kraft des inneren Grundes**

Kursleitung: Katharina Ceming



Mo 15.09.2025 | 15.30 Uhr – Fr 19.09.2025 | 09.00 Uhr
„Gönne dich dir selbst!“ – Werdenfelser Seniorenwoche

Kursleitung: Pfr. i.R. Heinrich Rosner und Team

Mo 01.12.2025 | 18.00 Uhr – Fr 05.12.2025 | 09.00 Uhr
Adventliche Tage für Menschen ab 60+

Kursleitung: Pfr. i. R. Gerhard Pausch und Team

Fr 09.01.2026 | 18.00 Uhr – So 11.01.2026 | 13.00 Uhr
Weekend für Menschen in der zweiten Lebenshälfte

Kursleitung: Team der Landvolkbewegung

Fr 10.04.2026 | 18.00 Uhr – So 12.04.2026 | 13.00 Uhr
Ü 60 – Wendepunkt Ruhestand

Kursleitung: Dr. Franz Lummer

Mo 22.06.2026 | 18.00 Uhr – Do 25.06.2026 | 13.00 Uhr
Bildungsfreizeit für die ältere Generation

Kursleitung: Team der Landvolkbewegung

Trauerseminare

Sa 18.10.2025 | 09.00 Uhr – 18.00 Uhr
Begegnungstag für Menschen in Trauer

Do 06.11.2025 | 18.00 Uhr – So 09.11.2025 | 13.00 Uhr
Do 04.06.2026 | 18.00 Uhr – So 07.06.2026 | 13.00 Uhr
**„Gott wird alle Tränen von ihren Augen wischen ...“
 Seminar für Menschen in Trauer**

Kursleitung: Dr. Sabine und Dr. Wolfgang Holzschuh



So 02.11.2025 | 18.00 Uhr – Fr 07.11.2025 | 10.00 Uhr
Sa 27.12.2025 | 18.00 Uhr – Do 01.01.2026 | 10.00 Uhr
Fr 02.01.2026 | 18.00 Uhr – Mi 07.01.2026 | 10.00 Uhr
So 03.05.2026 | 18.00 Uhr – Fr 08.05.2026 | 10.00 Uhr
So 19.07.2026 | 18.00 Uhr – Fr 24.07.2026 | 10.00 Uhr
Fasten – eine Auszeit für Leib und Seele

Kursleitung: Franz S. Moesl

So 22.03.2026 | 18.00 Uhr – Fr 27.03.2026 | 12.00 Uhr
Besinnungs- und Fastenwoche nach Dr. Mayr

Kursleitung: Irmgard Reis

So 14.06.2026 | 18.00 Uhr – Fr 19.06.2026 | 09.30 Uhr
Dinkel-Heilfastenwoche nach der hl. Hildegard von Bingen

Kursleitung: Angela Jakob

Gestaltpädagogische Seminare

So 28.09.2025 | 18.00 Uhr – Fr 03.10.2025 | 13.00 Uhr
Stille Kunst- und Kreativ-Tage

Kursleitung: Dr. Hans-Peter Eggerl, Günter Lesinski

Do 19.02.2026 | 14.30 Uhr – So 22.02.2026 | 13.00 Uhr
Seele malt. Spirituelle, künstlerisch-kreative Tage

Kursleitung: Dr. Hans-Peter Eggerl

Do 19.02.2026 | 14.30 Uhr – So 22.02.2026 | 13.00 Uhr
Was spricht mein Körper, warum weiß ich nichts davon?

Kursleitung: Alexander Veit

Mo 08.09.2025 | 14.30 Uhr – Do 11.09.2025 | 13.00 Uhr
selbstWIRksam – Die Kunst des guten Lebens

18. Werkwoche Biografiearbeit

Kursleitung: LebensMutig-Team

Fr 12.09.2025 | 18.00 Uhr – So 14.09.2025 | 13.00 Uhr
Salutogenese – Herz, Geist, Seele im Einklang

Kursleitung: Karlheinz H. Arndt, Helmut Bundschuh

So 28.09.2025 | 18.00 Uhr – Fr 03.10.2025 | 13.00 Uhr
„Querfeldein“ – Biografisches Schreiben & Gehen

Kursleitung: Susanne Hölzl

Fr 17.10.2025 | 18.00 Uhr – So 19.10.2025 | 13.00 Uhr
Das Flickwerk des Lebens –

Biografiearbeit-Wochenende mit Stoff und Faden

Kursleitung: Waltraud Eulenstein

Fr 05.12.2025 | 18.00 Uhr – So 07.12.2025 | 13.00 Uhr
Mein LebensLogbuch schreiben

Kursleitung: Gesine Hirtler-Rieger

Fr 16.01.2026 | 18.00 Uhr – So 18.01.2026 | 13.00 Uhr
FrauenZeit zum Durchatmen

Kursleitung: Sabine Sautter

Fr 16.01.2026 | 18.00 Uhr – So 18.01.2026 | 13.00 Uhr
Positive Stressbewältigung

Kursleitung: Karlheinz H. Arndt

Fr 08.05.2026 | 18.00 Uhr – So 10.05.2026 | 13.00 Uhr
Von der Wiedergewinnung der Leichtigkeit

Kursleitung: Hubert Klingenberger

Do 04.06.2026 | 18.00 Uhr – So 07.06.2026 | 13.00 Uhr
„Schön, dass es MICH gibt“ – Pilgern und Biografiearbeit

Kursleitung: Margret Thome

So 28.06.2026 | 18.00 Uhr – Mi 01.07.2026 | 13.00 Uhr
Das Fundbuch intensiv erleben

Kursleitung: Anke Mühlig

Fr 12.09.2025 | 18.00 Uhr – So 14.09.2025 | 13.00 Uhr

Find your vision – Berufungscoaching

Kursleitung: Johann Graf, Sr. Heike Schneider

Fr 12.09.2025 | 18.00 Uhr – So 14.09.2025 | 13.00 Uhr

Stille Weisheit der Natur: Meditative Fotografie

Kursleitung: Georg Schraml

Mo 15.09.2025 | 15.30 Uhr – Fr 19.09.2025 | 09.00 Uhr

„Unterwegs mit ...“ – Meditation und Wandern

Kursleitung: Gertraud Baldauf

Mo 15.09.2025 | 14.00 Uhr – Fr 19.09.2025 | 13.00 Uhr

Mo 15.06.2026 | 14.00 Uhr – Fr 19.06.2026 | 13.00 Uhr

Kalligrafie für Anfänger und Fortgeschrittene

Kursleitung: Johann Maierhofer

Fr 19.09.2025 | 18.00 Uhr – So 21.09.2025 | 13.00 Uhr

The first day of the rest of my life – Männerseminar

Kursleitung: Wolfgang Karl

Sa 27.09.2025 | 09.00 Uhr – 16.30 Uhr

Sa 18.04.2026 | 09.00 Uhr – 16.30 Uhr

Oasentag

Kursleitung: Christine Vollath

Do 02.10.2025 | 18.00 Uhr – So 05.10.2025 | 13.00 Uhr

Deine Farben – Dein Leben – ART JOURNAL

Kursleitung: Katharina Kucharek

Fr 03.10.2025 | 18.00 Uhr – So 05.10.2025 | 13.00 Uhr

Atem, Körper, Meditation und Stille

Kursleitung: Christine Troidl

Fr 10.10.2025 | 18.00 Uhr – So 12.10.2025 | 13.00 Uhr

Wie Sensibilität zur Stärke wird

Kursleitung: Andrea Kreuzer

Fr 31.10.2025 | 18.00 Uhr – So 02.11.2025 | 13.00 Uhr

Glück ist wie ein Bambus

Kursleitung: Mira Czutka

Fr 31.10.2025 | 18.00 Uhr – So 02.11.2025 | 13.00 Uhr

Klangbaum bauen

Kursleitung: Karl Riedel

Fr 14.11.2025 | 18.00 Uhr – So 26.11.2025 | 13.00 Uhr

Zeit für mich – Yoga, biografische & spirituelle Impulse

Kursleitung: Peter Wilfling, Manuela Karmann

Fr 21.11.2025 | 18.00 Uhr – So 23.11.2025 | 13.00 Uhr

Die heilende Kraft von Bewegung, Tanz und Meditation

Kursleitung: Irmgard Reis

Fr 21.11.2025 | 18.00 Uhr – So 23.11.2025 | 13.00 Uhr

Mit Macht umgehen und kraftvoll leben

Kursleitung: Br. Niklaus Kuster OFMCap

Sa 13.12.2025 | 09.30 Uhr – 18.00 Uhr

Sa 28.03.2026 | 09.30 Uhr – 18.00 Uhr

Systemische Familienaufstellung

Kursleitung: Sr. Maria Illich SSPs

Unser vielfältiges Adventsangebot finden

Sie unter www.haus-werdenfels.de

Fr 09.01.2026 | 18.00 Uhr – So 11.01.2026 | 13.00 Uhr

Fr 31.07.2026 | 18.00 Uhr – So 02.08.2026 | 13.00 Uhr

Krea-Tiefgang mit der Schöpfungslinie

Kursleitung: Gabriele Scherzer

Fr 09.01.2026 | 18.00 Uhr – So 11.01.2026 | 13.00 Uhr

Vertrauen in meinen Körper

Kursleitung: Alexander Veit

So 18.01.2025 | 09.30 Uhr – 16.30 Uhr

Aufatmend – Atemseminar

Kursleitung: Christine Troidl

Sa 24.01.2026 | 10.00 Uhr – 17.00 Uhr

Fr 27.03.2026 | 18.00 Uhr – So 29.03.2026 | 13.00 Uhr

Meditation und Tanz

Kursleitung: Ingrid Seher

Mo 02.02.2026 | 18.00 Uhr – Fr 06.02.2026 | 13.00 Uhr

Der gute Vater und die gute Mutter

Kursleitung: Sr. Maria Illich, P. Rudi Pöhl

Fr 06.02.2026 | 18.00 Uhr – So 08.02.2026 | 13.00 Uhr

Heilende Begegnung mit dem inneren Kind

Kursleitung: Sr. Maria Illich, P. Rudi Pöhl

Fr 06.02.2026 | 18.00 Uhr – So 08.02.2026 | 13.00 Uhr

Glaube, der tanzt

Kursleitung: Petra Staiger

Fr 13.02.2026 | 18.00 Uhr – So 15.02.2026 | 13.00 Uhr

Fünf Quellen des Mutes

Kursleitung: Walter Herter

Fr 13.02.2026 | 18.00 Uhr – So 15.02.2026 | 13.00 Uhr

Selbstwert – Lebensfreude – Heil werden

Kursleitung: Gabriela Geß

Fr 20.03.2026 | 18.00 Uhr – So 22.03.2026 | 13.00 Uhr

Stress bewältigen durch Achtsamkeit

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

Fr 27.03.2026 | 18.00 Uhr – So 29.03.2026 | 13.00 Uhr

Klangfarben des Lebens – die heilsame Sprache von Tönen

Kursleitung: Jutta Hollenbach

Sa 28.03.2026 | 10.00 Uhr – 17.00 Uhr

Verbindung gestalten – sich selbst entfalten

Kursleitung: Regina Wieser

Mi 01.04.2026 | 15.00 Uhr – So 05.04.2026 | 11.00 Uhr

Das Ostergeheimnis tanzen – Kar- und Ostertage 2026

Kursleitung: Michaela Pfaffenbichler, Sr. Magdalena Morgenstern

Do 02.04.2026 | 14.30 Uhr – So 05.04.2026 | 09.00 Uhr

Osterkurs – „Schenke mir ein neues Herz ...“

Kursleitung: Thomas Peter, Eva Wallner

Fr 10.04.2026 | 18.00 Uhr – So 12.04.2026 | 13.00 Uhr

Loslassen – Feldenkrais und Meditation

Kursleitung: Maria Waas, N.N.

Fr 10.04.2026 | 18.00 Uhr – So 12.04.2026 | 13.00 Uhr

Klangvolle Stimme

Kursleitung: Jutta Hollenbach

Fr 24.04.2026 | 18.00 Uhr - So 26.04.2026 | 13.00 Uhr

Achtsamkeit und (Selbst-)Mitgefühl erleben

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

Fr 24.04.2026 | 18.00 Uhr – So 26.04.2026 | 13.00 Uhr

Leben in Fülle – erfülltes Leben mit Soul-Collage

Kursleitung: Gertraud Baldauf

So 02.05.2026 | 18.00 Uhr – Sa 08.05.2026 | 13.00 Uhr

Ikonen-Malkurs

Kursleitung: Leo Pfisterer

Fr 08.05.2026 | 18.00 Uhr – So 10.05.2026 | 13.00 Uhr

Trittsicher durch emotionale Zeiten

Kursleitung: Claudia Stangl

Fr 22.05.2026 | 18.00 Uhr – So 24.05.2026 | 13.00 Uhr

Mein Atemweg: Weite und Tiefe

Kursleitung: Christine Troidl

Fr 22.05.2026 | 18.00 Uhr – So 24.05.2026 | 13.00 Uhr

Meditation und Bogenschießen

Kursleitung: Dr. Alexander Ullrich

Sa 06.06.2026 | 10.00 Uhr – So 07.06.2026 | 13.00 Uhr

„Sichtbarkeit leben – Deine innere Strahlkraft entfalten“

Kursleitung: Regina Wieser

Fr 12.06.2026 | 18.00 Uhr – So 14.06.2026 | 13.00 Uhr

Schweigemeditation und Afrikanische Trommel

Kursleitung: Ulrike Sterr, Elisabeth Paukner

Fr 26.06.2026 | 18.00 Uhr – So 28.06.2026 | 13.00 Uhr

Mute dich zu! – Ja zu mir selbst sagen

Kursleitung: Linda Hamann

Fr 26.06.2026 | 18.00 Uhr – So 28.06.2026 | 13.00 Uhr

Im Labyrinth der Trauer – Leben wandeln

Kursleitung: Savina und Thomas Chamalidis

Sa 18.07.2026 | 10.00 Uhr – So 19.07.2026 | 13.00 Uhr

Sicher und schnell entscheiden – auch in

Krisensituationen

Kursleitung: Roland Preussl

Fr 17.07.2026 | 18.00 Uhr – So 19.07.2026 | 13.00 Uhr

Enneagramm – Vertiefungskurs: Die Subtypen

Kursleitung: Thomas Peter



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien

Waldweg 15 · 93152 Nittendorf

Telefon 09404 9502-0

Telefax 09404 9502950

buero@haus-werdenfels.de

www.haus-werdenfels.de



→ **Kursinformation**

*Veranstalter aller Kurse sind das Haus Werdenfels und die Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg. Zu unseren Kursen gibt es eine ausführliche Beschreibung incl. Preisangaben. Diese finden Sie auf unserer Homepage: **www.haus.werdenfels.de***

→ **Anmeldung**

*Sie können sich direkt über unser Buchungsportal **www.haus.werdenfels.de** anmelden oder per Mail: **anmeldung@haus-werdenfels.de***

Telefon: 09404 9502-20. Werktags erreichbar von 8.30 Uhr – 11.30 Uhr und 13.00 Uhr – 16.00 Uhr.

→ **Buchung**

Auf Ihre Anmeldung hin bekommen Sie von uns eine automatisierte Bestätigung. Bei Abmeldung innerhalb der letzten zwei Wochen vor Kursbeginn berechnen wir eine Verwaltungsgebühr von 50,00 Euro. Bei einzelnen Kursen gelten davon abweichende Regelungen .

Herausgeber: Haus Werdenfels | www.haus-werdenfels.de

Fotos: Titelbild, Archiv Haus Werdenfels; Vorwort (Abb. Handkreuz, Waltraud Milazzo), Michaela Pschorr; S. 8, S.9, iStock



HAUS WERDENFELS

Exerzitionen · Fasten
Meditation · Lebensbewältigung



Werdenfelser Seminare

Kursjahr 2025/2026

Inhaltsübersicht

Unsere Fortbildungen:

Zeit- und Selbstmanagement	05
Mitarbeiter/innen führen und leiten	06
Führen und Leiten von Gruppen	08
Kompetenzen – personal, sozial, geistlich	09
Kompetenzen für den pastoralen Dienst	26

Unsere Aus- und Weiterbildungen:

Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge	39
Seelsorgliche Begleitung und Beratung	40
Zertifizierter Kurs Logotherapie	41
Zertifikatslehrgang Berufungscoaching WaVe Basisteil	42
Kursleiter/innen Übersicht	44
Allgemeine Informationen	47



Liebe Gäste,

wir leben in einer Zeit radikaler Umbrüche. Klimawandel, Digitalisierung, gesellschaftliche Spannungen und geopolitische Krisen erzeugen Unsicherheit und verursachen persönliche dunkle Stunden.

In einer Welt, die sich rasant verändert braucht es neue Strategien, um Zukunft zu gestalten und sich Hoffnungspotentiale neu zu erschließen.

Unsere Werdenfelser Seminare greifen diese Zeitenwende auf und unterstützen Sie auf Ihrer persönlichen Entwicklung. Sie können Haltungen, mit denen sich die Herausforderungen einer Wendezeit gut bewältigen können, entdecken und einüben. Sie kommen den Einstellungen auf die Spur, die eine stabile Grundlage für die Lebenstüchtigkeit in turbulenten Zeiten bilden.

Sie lernen praxisnahe Werkzeuge und neue Perspektiven kennen, um sich selbst und andere in Übergängen wirkungsvoll zu unterstützen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!
Ihr Haus Werdenfels-Referententeam

Effektives Planen und Arbeiten

Ist es Ihnen wichtig,

- die eigene Lebens- und Arbeitsweise zu reflektieren und durch Prioritätenfindung das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden?
- Schritt für Schritt Visionen, Träume und Ziele voranzutreiben?

Im Kurs werden Grundregeln einer effektiven Zeit- und Aufgabenplanung mit verschiedensten Übungen und Tools vermittelt. Dazu helfen eine Einführung und konkrete Einübung in das Arbeiten mit den elektronischen Möglichkeiten und Apps für Smartphone, Tablets, Laptops. Anhand von Praxisbeispielen wird eingeübt, von der lästigen Zettel- und Stapelwirtschaft wegzukommen und einen effektiven Umgang mit E-Mail und Büroorganisation anzuwenden. Der Fokus liegt auf der praktischen Umsetzung mit einem großen Methodenmix und Raum für Fragen. Ziel ist es, an jedem Tag eine Stunde mehr Zeit zum Leben zu haben.

Arbeitsweisen

Arbeit einzeln, in Kleingruppen und im Plenum;
Kollegialer, überdiözesaner Austausch;
Meditationsangebote und Gottesdienste

Termine für Wochenkurs:

Mo 10.11.2025 | 15.30 Uhr – Fr 14.11.2025 | 13.00 Uhr

Mo 09.11.2026 | 15.30 Uhr – Fr 13.11.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Alexandra Graßler

Kursgebühr: 250,- Euro / 2026: 260,- Euro

Termin für Kompaktseminar:

Mo 02.02.2026 | 14.30 Uhr – Mi 04.02.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Alexandra Graßler

Kursgebühr: 160,- Euro



Mitarbeiter/innen führen und leiten

- Führung bedeutet, Erwartungen bewusst wahrzunehmen und im Blick darauf zu handeln.
- Führung bewegt sich auf verschiedenen Ebenen (Aufgaben-, Gruppen-, Subjekt- und Institutionsebene) – wie kann ich diesen gerecht werden?
- Führung braucht Visionen und Ziele – wer/was leitet mich?
- Ich stehe im Spannungsfeld verschiedener Rollen – wie kann ich mich selbst gut leiten?
- Ich spüre die Spannung zwischen Person und Rolle – wie finde ich die Balance und meinen Stil?
- Führung stellt verschiedene Aufgaben – wie kann ich durch Delegation die Verantwortung der Mitarbeiter/innen fördern, ihre Fähigkeiten nutzen und mich entlasten?
- Führungsverantwortung entfaltet sich in besonderen Situationen (Dienstgespräch, Teamarbeit, Ehrenamtliche u.a.) – wie kann ich diese kompetent und effektiv wahrnehmen?
- Führung realisiert sich in Interaktion – wie kann ich mit Grundbedürfnissen achtsam umgehen und das Miteinander lebendig gestalten?

Termine:

Mo 27.10.2025 | 15.30 Uhr – Fr 31.10.2025 | 13.00 Uhr

Mo 02.03.2026 | 15.30 Uhr – Fr 06.03.2026 | 13.00 Uhr

Mo 19.10.2026 | 15.30 Uhr – Fr 23.10.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Mag. Josef Lugmayr

Kursgebühr: 250,- Euro/ 2026: 260,- Euro

Führen in Unsicherheit – Wie Führungskräfte Stabilität im Wandel schaffen

Wir leben in einer Zeit radikaler Umbrüche. Klimawandel, Digitalisierung, gesellschaftliche Spannungen und geopolitische Krisen erzeugen Unsicherheit. Führungskräfte stehen vor der Herausforderung, sich selbst, ihre Teams und ihr gesamtes System durch diese Dynamiken zu navigieren. Klassische Managementansätze greifen oft zu kurz – gefragt sind neue Kompetenzen, um in Ungewissheit handlungsfähig zu bleiben.

Inhalte:

- Von Kontrolle zu Orientierung: Wie sich Führung verändert, wenn Planung unmöglich wird
- Psychologische Sicherheit schaffen: Vertrauen als Basis für Anpassungsfähigkeit
- Entscheidungen in komplexen Systemen: Prinzipien für kluge Navigation in Unsicherheit
- SystemTransformation als Denkraum: Wie wir Wandel verstehen und gestalten können
- Resilienz von Führungskräften: Wie man mit Ambiguität und Widersprüchen souverän umgeht
- Dialogische Führung: Kommunikation als Schlüssel für Kooperation und Innovation

Dieses Seminar bietet einen praxisnahen Zugang zu neuen Führungsansätzen. Sie erhalten Werkzeuge, um mit Unsicherheit produktiv umzugehen, Vertrauen zu fördern und Veränderungsprozesse aktiv zu gestalten.

Termin:

Mi 14.10.2026 | 15.30 Uhr – Fr 16.10.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Bernhard Possert

Kursgebühr: 200,- Euro

Alle mit ins Boot nehmen!

Was sind die Super-Teams? Wir wollen Menschen gewinnen mitzuarbeiten, sich zu engagieren, mitzugestalten. Wie kann das gelingen?

Grundsätzlich durch die Gestaltung einer attraktiven Arbeitsatmosphäre, z.B. effektive, lebendige Teambesprechungen. In dem wir bei Veranstaltungen unterschiedliche Menschen, Generationen, Gruppierungen durch Methoden- und Medieneinsatz gezielt ansprechen. Indem wir positive Begegnungen zwischen Menschen ermöglichen und ihnen Aufmerksamkeit und Anerkennung schenken.

Am Ende des Seminars

- beherrschen Sie aktivierende Methoden für die Zusammenarbeit in großen & kleinen Gruppen
- können Sie Besprechungen, Gruppenstunden, Elternabende schnell vorbereiten und zielgerichtet durchführen
- haben Sie Ideen, wie Sie Inhalte mit Medien ansprechend vermitteln und besitzen Sie einen Sack voller Spiele für verschiedene Gelegenheiten
- sind Sie in der Lage, „schwierige Situationen“ in und mit Gruppen zu meistern
- können Sie sich bei Bedarf selbst motivieren für Ihren präsenten Auftritt in der Gruppe.

Seminarverlauf und Methodik sind am praktischen Bedarf der Teilnehmenden orientiert.

Termin:

Mo 16.11.2026 | 15.30 Uhr – Fr 20.11.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Bettina Theißen

Kursgebühr: 260,- Euro€

Bibliodrama – ein intensiver Weg ganzheitlicher Bibelarbeit

„Geh einher vor meinem Antlitz! Sei ganz!“

Gen 17,1 nach einer Übersetzung von Martin Buber

Beim Bibliodrama geht es darum:

- das Wort Gottes „Fleisch werden“ zu lassen,
- sich einzulassen auf die Pendelbewegung „vom Leben zur Bibel, von der Bibel zum Leben“,
- in Bewegung zu kommen – zu sich selber, aufeinander zu, zu Gott hin,
- die befreiende Botschaft und heilende Dimension biblischer Erzählungen durch gemeinsames Erleben in der Gruppe neu zu entdecken,
- sich in Selbsterfahrung und geistlichem Austausch dem schöpferischen Prozess zu stellen, neue Einsichten zu gewinnen und Neues zu wagen.

Dieses Bibliodrama-Seminar kann als „Schnupperkurs“ für den Grundkurs „Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge“ angerechnet werden, der nach insgesamt acht Einheiten endet. *Angaben dazu siehe Seite 39.*

Termine:

Mo 13.10.2025 | 15.30 Uhr – Fr 17.10.2025 | 13.00 Uhr

Mo 03.08.2026 | 15.30 Uhr – Fr 07.08.2026 | 13.00 Uhr

Mo 12.10.2026 | 15.30 Uhr – Fr 16.10.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Christine Seufert

Kursgebühr: 200,- Euro€

SystemTransformation als Schlüssel für eine nachhaltige Zukunft

*Den Wandel meistern – Komplexität wahrnehmen
UND neue Formen der Navigation entwickeln*

In einer Welt, die sich rasant verändert, sind klassische Rezepte oft überholt. Wer heute Verantwortung trägt, sei es in der Leitung von Teams und Organisationen oder in der Begleitung von Menschen, muss lernen, mit Unsicherheit zu arbeiten – und Transformation nicht als Ausnahme, sondern als Normalität zu begreifen.

Dieses Seminar führt in die Denkweise der „System-Transformation für ein NeuesGutesLeben“ ein. Es zeigt auf, wie wir Wandel bewusst gestalten und andere dabei begleiten können, um tragfähige Lösungen für die Zukunft zu entwickeln.

Inhalte:

- Das Prinzip der SystemTransformation: Der Essenz nachgehen und in Resonanz mit der Welt neue Formen finden
- Neue Perspektiven auf Veränderung: Jenseits von linearen Denkmodellen
- Was Menschen, Organisationen und Gesellschaften gemeinsam haben
- Praktische Werkzeuge für Change, der Wurzeln schlägt
- Erste Schritte in der Anwendung – individuell, organisatorisch, gesellschaftlich
- Vom Wissen ins Handeln: Wie Veränderung beginnt

Dieses Seminar eröffnet neue Denk- und Handlungsräume für Menschen, die in unsicheren Zeiten Orientierung suchen – für sich selbst, für ihre Organisationen und für die Welt um sie herum.

Termin:

Mo 17.11.2025 | 15.30 Uhr – Mi 19.11.2025 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Bernhard Possert

Kursgebühr: 200,- Euro€

Reagiere klug – auch wenn man dich unklug behandelt!

In mühsamen Situationen Humor, Kraft und einen kühlen Kopf bewahren

Nicht die Arbeit selbst, sondern die Zusammenarbeit mit Kollegen, Chefs, Mitarbeitenden, Ehrenamtlichen ... wird oft als erschöpfend empfunden. Missverständnisse, Klatsch & Tratsch, ungerechte Bewertungen, überraschende Angriffe – je nach Temperament und Erfahrungen stellen wir uns tot, flüchten oder gehen zum Gegenangriff über. Egal wie wir uns verhalten – wir brauchen Lebensfreude, Durchhaltevermögen und ein Ziel vor Augen, um solche Situationen kraftvoll zu meistern.

Deshalb folgendes Themenangebot:

- die Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit schwierigen Situationen erweitern.
- die persönlichen Gefühle erkennen und regulieren und mit heftigen Emotionen von anderen umgehen können.
- sich schützen können und kraftvoll bleiben.
- klug, mutig und tapfer die persönlichen Werte vertreten und gleichzeitig mögliche Konsequenzen des eigenen Handelns im Auge behalten.

Wir arbeiten mit praktischen Übungen, die durch kleine Theorieeinheiten unterstützt werden, Fallbeispielen aus dem Alltag, in Partnerarbeit und in Kleingruppen.

Termin:

Mo 17.11.2025 | 15.30 Uhr – Fr 21.11.2025 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Bettina Theißen

Kursgebühr: 260,- Euro€

Resilienz und Spiritualität

„Gedeihen trotz widriger Umstände“

- Fehlt Ihnen im Alltag manchmal die nötige Achtsamkeit für sich selbst?
- Vergessen Sie im „Hamsterrad des Lebens“ für sich selbst zu sorgen?
- Suchen Sie Impulse, um mehr Widerstandskraft zu gewinnen, wenn Ihnen das Leben Enttäuschungen, Schicksalsschläge oder Situationen des Scheiterns zumutet?
- Spüren Sie manchmal, dass Ihr Selbstwert in den „Keller“ geht und Sie sich nicht mehr lebendig fühlen?
- Wünschen Sie sich mehr Lebenstüchtigkeit?
- Wollen Sie bewusst(er) und spiritueller leben?

Orientiert an der Resilienzforschung, der ressourcenorientierten Biografiearbeit und ignatianischer Spiritualität werden in diesem Seminar vorwiegend praktische Übungen für den Alltag, reflexive Gespräche, achtsame und sanfte Körperübungen, aber auch theoretische Impulse angeboten.

Ziel ist es, mithilfe der Resilienzfaktoren zu erfahren, wie Sie Ihre seelische Widerstandskraft stärken können und wie Sie mithilfe biografischer Methoden Ihre Wahrnehmung, Ihr Denken, Ihre Befindlichkeit und Ihr Handeln aktiv gestalten und verändern können.

Das Seminar bietet:

- Impulse, Übungen, Methoden, die sich an den Teilnehmenden und der erfahrungs-, prozessorientierten Erwachsenenbildung orientieren.
- Raum für spirituelle Impulse und Übungen der Achtsamkeit.
- Einzel- und Kleingruppenarbeit.

Termine:

Mo 10.11.2025 | 15.30 Uhr – Fr 14.11.2025 | 13.00 Uhr

Mo 16.11.2026 | 15.30 Uhr – Fr 20.11.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Karlheinz H. Arndt, Elisabeth Paukner

Kursgebühr: 260,- Euro€

Organisationen entwickeln in schwierigen Zeiten

Strukturen, Prozesse und Strategien für Wandel in Unsicherheit

Organisationen stehen unter enormem Anpassungsdruck. Globale Krisen, technologische Disruptionen und gesellschaftliche Umbrüche fordern neue Antworten – doch klassische Planungsansätze versagen, wenn die Zukunft unvorhersehbar bleibt. Wie können Organisationen sich weiterentwickeln, ohne an Identität und Handlungsfähigkeit zu verlieren? Dieses Seminar vermittelt praxisnahe Methoden und Denkweisen, um Strukturen, Prozesse und Strategien so zu gestalten, dass sie in Unsicherheit tragfähig bleiben.

- Agilität und Stabilität verbinden: Strukturen, die Wandel ermöglichen
- Dynamische Prozesse statt starrer Hierarchien: Entscheidungsmechanismen anpassen
- Szenarien entwickeln: Wie Organisationen sich auf verschiedene Zukunftsbilder vorbereiten können
- Strategien für unsichere Zeiten: Zukunft gestalten ohne starre Pläne
- Neue Vereinbarungen im Stakeholder-Netz: Kooperationen in komplexen Ökosystemen gestalten
- Geschäftsmodelle überdenken: Anpassungsfähigkeit für Unternehmen und NPOs sichern
- Resiliente Organisationskultur: Wie kollektive Lernprozesse Transformation fördern

Zielgruppe:

Verantwortungsträger/innen mit der Herausforderung, Organisationen in Unsicherheit weiter zu entwickeln

Termin:

Mi 10.12.2025 | 15.30 Uhr – Fr 12.12.2025 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Bernhard Possert

Kursgebühr: 200,- Euro€

Mit NLP neue Möglichkeiten entdecken

Sei neugierig, was in dir steckt!

Suchen Sie nach einem praktikablen Handwerkszeug, um mit Menschen gelingend und förderlich in Kontakt treten zu können? Sind Sie neugierig, die erprobten Methoden des Neurolinguistischen Programmierens mit ihren verschiedensten Anwendungsmöglichkeiten kennen zu lernen? Neurolinguistisches Programmieren soll dabei als Kommunikations- und Veränderungsmodell für die persönliche Weiterentwicklung als auch für den beruflichen Alltag vermittelt werden und den Blick auf eigene Ressourcen freigeben. Spirituelle Impulse und biblische Kontexte ergänzen den Inhalt in Verbindung mit praxisorientierten Übungen.

Leitfragen, die den Kurs begleiten:

- Wie kann es gelingen, heilsame Kräfte in sich selbst zu entdecken und (spirituelle) Ressourcen noch besser zur Entfaltung zu bringen?
- Wie kann ich Veränderungen anstoßen und dabei zielorientiert vorgehen?
- Wie kann ich sensibler werden, um mit einer hohen Achtsamkeit das wahrzunehmen, was in mir und anderen an inneren Kräften wirkt?
- Wie kann ich Sprache und ihre Muster noch bewusster verwenden, um einzelne oder Gruppen zu führen und zu begleiten?
- Wie ermögliche ich Lernprozesse, um Entwicklungsräume zu erschließen und Handlungsalternativen eröffnen zu können?
- Wie kann ich Ressourcen und Potentiale in Teams und Gruppen entdecken und zur Weiterentwicklung nutzbar machen?

Termin:

Mo 19.01.2026 | 15.30 Uhr – Fr 23.01.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Heinrich Weber

Kursgebühr: 260,- Euro€

Drei Wege, die Ethik Jesu im Alltag zu leben

„Raus aus dem Schwarzen-Peter-Spiel“

Die Goldene Regel „nicht urteilen, vergeben, den Nächsten lieben, dankbar sein“ – wir kennen die Ethik Jesu. Aber wie können wir sie im Alltag leben?

Die gewaltfreie Kommunikation von Marshall Rosenberg hilft mir, einerseits mein Anliegen offen und ohne Angriff darzulegen und andererseits dem anderen empathisch zuzuhören, um dann aufgrund der Bedürfnisse aller gute Lösungen zu finden. Nächstenliebe und Selbstliebe in gesunder Balance! Wert-voll in allen Gesprächssituationen, besonders in schwierigen.

„Naikan“ ist ein besinnlicher Rückblick und lässt die Dankbarkeit wachsen durch drei Fragen:

- Was habe ich für den anderen getan?
- Was hat er/sie für mich getan?
- Welche Schwierigkeiten habe ich ihm/ihr bereitet?

Für einen selber anwendbar oder auch einsetzbar mit Gruppen, Jugendlichen, im Gottesdienst.

Mit „The Work“ von Byron Katie kann ich Urteile, Deutungen, Vorurteile kritisch hinterfragen.

Ich erkenne durch „The Work“ schnell den Balken im eigenen Auge. Fördert Gelassenheit und Selbsterkenntnis. Alle drei Wege zusammen ergänzen sich sehr gut.

Termin:

Mo 02.02.2026 | 15.30 Uhr – Fr 06.02.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Michael Pflaum

Kursgebühr: 200,- Euro€

Burnout vermeiden – Produktivität erhalten – Achtsamkeit entwickeln

Stark bleiben in herausfordernden Zeiten

Fühlen Sie sich manchmal überfordert?

Der Stress nimmt zu und die Freude an der Arbeit ab?

In unserem praxisorientierten Resilienz-Workshop lernen Sie wirksame Strategien kennen, um Ihre innere Widerstandskraft zu stärken und langfristig leistungsfähig zu bleiben – ohne auszubrennen.

Ihre Vorteile:

- Burnout-Prävention: Warnsignale frühzeitig erkennen und individuelle Gegenstrategien entwickeln
- Selbstfürsorge: Achtsamer mit persönlichen Ressourcen umgehen und gesunde Grenzen setzen
- Produktivitätssteigerung durch bewusstes Energiemanagement und fokussiertes Arbeiten
- Entwicklung eines persönlichen Resilienz-Konzepts für nachhaltiges Wohlbefinden

Inhalte:

- Stressoren identifizieren und aktiv bewältigen
- Mentale Strategien zur Stärkung der psychischen Widerstandskraft
- Achtsamkeitsübungen für den beruflichen Alltag
- Effektives Energie- und Zeitmanagement
- Techniken zum Setzen gesunder Grenzen
- Entwicklung positiver Denkmuster
- Erstellung eines individualisierten Resilienz-Notfallplans

Mix aus Theorie-Inputs, interaktiven Übungen, Selbstreflexion und praktischen Anwendungen

Termin:

Mi 04.02.2026 | 14.30 Uhr – Fr 06.02.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Alexandra Graßler

Kursgebühr: 160,- Euro€

BiblioSyst® – Verbindung von biblischem Arbeiten mit systemischer Aufstellungen

BiblioSyst® verbindet gestaltpädagogische Bibelarbeit mit System-Aufstellungen. Über ein achtsames In-Kontakt-Treten mit dem eigenen Ich, den anderen in der Gruppe und dem biblischen Text, nutzt BiblioSyst® Systemische Aufstellungsarbeit, um einen heilsamen Zugang zu sich selbst und der förderlichen Botschaft der Bibel zu bekommen. Dabei werden sowohl gruppenspezifische als auch individuelle Aspekte fokussiert.

Wichtig in dieser Vorgehensweise ist auch die Arbeit mit Ich-Kognitionen, die unser Denken beeinflussen und entscheidend sind für unser Unwohl- oder Wohlfühl. Probleme, die uns beschäftigen oder grübeln lassen, wachsen auf dem Boden unserer Ich-Kognitionen.

Wir gehen Schritt für Schritt in Kontakt mit uns und mit dem, was uns gerade beschäftigt, dem biblischen Text und der Gruppe.

Zielgruppe:

Dieses Seminar spricht sowohl Personen an, die zum ersten Mal Kontakt mit Systemischen Methoden haben, dient aber auch zur Vertiefung. Auch Personen, die eigene Themen supervidieren bzw. coachen lassen wollen, können dieses Seminar nutzen.

Termin:

Mo 09.03.2026 | 15.30 Uhr – Fr 13.03.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Christine Seufert

Kursgebühr: 260,- Euro€

Mach dir dein Leben zueigen – Anstöße aus Enneagramm, Bibel und Märchen

Jeder Mensch ist ein Original, einzigartig und einmalig. Aber viele unserer nur allzu menschlichen Sichtweisen und Verhaltensmuster, Stärken und Schwächen sind nicht nur individuell, sondern auch „typisch“ für viele Menschen.

Das Enneagramm ist ein Modell, das neun typische Lebensstrategien benennt. Weil das Enneagramm kein Geheimwissen ist, sondern ein Versuch, typisch menschliche Erfahrungen anschaulich und merkbar zu machen, darum finden sich die dort auf den Punkt gebrachten Einsichten auch in viel älteren menschlichen Überlieferungen. Auch manche biblischen Geschichten sprechen besonders Menschen mit einer bestimmten Lebenssicht an, motivieren oder provozieren diese stärker als andere. Und auch in den Figuren der alten Volksmärchen finden sich typische Verhaltensmuster.

In Enneagramm, Bibel und Märchen geht es um unseren Lebens-Wandel. Das meint zunächst unsere Weise zu leben und die Veränderungen und Wandlungen, die uns helfen aus einer möglichen Verwünschung erlöst zu werden: hin zum „eigentlichen“ Leben.

In unserem Seminar wollen wir den dreifachen Spiegel und Wegweiser von Enneagramm, Bibel und Märchen nutzen für die lebenslange Aufgabe zu werden, wer wir sind.

Termin:

Mo 20.04.2026 | 15.30 Uhr – Fr 24.04.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Dr. Heinrich Dickerhoff,
Sr. Magdalena Morgenstern

Kursgebühr: 260,- Euro

Übergänge ins Ungewisse gestalten

Wie Menschen Übergänge gestalten und Unsicherheit konstruktiv nutzen können finden können

Übergangsphasen fordern uns auf allen Ebenen – beruflich, gesellschaftlich und persönlich. Alte Sicherheiten brechen weg, während das Neue noch nicht klar erkennbar ist. Wer Menschen in solchen Prozessen begleitet, braucht nicht nur Methodenwissen, sondern auch ein tiefes Verständnis für individuelle Entwicklungsdynamiken. Dieses Seminar vermittelt praxisnahe Werkzeuge und neue Perspektiven, um sich selbst und andere in Übergängen wirkungsvoll zu unterstützen. Spirituelle Praxis und die Entwicklung von Ritualen können eine besondere Rolle dabei spielen.

Inhalte:

- Die Psychologie des Übergangs: Was passiert in Menschen, wenn Gewissheiten schwinden?
- Orientierung in Veränderungsprozessen: Wie wir Sinn und Richtung in Unsicherheit finden
- Innere Ressourcen stärken: Methoden zur Resilienzförderung und Selbstführung
- Veränderungsphasen erkennen und begleiten: Entwicklungslogiken verstehen und nutzen
- Dialog als Entwicklungsraum: Wie gelingende Gespräche Wachstum ermöglichen
- Rituale entwickeln: wie Ausdrucksformen für Prozesse heilsam wirken können
- SystemTransformation als Landkarte für persönliche Entwicklung

Termin:

Mo 20.04.2026 | 15.30 Uhr – Fr 24.04.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: : Susanne Noffke, Bernhard Possert

Kursgebühr: 300,- Euro

Den roten Faden im Leben finden Biografiearbeit

Kleines Biograficum – Grundlagen und Selbst-reflexion

Biografiearbeit stellt den Menschen und sein Leben in den Mittelpunkt. Sie regt das Erinnern an, deckt Ressourcen auf und ermutigt zu einem selbstbestimmten Leben.

Sie erhalten einen Einblick in die vielfältigen und kreativen Methoden der Biografiearbeit und erfahren, worauf es bei der Anleitung ankommt. Sie lernen die Grundlagen der Biografiearbeit und die Bandbreite der Themen, Arbeitsfelder und Zielgruppen kennen.

Gleichzeitig können Sie die Methode Biografiearbeit erproben und selbst erfahren. Sie blicken zurück auf Ihren Lebensweg und auf das, was Ihnen mitgegeben wurde. Sie erzählen von sich, was Sie möchten. Und Sie lassen sich beschenken durch die Geschichten anderer.

Fachwissen, Methodenkompetenz & Selbstreflexion sind die Schwerpunkte dieser Weiterbildungswoche.

Termin:

Mo 20.04.2026 | 15.30 Uhr – Fr 24.04.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Karlheinz H. Arndt, Elisabeth Paukner

Kursgebühr: 260,- Euro

Mit sich selbst Kaffee trinken gehen

Einübung in wohltuende Gespräche zwischen mir selbst und meinem inneren Team

„Lass uns Kaffeetrinken gehen!“ sagt die gute Freundin. Das Gespräch mit ihr beruhigt mich, klärt manches und gibt neue Hoffnung und Kraft. Solche wohltuenden Gespräche kann ich auch mit mir selbst machen. Selbstliebe wächst, wenn ich mit mir liebevoll rede. Ich kann mit mir selbst reden, weil ich in mir erlebe: Es gibt Teile in mir, innere Persönlichkeitsanteile, die manchmal gut zusammenarbeiten und sich manchmal in die Haare bekommen.

Mit Richard Schwartz' IFS (Inneres Familiensystem) kann jeder üben, wie man mit seinen Teilen liebevoll sprechen kann. Von meinem Selbst aus kann ich z. B. meinen Antreiber wertschätzen, meine inneren Kritiker wirklich verständnisvoll kennenlernen, Streitigkeiten im inneren Team klären und meine verwundeten Anteile aus der Verdrängung holen, heilen und ihnen neues Leben schenken.

Inhalt:

- Einführung in das innere Team bzw. die innere Familie und in die IFS-Gespräche
- Meditationen, um das Selbst zu stärken
- Übungen, um einzelne Teile kennen zu lernen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen
- Hinweise und Übungen, wie man andere bei IFS-Gesprächen begleitet

Termin:

Mo 29.06.2026 | 15.30 Uhr – Fr 03.07.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Michael Pflaum

Kursgebühr: 200,- Euro

So stimmt's. Eine Einführung in das (Märchen-)Erzählen

Erzählen ist einfach und eine Kunst zugleich.

Einfach, weil wir alle das Instrument Sprache im Grunde beherrschen. Eine Kunst, weil wir dieses Instrument oft nur sehr begrenzt nutzen. Und eine Kunst, weil gutes Erzählen Menschen mitnimmt auf einen gemeinsamen Weg.

Es ist so bildhaft, dass Menschen innere Bilder sehen – Kopfkino sagt man heute oft.

Es ist so ermutigend, dass Menschen nach dem Erzählen etwas mehr Lust aufs Leben haben.

In unserem Kurs soll ganz viel praktisch geübt werden. Dazu kommen „theoretische“ Hinweise zu dem, was Märchen sind und sollen.

Wir wollen unsere Stimmen erproben und auskosten.

Und auch wer gar nicht Märchen erzählen will, sondern vielleicht biblische Texte vorliest oder Vorträge zu ganz anderen Themen hält, mag dabei hilfreiche Anregungen bekommen.

Termin:

Mo 06.07.2026 | 15.30 Uhr – Fr 10.07.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Heinrich Dickerhoff, Sr. Magdalena Morgenstern

Kursgebühr: 260,- Euro

Kompetenzen für die Zeitenwende: Grundhaltungen des gelingenden Lebens

Alle reden von der „Zeitenwende“. Es entstehen „neue Normalitäten“; wir müssen uns auf Neues, eventuell Unsicheres einstellen.

Welche Auswirkungen hat das auf unsere persönliche Lebensführung?

- Mit welchen Haltungen lassen sich die Herausforderungen einer Wendezeit gut bewältigen?
- Welche Einstellungen bilden eine stabile Grundlage für die Lebenstüchtigkeit in turbulenten Zeiten?

Vier grundlegende, z.T. spannungsreiche Themen sind in diesem Zusammenhang von zentraler Bedeutung:

- für sich selbst sorgen
- Gegebenes akzeptieren und sich anpassen
- Widerstand leisten
- staunen und sich irritieren lassen

Sie bekommen in diesem Seminar Impulse und Anregungen zur Lebensgestaltung in Zeiten des Wandels – um Lebenskraft und -sinn zu erhalten und (wieder) zu gewinnen.

Termin:

Mo 06.07.2026 | 15.30 Uhr – Fr 10.07.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Hubert Klingenberg

Kursgebühr: 260,- Euro

Gestaltpädagogische Schnuppermöglichkeiten

Gestaltpädagogisches (Schnupper-)Wochenende

Systemisches Arbeiten mit gestaltpädagogischem Ansatz bietet Ihnen eine einzigartige Verbindung zweier interessanter Zugangsweisen zu vielfältigen Themen und Fragestellungen. Für Ihre Arbeit sowohl mit Einzelpersonen als auch für Gruppen stellt diese Kombination eine große Bereicherung dar und erweitert Ihr Methodenrepertoire auf vielfältige Weise.

Inhalte sind z.B.: Gruppendynamisches Aufstellungsspiel mit Dialogisieren, Leerer Stuhl, Systemische Aufstellungen, Systemisches Hexagon als Hintergrundfolie und Modell zu Work-Private-Flow. Anrechenbar mit zwei Tagen für Modul 5 der Weiterbildung Gestaltpädagogik.

Termin:

Fr 08.08.2025 | 18.00 Uhr – So 10.08.2025 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Christine Seufert

Kursgebühr: 120,- Euro

Schnupperwochenende zur systemischen Gestaltarbeit

Diese Tage bieten die Möglichkeit zu erleben, wie mit virtuellen Aufstellungstools System-Aufstellungen angeleitet werden können. Theoretische Inputs reflektieren die praktischen Erfahrungen. Anrechenbar als je ein Tag für Modul 5 der Gestalt-Weiterbildung.

Inhalte u.a. systemische Gestaltarbeit, Kontaktmodell aus Gestaltpädagogik und systemisches Denken, gestaltorientierte System-Aufstellungen

Termin:

Fr 14.08.2026 | 18.00 Uhr – So 16.08.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Christine Seufert

Kursgebühr: 120,- Euro

Weitere Informationen zur Weiterbildung siehe Seite 39.



Homiletisches Upgrade der Predigt und für Prediger/innen in bewegten Zeiten

Die Predigt braucht „eine Idee, ein Gefühl und ein Bild.“ (vgl. Evangelii Gaudium)

Gefühle, Bilder und Ideen, die bei der Vorbereitung einer Predigt auftauchen, in eine ansprechende heutige Sprache zu fassen, wird in diesem Kurs neu eingeübt.

Er gibt darüber hinaus Anregungen zur Auslegung des Wortes Gottes unter theologischen und praktischen Aspekten.

Im Zentrum dieses Kurses stehen dabei die aktuellen Entwicklungen und zeitgenössischen Herausforderungen. Dabei werden zusätzlich auch weitere verschiedene Predigtanlässe (z. B. Wort-Gottes-Feiern, Bestattungsdienst etc.) in den Blick genommen. Das Ganze wird vertieft und ergänzt durch die Bereitschaft der Teilnehmer/innen, ihre Praxis zu reflektieren und sich durch konkrete Einübung neu motivieren zu lassen.

Termin:

Mo 06.10.2025 | 15.30 Uhr – Fr 10.10.2025 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Dr. Werner Schrüfer

Kursgebühr: 250,- Euro

Traumatasensible Seelsorge – Wie man Betroffene unterstützend begleiten kann

Als Seelsorger/innen begegnen uns immer wieder auch Betroffene von sexueller Gewalt. Wie können wir diesen Menschen stützend begegnen? Was sollte man beachten, was vermeiden?

Bei der Begleitung von Betroffenen habe ich erkannt, dass sich das kontemplative Gebet und viele Traumatherapien in ihrer grundsätzlichen Struktur ähneln. Ein Grundwissen in Traumatheorien und -therapien ermöglicht den Seelsorger/innen, in solchen Situationen adäquat und unterstützend zu reagieren. Weitere Verletzungen können so vermieden und auch spezifisch religiöse Kraftquelle erschlossen werden. Traumatherapien verändern auch unseren Blick auf bestimmte kirchliche Lehrsätze und liturgische Sprachformeln und schärfen den kritischen Umgang mit problematischen Machtstrukturen in der Kirche. Deswegen leistet eine traumatasensible Seelsorge einen wertvollen Beitrag, um Missbrauch, sowohl spirituellen als auch sexuellen Missbrauch, zu vermeiden.

Inhalte:

- Grundlegende Traumatheorien und trauma-existentialen Menschenverständnis
- Wichtige Elemente bei Traumatherapien
- Wege für eine traumatasensible Seelsorge
- Konsequenzen für Theologie und Kirche

Methoden:

- Theoretische Impulse und praktische Übungen
- Arbeit einzeln, in Kleingruppen und im Plenum
- Kollegialer Austausch

Termin:

Mo 20.10.2025 | 14.30 Uhr – Mi 22.10.2025 | 13.00 Uhr

Mi 07.10.2026 | 14.30 Uhr – Fr 09.10.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Pfr. Michael Pflaum

Kursgebühr 120,- Euro€

Reden zwischen Tür und Angel

Das Kurzgespräch in Seelsorge und Beratung – Grundkurs (zertifiziert)

„Haben Sie kurz Zeit?“

„Da ich Sie gerade treffe ...“

„Ich brauch da mal Ihren Rat!“

Im pastoralen Alltag gibt es viele Situationen, wo Menschen sich nicht zum Gespräch verabreden, sondern in flüchtigen Momenten das Gespräch suchen.

Die Beiläufigkeit dieser Gesprächssituationen lässt oft bewährte seelsorgliche und beraterische Gesprächstechniken und -methoden nicht zur Anwendung kommen, so dass auf beiden Seiten Frust entsteht.

In der Methode ‚Kurzgespräch‘ wird auf eben diese Gesprächssituationen eingegangen. Der Ansatz ist ziel-, ressourcen- und lösungsorientiert; der Schlüssel findet sich oft schon in den ersten Sätzen. Im Wechsel von konzentrierter Theorievermittlung und praktischen Übungen wird die Anwendung der zielorientierten Kurzberatung trainiert.

Inhalte des Grundkurses:

- Der kommunikative Anschluss
- Die Kunst des Fragens und Erkundens
- Der sprachliche Schlüssel
- Die lösungs- und zielorientierte Vorgehensweise
- Der Auftrag und seine Erledigung

Termine:

Mo 20.10.2025 | 15.30 Uhr – Fr 24.10.2025 | 13.00 Uhr

Mo 12.01.2026 | 15.30 Uhr – Fr 16.01.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Hans König

Kursgebühr: 250,- Euro/ 2026: 260,- Euro

Einführung in die geistliche Begleitung

Seelsorgerinnen und Seelsorger werden zunehmend von Menschen, denen sie in ihrem seelsorglichen Alltag begegnen, um Wegbegleitung gefragt.

Um diesen suchenden Menschen geistlich und fachlich entsprechend zu begegnen, erachten sie Grundkenntnisse und -kompetenzen für die geistliche Begleitung als hilfreich oder sogar notwendig für ihre seelsorgliche Praxis.

Diese Kurswoche richtet sich vornehmlich an hauptamtliche Seelsorger und Seelsorgerinnen. Sie vermittelt Grundhaltungen und Basiskompetenzen des geistlichen Begleitens. Sie ermöglicht es, einen Blick zu gewinnen für geistliche Prozesse. Sie zielt darauf, Menschen auf ihrem geistlichen Weg unterstützen zu können. Sie lädt ein, selbst als geistliche Person zu wachsen.

Die Arbeitsweise zielt auf ein persönliches Aneignen von Kenntnissen und Haltungen:

- Impulse aus der biblischen und geistlichen Tradition
- Erarbeitung humanwissenschaftlicher Erkenntnisse
- Übung und Reflexion
- Besinnung auf den eigenen geistlichen Weg

Der Kurs kann als Entscheidungshilfe zur Teilnahme an einer Ausbildung in Geistlicher Begleitung dienen.

Termin:

Mo 10.11.2025 | 15.30 Uhr – Do 13.10.2025 | 13.00 Uhr

(kein freier Mittwochnachmittag)

Kursleitung: Sr. Barbara Bierler, Prof. Dr. Christoph Jacobs

Kursgebühr: 250,- Euro

Achtsamkeit in der Pastoral

Hinführung zu einer eigenen Achtsamkeitspraxis in Selbsterfahrungsübungen und theoretischer Grundlegung und Kennenlernen einzelner Übungen, die sich im pastoralen Feld erproben lassen.

Diese Weiterbildung wird Sie befähigen, Achtsamkeitsübungen sowohl im liturgischen Kontext als auch in Gruppen anzuleiten. Sie erhalten hierzu einen „Methodenkoffer“ zum Ausprobieren und Experimentieren. Sie erhalten KEIN vorgefertigtes Konzept, sondern Ideen. Der Transfer in die jeweils eigene Arbeitssituation wird begleitet, es handelt sich um ein Lernen mit offenem Ausgang im Prozess der Aneignung.

Inhalte:

- Überblick über neurowissenschaftliche Grundlagen zur Achtsamkeit und ihre Wirkungen
- Hinführung zur Implementierung einer eigenen Achtsamkeitspraxis im Alltag basierend auf Übungen aus der achtsamkeitsbasierten Stressreduktion (MBSR)
- Reflektion der in der Fortbildung gemachte Erfahrungen
- Kennenlernen von Übungsbausteinen für die Umsetzung in der Pfarrei, um damit bis zu Modul II zu experimentieren und Erfahrungen zu sammeln.
- Eigene Ressourcen vertiefen, persönliche Muster im Arbeitsalltag erforschen

Termine:

Mo 03.11.2025 | 14.30 Uhr – Fr 07.11.2025 | 13.00 Uhr

Mo 02.11.2026 | 14.30 Uhr – Fr 06.11.2026 | 13.00 Uhr

Vertiefung und Austausch von Erfahrungen in einem online-Tageskurs im Februar 2026 bzw. 2027

Kursleitung: Ulrike Simon-Schwesinger

Kursgebühr: Präsenz-Modul 250,- Euro€ / 2026: 260,- Euro

Kursgebühr: online-Modul 60,- Euro€

Spiritual Care – Der Mensch im Mittelpunkt

Die spirituelle Begleitung von Menschen in existenziellen Lebenssituationen ist ein zentraler Auftrag der palliativen Versorgung. Krankheit und Leiderfahrung, Sinnverlust und Existenzängste stellen dabei die Haupt- und Ehrenamtlichen vor große Herausforderungen. Wie können wir Menschen in solchen Extrem-situationen individuell und situationsgerecht spirituell begleiten? Das Seminar versteht sich als Gelegenheit, das Spiritual-Care-Konzept kennen zu lernen, Kenntnisse zu vertiefen, die eigene Persönlichkeit in den Blick zu nehmen und aktuelle Impulse aus der Forschung für die eigene Praxis zu erschließen. Der gemeinsame Blick von Klinikseelsorge und Palliativmedizin auf Spiritual Care ist ein besonderes Merkmal dieser Fortbildung.

Inhalte:

- Total-Pain-Konzept: Mehrdimensionalität von Schmerz
- Grundbedürfnisse sterbender Menschen
- Tiefenresonanz: Spiritualität verstehen und erschließen
- Sinnhorizonte: Was gibt dem Leben Halt und Tiefe?
- Meine eigene Haltung zu Krankheit, Leid, Sterben
- Dem Leid anderer begegnen und Leidende trösten
- Selbstsorge: Mich selber spüren

Termin:

Mo 12.10.2026 | 15.30 Uhr – Mi 14.10.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Pfarrer Günter Renner

Dr. med. Michael Rechenmacher M.A.

Kursgebühr: 190,- Euro€

Bibel getanzt: erfahren – reflektieren – üben

Bibel getanzt ist ein Weg,

- der von einem biblischen Text ausgeht,
- der durch Bewegung und eine wache Körperpräsenz in die Begegnung mit Gott führt,
- auf dem ich Schritt für Schritt erlebe, dass ich bin.

Tanz und Gebärde werden heute als spirituelle Wege wieder neu entdeckt. Die Gebärde als Urform der Sprache ist so alt wie die Menschheit, das gleiche gilt für den Tanz. Für viele Menschen heute wird der Tanz mit seinem Symbolerleben zum Tor für eine tiefere Gottesbeziehung.

Tanzend wenden wir uns dem Geheimnis der Hl. Schrift zu. Wir entdecken dabei, was ihre Botschaft für die Einzelnen ganz persönlich ist. Tänze entstanden und entstehen aus Liebe zum Leben. Sie öffnen den Menschen für das Leben und somit für Gott!

Wenn wir „die Bibel tanzen“, nähern wir uns dem Inhalt der Hl. Schrift durch Gebärden und Tanzschritte. Wie das geschieht, wollen wir in diesem Seminar erfahren, reflektieren und üben.

Elemente:

- Eine Schriftstelle wird ganzheitlich erschlossen und erantzt. In Kreistänzen, Gebärdengebeten und gestaltpädagogischen Elementen wird Gottes Wort ganz persönlich erfahrbar und erlebbar.
- Das Erlebte wird reflektiert und methodisch-didaktisch erschlossen.
- Eigene Erfahrung mit dem Anleiten von Tänzen.
- Der Tag schließt mit einem getanzten Abendlob.

Termin:

Mo 19.01.2026 | 15.30 Uhr – Fr 23.01.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Michaela Pfaffenbichler,
Sr. Magdalena Morgenstern

Kursgebühr: 260,- Euro€

Um Gottes willen über Filme reden?

Anleitung zum Einsatz von bewegten und unbewegten Bildern in Exerzitien und Pastoral/Bildung.

Filme öffnen Augen und Ohren, Herz und Verstand. Das macht sie so attraktiv für den Einsatz sowohl bei Einkertragen und Filmexerzitien als auch in der Pastoral, etwa bei der Erstkommunionvorbereitung und in Bibelkreisen.

Mit Hilfe von Spielfilmen zur Ruhe kommen? Die Erfahrung zeigt: Mit Hilfe bewegter und unbewegter Bilder wird es auf ebenso ungewöhnliche wie unverhoffte Weise möglich, sich selbst, anderen und Gott intensiver zu begegnen. Des Weiteren können ausgewählte Kurzfilme und Filmsequenzen Gesprächsprozesse in Gang bringen – im Katechet-/innenkreis und in der Firmgruppe, im Pfarrgemeinderat oder in der Messdiener/innenrunde.

Das Seminar ist zweigeteilt:

Im ersten längeren Teil geht es um das Erleben von Film-Exerzitien. Diese Tage folgen dem Rhythmus von Film und Gebet, Schweigen und Gespräch. Die ausgewählten Filme laden ein, je persönliche Erfahrungen (gemeinsam) zu reflektieren und spirituelle Impulse zu gewinnen. Im zweiten Teil geht es um die Reflexion der Methoden. Dann kommen auch andere Veranstaltungsformen in den Blick, dann stehen Erfahrungen und Praxistipps auf dem Programm.

Termin:

So 18.01.2026 | 15.30 Uhr – Fr 23.01.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Dr. Thomas Kroll, Günter Lesinski

Kursgebühr: 260,- Euro€

Bibliolog mit Sculpting

Bei der Aufbauform Sculpting (im englischen wörtlich für Bildhauern, eine Skulptur herstellen) bilden die Teilnehmenden selbst das „Material“, aus dem die „Skulptur“ entsteht. Damit kommt der Körper zum Einsatz und die Teilnehmenden gehen anders als in der Grundform des Bibliologs jetzt auch leiblich in die angebotenen Rollen und zeigen eine Geste oder eine Haltung. Dabei können auch kleine Szenen entstehen.

Im Aufbaukurs wird der bibliologische Umgang mit sculpting in Bibliologen gezeigt und reflektiert und von den Teilnehmenden praktisch ausprobiert und geübt. Zudem bietet auch dieser Aufbaukurs Gelegenheit, die eigene Bibliolog – Praxis zu reflektieren und zu verbessern

Arbeitsformen und Methoden:

Im Kurs wird in der bewährten Mischung von theoretischen Impulsen und praktischen Phasen intensiv geübt, mit Hilfe von evtl. Rahmenhandlungen oder auch (nicht-) personalen Rollen einen bibliologischen Zugang zu entsprechenden biblischen Texten zu finden.

Jede/r Teilnehmer/-in erhält während des Kurses kollegiale Supervision zu einem im Kurs erarbeiteten eigenen Bibliolog in der Aufbauform.

Voraussetzung zur Teilnahme ist die vom Netzwerk zertifizierte Teilnahme an einem Grundkurs Bibliolog.

Termin:

Mi 11.02.2026 | 14.30 Uhr – Fr 13.02.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Dr. Katrin Brockmüller, Dorothea Kleele-Hartl

Kursgebühr: 180,- Euro

Kinder und Jugendliche in ihrer Trauer begleiten

Kinder und Jugendliche trauern anders – nicht durchgehend und im „Hin und Her“ zwischen intensiven Gefühlen und scheinbarer Unbekümmertheit. Ihre Trauer ist geprägt von der jeweiligen Entwicklung:

Die 4jährige Sarah vermisst ihren Bruder, fragt immer wieder, wann er kommt, und spielt mit ihren Teddys „Beerdigung“. Der 15jährige Tim flüchtet sich nach dem Tod seines besten Freundes in Online-Gaming, nach außen hin bleibt er „cool“. Beide stehen vor der Herausforderung, ihre Bewältigungsstrategien in Krisen weiter zu entwickeln, und dazu noch die eigene Identität. Um sie dabei zu begleiten, ist es hilfreich, ihre Perspektive zu verstehen.

Dieser Kurs will:

- eigene Fragestellungen und Anliegen aufnehmen, berufliche und persönliche
- Erfahrungen in der Begleitung von trauernden Kindern und Jugendlichen reflektieren
- Trauer bei Kindern und Jugendlichen verstehen (altersgerechte Trauerverarbeitung, Umgang mit Sprachlosigkeit und Tabus)
- mit praktischen Methoden und kreativ-spielerischen Ansätzen die eigene Praxis in der Begleitung von Kindern und Jugendlichen erweitern

Arbeitsweise:

prozess- und teilnehmerorientiert, informative, kreative und meditative Methoden

Termin:

Do 14.05.2026 | 18.00 Uhr – So 17.05.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Dr. Sabine und Dr. Wolfgang Holzschuh

Kursgebühr: 230,- Euro

Weil jeder etwas zu sagen hat Grundkurs Bibliolog

Wie lässt sich das Buch der Bücher entdecken, verstehen, auslegen? Und wie wird daraus ein Gemeinschaftserlebnis? Das sind Fragen, die im Gemeindeleben häufig zu hören sind. Viele pastorale Berufe würden dem Bedürfnis, die Bibel selbst zu entdecken, gerne entgegenkommen. Dafür braucht es immer wieder neue Formen von Verkündigung, wie zum Beispiel den Bibliolog.

Diese Arbeitsweise ermuntert zum Dialog zwischen biblischen Texten und der eigenen Lebensgeschichte. Die Anwesenden identifizieren sich nacheinander mit mehreren biblischen Gestalten und können sich aus diesen Rollen heraus äußern. Der Bibliolog hat Ähnlichkeiten mit Bibliodrama, ist aber strukturierter und leitungszentrierter. Er ist daher unkompliziert im pastoralen Alltag einsetzbar. Die Fortbildung vermittelt Grundkenntnisse im Bibliolog und befähigt, mit dieser Methode zu arbeiten.

Gearbeitet wird sehr praxisorientiert mit Kurzvorträgen, praktischen Übungen und ersten Erfahrungen im Anleiten von Bibliologen. Die Teilnehmer/innen bekommen ein Zertifikat, das sie zur Bibliolog-Anleitung berechtigt.

Termin:

Mo 29.06.2026 | 15.30 Uhr – Fr 03.07.2026 | 13.00 Uhr
Kursleitung: Dr. Katrin Brockmüller, Dorothea Kleele-Hartl
Kursgebühr: 260,- Euro€

Reden zwischen Tür und Angel Aufbaukurs (zertifiziert)

Das Kurzgespräch in Seelsorge und Beratung

„Haben Sie kurz Zeit?“

„Da ich Sie gerade treffe ...“

„Ich brauch da mal Ihren Rat!“

Im pastoralen Alltag gibt es viele Situationen, wo Menschen sich nicht zum Gespräch verabreden, sondern in flüchtigen Momenten das Gespräch suchen.

Die Beiläufigkeit dieser Gesprächssituationen lässt oft bewährte seelsorgliche und beraterische Gesprächstechniken und -methoden nicht zur Anwendung kommen, so dass auf beiden Seiten Frust entsteht.

Im Aufbaukurs „Das Kurzgespräch in Seelsorge und Beratung“ wird das Gelernte im Grundkurs aufgefrischt und vertieft und durch sehr viel Training intensiviert. Zudem wird an einer Haltung gearbeitet, die für das Kurzgespräch konstitutiv ist.

Weitere Themen sind:

- Geschichten als Lebensthema
- Einsatz von (biblischen) Geschichten im Kurzgespräch
- Geschichten strategisch erzählen
- Arbeit an Metaphern
- Arbeit am eigenen Beraterverständnis
- Durch Übung der Intuition Raum geben

Termin:

Mo 09.11.2026 | 15.30 Uhr – Fr 13.11.2026 | 13.00 Uhr
Kursleitung: Hans König
Kursgebühr: 260,- Euro€



Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge

Weiterbildung zum/zur Gestaltpädagogen/in

Der Grundkurs basiert auf der christlichen Gestaltpädagogik und integrativen Seelsorge nach Prof. Albert Höfer. Er geht vom Handlungsprinzip ‚learning by doing‘ aus und greift persönlichkeitsfördernde Ansätze und Methoden verschiedener Richtungen der humanistischen Psychologie und der Reformpädagogik sowie biblische Themen auf. Der Vorrang der Selbsterfahrung wird deutlich in den Lernschritten ‚erfahren – reflektieren – integrieren‘. Das Angebot lädt zu lebendigem Lernen miteinander ein auf der Grundlage des christlich-biblischen Menschenbildes.

Ziele:

Selbstwahrnehmung, eigene Weiterentwicklung, integratives pädagogisches Handeln, systemische Sicht von und Handlungskompetenz bei Prozessen in sozialen Systemen, ressourcen- und lösungsorientierte Begleitung von Menschen, Vertiefung des eigenen religiösen Standortes, Austausch geistlicher Erfahrung, Einübung in verschiedene spirituelle Formen.

Arbeitsweisen:

Künstlerisch-kreativer Ausdruck, Körperausdruck, spirituelle Einheiten, Biblidrama, Rollenspiel, Arbeit mit Texten und Bildern, Phantasiereisen, Identitätsarbeit, Gruppendynamik, Feedback, Konfliktmanagement, Theorie des gestaltpädagogischen Ansatzes, Transfer

Termin:

Januar 2026 | Insgesamt 8 Module á 4 Tage

Kursleitung: Christine Seufert

Kursgebühr: 250,– Euro /Modul

Weitere Informationen:



Blended learning Weiterbildung Seelsorgliche Begleitung und Beratung (Gemeinde, Schule, kategorial)

Menschen, die sich in schwierigen Lebenssituationen Ihnen als Seelsorger/-in anvertrauen, hoffen auf Beistand, ein offenes Ohr, oft auch auf Unterstützung bei der konkreten Bewältigung der Situation, auf systematische Begleitung und sogar qualifizierte und kompetente Beratung. In dieser Weiterbildung bieten wir Ihnen Inhalte und Methoden an, um in säkularen Problemfeldern gut seelsorglich begleiten, professionell seelsorglich (nicht psychologisch) beraten und auch in spirituellen Umbruchphasen qualifiziert begleiten zu können. Ziel dieser Weiterbildung ist es, Seelsorger/-innen beraterisches Grundhandwerkszeug, lösungsorientierte Methoden und theologisch-spirituelle Deutungsfolien anzubieten, die über die bereits erworbenen seelsorglichen Kompetenzen hinausreichen.

Inhalte sind u.a.:

Grundlagen der Kommunikation, Rolle als Seelsorgliche/r Berater/in, stärkende und lösungsorientierte Methoden in der Beratung, Grundkenntnisse über Umgang mit Phänomenen wie Übertragung und Gegenübertragung, Schattenarbeit, spirituelle Dimension in der Beratung, Kennzeichen von und Umgang mit Umbrüchen in der spirituellen und religiösen Entwicklung, Tür- und Angelgespräche, systemischer Ansatz.

Blended learning:

Verschränkung von Präsenzmodulen, Online-Einheiten und Peergruppenarbeit.

Termine:

Mi 28.10.2026 | 15.30 Uhr – Sa 31.10.2026 | 13.00 Uhr

Mo 19.04.2027 | 15.30 Uhr – Fr 23.04.2027 | 13.00 Uhr

Mo 12.11.2027 | 15.30 Uhr – Fr 16.07.2027 | 13.00 Uhr

Die Online-Termine werden miteinander vereinbart.

Kursleitung: Christine Seufert, Susanne Noffke,
zusätzliche externe Referent/-innen

Kursgebühr (incl. Online-Module): 250,-Euro pro Woche

Weitere Informationen:



Zertifizierte Kurse zur Logotherapie SINN-LEHRE gegen SINN-LEERE

Die Logotherapie ist eine sinn- und ressourcenorientierte Schule der Psychotherapie, die neben der engeren psychotherapeutischen Bestimmung auch in der Beratung und Begleitung eingesetzt wird. Gemeinsam mit den Klient/-innen werden individuelle Freiräume und Sinnmöglichkeiten entdeckt und insgesamt individuell stimmige Leitideen für ein gelingendes Leben erkundet. KlientInnen werden so befähigt, in ihrer gegenwärtigen Lebenssituation – in Gesundheit oder Krankheit – das noch Bestmögliche aus ihrem Leben zu machen. Die Logotherapie versucht, nicht nur die Frage zu beantworten, „wie es uns gut geht“, sondern auch und maßgeblich, „wozu wir gut sind“.

Zielgruppe:

Menschen, die in sozialen, medizinischen und/oder pastoralen Bereichen tätig sind.

Termine:

Basisqualifikation Teil 1:

Mo 11.05.2026 | 9.00 Uhr – Mi 13.05.2026 | 13.00 Uhr

Basisqualifikation Teil 2:

Mo 16.11.2026 | 9.00 Uhr – Mi 18.11.2026 | 13.00 Uhr

Kursleitung: Anna Kalender, Dr. Christoph Seidl

Kursgebühr: 550,-Euro / zuzüglich: 50,-Euro Tagungspauschale

Weitere Informationen:



Zertifikatslehrgang – Basisteil Berufungscoaching WaVe

„Wir bilden Menschen aus, damit sie Menschen unterstützen und begleiten können“

Berufungscoaching WaVe® ist eine lösungs- und zukunftsorientierte Lern-Methode für die Begleitung von Menschen. Sie eignet sich besonders gut für jene, die am Beginn einer Neuorientierung stehen – egal ob freiwillig oder erzwungen – und die mit ihrer derzeitigen Situation (privat oder beruflich) unzufrieden sind oder einfach Interesse haben zu überprüfen, ob sie mit ihrem Beruf und ihrer Lebensausrichtung auf dem „richtigen“ Weg sind und ihrer Berufung folgen.

Zielgruppe für den Lehrgang sind Menschen, die in begleitenden, helfenden, beratenden oder pastoralen Berufen tätig sind oder in Zukunft sein wollen.

Ziel des Basisteils des Lehrgangs ist es, dass die Teilnehmer/innen das Begleitungsmodell Berufungscoaching WaVe® in seinen Grundzügen kennenlernen und anhand vieler Übungen ausprobieren und erlernen.

Der praxisbezogene Aspekt steht im Vordergrund und wird von einem soliden theoretischen Fundament unterstützt.

Nach einer interdisziplinären Einführung in grundlegende Begleitungs-, Lern- und Interventionsmethoden steht das Prozessmodell des Berufungscoaching WaVe® im Mittelpunkt des Lehrgangs.

Inhalte im Basisteil des Lehrgangs:

- Transformatives Lernen, Systemtheorie und Konstruktivismus als Basis
- Grundlagen und Einführung in verschiedene Interventionsformen und Begleitungstechniken
- Ausprobieren und Üben in Kleingruppen
- Interdisziplinäre Einführung in Begleitungs-, Lern- und Interventionsmethoden

Fachliche und inhaltliche Gesamtleitung:

ao. Univ. Prof. Dr. Alexander Kaiser
geb. 1965, verheiratet, Vater von drei Kindern, Professor für Betriebswirtschaftslehre und Wirtschaftsinformatik und Leiter der Abteilung für Wissensmanagement an der Wirtschaftsuniversität Wien, systemischer Coach mit Professional-Ausbildung und diversen Fort- und Weiterbildungen, theologische Ausbildung, langjährige Mitarbeit in der liturgischen Gestaltung in der Pallottikirche in Wien, Mitglied der Unio der Pallottiner, Begründer des Prozessmodells Berufungscoaching WaVe® und der Methode Vikobama®.
Gründer und Leiter von WaVe-Zentrum für Wachstum und Veränderung.

Termine:

Teil 1: **18.01.2027** – 22.01.2027

Teil 2: **24.02.2027** – 26.02.2027

Kursleitung: ao. Univ. Prof. Dr. Alexander Kaiser

Weitere Informationen:



Übersicht

Karlheinz H. Arndt Diplom-Heilpädagoge, Lehrtrainer für Biografiearbeit

Sr. Barbara Bierler MSsR Dipl. Theol., Exerzitienbegleiterin, Supervisorin (DGSv)

Dr. Katrin Brockmüller Direktorin des Kath. Bibelwerks, Bibliolog-Trainerin

Dr. Heinrich Dickerhoff Theologe, Märchenerzähler

Alexandra Graßler Unternehmensberaterin, Coach

Dr. Wolfgang Holzschuh Diakon, Pastoraltheologe, Supervisor (DGSv)

Dr. Sabine Holzschuh Pastoraltheologin und Sozialpädagogin, Erwachsenenbildung und Trauerbegleitung

Prof. Dr. Christoph Jacobs Priester der Erzdiözese Paderborn, Dipl. Psych., Dr. Theol., Prof. für Pastoralpsychologie, Paderborn

ao. Univ. Prof. Dr. Alexander Kaiser Berufungsscoaching-WaVe® und der Methode Vikobama®, Gründer und Leiter von WaVe-Zentrum für Wachstum und Veränderung

Anna Kalender Beraterin bei movement Personal- und Unternehmensberatung, Logotherapeutin, Psychologin

Dorothea Kleele-Hartl Geistliche Mentorin für Studierende der Kath. Stiftungs-hochschule in Benediktbeuern und Bibliologtrainerin

Dr. Hubert Klingenberg Studium der Pädagogik, Psychologie und Soziologie, seit 2011 Freiberuflicher Dozent und Coach, Projektmanager und pädagogischer Berater

Hans König Evang. Pfarrer, Supervisor EKvW und DGSv

Dr. Thomas Kroll Ehem. Leiter des Referats Verkündigung, Missionarische Pastoral im Erzbistum Hamburg, Supervisor (DGSv)

Günter Lesinski Kirchenrektor und Hausgeistlicher Haus Werdenfels, Exerzitienbegleiter, Geistlicher Begleiter, Gestaltpädagoge

Mag. Josef Lugmayr Supervisor, Theologe, Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberater

Sr. Magdalena Morgenstern Gestaltpädagogin, Logotherapeutin, Verantwortliche Refugium Haus Werdenfels

Susanne Noffke M.A. Bildungsmanagement, Dipl. Rel.-päd. FH), Coach, Supervisorin, NLP-Lehrtrainerin (DVNLP), Seels. Beraterin

Michaela Pfaffenbichler Tanzleiterin „Bibel getanzt“

Elisabeth Paukner Dipl. Theol., Pastoralreferentin, Direktorin. Haus Werdenfels, Exerzitienbegleiterin, Lehrtrainerin für Biografiearbeit

Michael Pflaum Pfarrer in Erlangen-Süd, Begleiter für kontempl. Exerzitien

Bernhard Possert Coach, Trainer für Führungskräfte, Beratung in Unternehmen, kirchlichen und zivilgesellschaftlichen Organisationen

Dr. med. Michael Rechenmacher M.A. Leiter Zentrum für Palliativmedizin am UK Regensburg

Günter Renner Priester, Leiter Klinikseelsorge am UK Regensburg

Übersicht

Christine Seufert Pastoralreferentin, NLP-Lehrtrainerin (DVNLP), Supervisorin (GPS), Lehrcoach (DVNLP, ECA), Gestalttrainerin (IGB)

Ulrike Simon-Schwesinger Diplom-Religionspädagogin, MBSR/MBCL-Lehrerin (IAS), Lehrerin für Achtsamkeit mit Kindern und Jugendlichen (IAS)

Dr. Christoph Seidl Pfarrer Ausbildung für Logotherapie, Leiter der Dienststelle für Seelsorge für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen der Diözese Regensburg

Dr. Werner Schrüfer Leiter der homiletischen Aus- und Fortbildung im Bistum Regensburg

Bettina Theißen Schauspielerin Trainerin und Bildungsreferentin

Heinrich Weber Pfarrer, Logotherapeut und NLP-Lehrtrainer (DVNLP)


Werdenfelser Laden

Sortiment an Karten, Kerzen, fair gehandelten Produkten und sonstigen Schätzen für vielfältige Gelegenheiten ...

Allgemeine Informationen

→ Kursinformation

Veranstalter aller unserer Fortbildungsseminare ist das Haus Werdenfels und die Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg.

Auf unserer Internetseite www.haus.werdenfels.de finden Sie zum Teil noch ausführlichere Beschreibungen zu den einzelnen Kursen.

→ Weitere Kurse und Seminare

Neben den Werdenfelser Seminaren bietet unser Haus eine breite Palette an Exerzitien, Meditations- und Fastenkursen. Bitte Sonderprospekt anfordern!

→ Anmeldung

per E-mail anmeldung@haus-werdenfels.de oder telefonisch **Telefon 09404 9502-15**, werktags erreichbar von 8.30 – 11.30 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr.

→ Buchung

Die Kursgebühr ist jeweils bei der Ausschreibung angegeben. Bei Stornierung innerhalb 14 Tage vor Kursbeginn berechnen wir eine Verwaltungspauschale von 50,- Euro. Bei Stornierung am Anreisetag fallen die komplette Kursgebühr und die Kosten für die Übernachtung an. Bei einzelnen Kursen gelten besondere Stornobedingungen.

→ Übernachtung und Vollpension

Unsere pauschalen Pensionspreise beinhalten Übernachtung im EZ mit Du/WC und vier Mahlzeiten.

Fünftagekurs	390,- Euro
Viertagekurs	330,- Euro
Dreitagekurs	250,- Euro
Zweitagekurs	175,- Euro



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien

Waldweg 15 · 93152 Nittendorf

Telefon 09404 9502-0

Telefax 09404 9502950

buero@haus-werdenfels.de

www.haus-werdenfels.de

Deutschland

