

# Kurs Geistliche Begleitung

## Kursinhalte

### 1. Kurswoche

*„Hört und ihr werdet leben!“*

Der Kurs hat das Ziel, die Wahrnehmung der Teilnehmer- Innen zu sensibilisieren und über die Sinneserfahrung zu einer Sinn-Erfahrung zu kommen. Durch die Achtsam- keit, durch das bewusste Schulen des Hörens, des Sehens, des Riechens, des Schmeckens und Tastens soll eine Begegnung mit sich selbst, mit den anderen, mit den Dingen, die uns umgeben und letztendlich mit Gott möglich werden. Die Selbsterfahrung auf der Ebene der Selbst- und Anderwahrnehmung ist die Grundlage für die achtsame Aufmerksamkeit in der geistlichen Begleitung.

### 2. Kurswoche

*„Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben“*

Im Kurs wird der eigene Lebensprozess als Weg erfahren, auf dem Gottes Heilshandeln sich zeigt und lebendig wird. Es ist das Ziel des Kurses, die Gesetzmäßigkeiten von Prozessen zu sehen und zu reflektieren. Dazu gehört die Grunderfahrung von Weg und Be-Wegung: stehen, gehen, Sicherheit verlieren, Sicherheit gewinnen, wachsen und verändern. Zusätzlich sollen die TeilnehmerInnen ihren eigenen Begleitungsweg reflektieren und sich erfahrener und erlernter Begleitungshaltungen bewusst werden.

### 3. Kurswoche

*„Gott schuf den Menschen nach seinem Bild“*

Der/die geistliche Begleiter/in steht im Mittelpunkt dieses Kurses. Das eigene Selbstbild, das Menschenbild und das dahinter liegende Gottesbild sollen bewusster und deutlicher gemacht werden. Mit Hilfe der Transaktionsanalyse bekommen die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, sich auf den Kindheits-, Erwachsenen- und Eltern-Ich-Ebenen wahrzunehmen und zu reflektieren. Ziel ist es, die Botschaften, die die Bilder vermitteln, zu erfassen, ins Wort zu bringen und zu modifizieren.

### 4. Kurswoche

*„Miteinander hören und reden lernen“*

In diesem Kurs geht es darum, die eigenen Persönlichkeitsstrukturen wahrzunehmen, besser kennenzulernen und ihre Auswirkung auf den Prozeß geistlicher Begleitung zu erfahren und zu reflektieren. Die eigenen Reaktions- und Aktionsmuster in der Kommunikation auszuloten, Begrenzungen anzuerkennen und Möglichkeiten auszuschöpfen, ist der Inhalt dieser Kurswoche, die theoretisch auf den Erkenntnissen der humanistischen Psychologie (z. B. Typenlehre von Fritz Riemann) fußt.

### 5. Kurswoche - Fastenexerzitien

*„In der Freude des Heiligen Geistes das Osterfest erwarten“*

Dieser Kurs wird als Fastenseminar gestaltet und orientiert sich am Fastenkapitel der Regel des hl. Benedikt. Das Kursziel ist die Exerzitien Erfahrung. Es geht um das Geheimnis des Lebens und des Sterbens, um die Erfahrung, dass der Prozess des Lebens hinführt zur Auferstehung. Die Fastenmethode setzt sich zusammen aus der F.X.Mayr-Kur und dem Teefasten. Diese Kurseinheit dauert eine volle Woche. Bei chronischen physischen und psychischen Erkrankungen muss vorher ein Arzt konsultiert werden.

#### 6. Kurswoche

##### *„Gebrochenheit und Heil erfahren“*

Durch die Erfahrung der eigenen Gebrochenheit und die Erfahrung des Heiles und des Heilens, durch die Wahrnehmung und Reflexion der eigenen Persönlichkeits-störung sollen Möglichkeiten gefunden und eingeübt werden, die einen verantwortlichen Umgang mit Krisensituationen in der geistlichen Begleitung bieten. In diesem Kurs wird versucht, Grundlagen der Neurosenlehre und einer allgemeinen Psychopathologie zu vermitteln. Dazu gehört vor allem der Umgang mit Selbststörungen.

#### 7. Kurswoche

##### *„Methode und Formen der geistlichen Begleitung“*

Wie eine geistliche Begleitung beginnt, welche Voraussetzungen gegeben sein müssen und wie die ersten Gesprächseinheiten gestaltet werden können, ist das eine Kursziel dieser Woche. Das andere ist die Definition dessen, was der/die Einzelne unter geistlicher Begleitung versteht und die Abgrenzung und inhaltliche Bestimmung zu anderen Formen von Begleitungstätigkeit in Seelsorge und Therapie. Strukturelemente und Themeninhalte der geistlichen Begleitung werden beschrieben und näher erklärt.

#### 8. Kurswoche

##### *„Der Prozess der geistlichen Begleitung“*

Der Kurs hat das Ziel, bewusst zu machen, dass die Begleitperson ihr Handeln, Denken und Fühlen reflektieren bzw. in einem Supervisionsprozess klären soll. Anhand von konkreten Situationsbeschreibungen soll die Notwendigkeit der Reflexion und die Modifikation des Verhaltens der Begleitperson eingeübt werden. Wie ich einen Begleitungsprozess zu Ende bringe, auf welche Schwerpunkte ich in der Reflexion Wert zu legen habe und wo Weitervermittlung bzw. Weiterbegleiten angesagt ist, ist das Lernziel dieser Einheit.

#### **Allgemeines:**

##### **Kursort:**

Europakloster Gut Aich, Winkl 2, A-5340 St. Gilgen, Tel. 06227/2318, Fax 06227/2318-33

Das Kloster ist kein Bildungshaus, sondern schafft einen Erfahrungsraum, in dem spirituelles Lernen ermöglicht werden kann. Die KursteilnehmerInnen tragen entscheidend zur spirituellen Atmosphäre des Hauses bei. Es besteht die Möglichkeit, sich während der Kurswochen im Hildegardzentrum behandeln zu lassen. Anmeldung und Information unter 06227/7391.

Die KursteilnehmerInnen sind zum Teil im Gästehaus und zum Teil im Kloster untergebracht. Die Zimmer haben unterschiedlichen Standard. Wir bitten um Verständnis.