

**Ausbildungskurs**

**Geistliche  
Begleitung**

**2023 bis 2025**



**„Brannte nicht unser Herz,  
als er unterwegs mit uns redete?“**

(Lukas 24,32)

## **Ausbildungskurs**

## **Geistliche Begleitung**

**2023 bis 2025**

### **Veranstalter:**

#### **Institut für Spiritualität im Bistum Mainz**

Himmelgasse 7, 55116 Mainz

Tel.: 06131/253-437; Fax: -443

Mail: [institutfuerspiritualitaet@bistum-mainz.de](mailto:institutfuerspiritualitaet@bistum-mainz.de)

<https://bistummainz.de/glaube/institut-spiritualitaet>

### **Verantwortlich:**

#### **Pastoralreferentin Sonja Knapp**

Institut für Spiritualität im Bistum Mainz (s.o.)

Tel. 0176-12539210

Mail: [sonja.knapp@bistum-mainz.de](mailto:sonja.knapp@bistum-mainz.de)

#### **Abteilung Fortbildung und Beratung**

Heringsbrunnengasse 4, 55116 Mainz

Tel.: 06131/253-181; Fax: -576

Mail: [fortbildung@bistum-mainz.de](mailto:fortbildung@bistum-mainz.de)

<https://bistummainz.de/bildung/fortbildung-beratung>

### **Tagungsort**

#### **Geistliches Zentrum Kloster Jakobsberg**

Kloster Jakobsberg 1, 55437 Ockenheim

## Geistliche Begleitung

### als pastorale Aufgabe

#### **Der Fachdienst Geistliche Begleitung (GB) ist ein Grunddienst der Seelsorge für alle Interessierten.**

- Unser Verständnis von GB orientiert sich an der Arbeitshilfe der Pastorkommission der Deutschen Bischofskonferenz „Der kirchliche Dienst der Geistlichen Begleitung“ und den Standards für GB im Bistum Mainz.
- Ziel dieses Fortbildungskurses ist die Qualifizierung von Menschen, die im „Fachdienst Geistliche Begleitung“ Einzelner tätig sind bzw. werden wollen.
- Der Kurs hilft bei der Klärung und Ausformung der eigenen Spiritualität im Sinne des Evangeliums und bietet Handwerkszeug, um GB kompetent und verantwortlich wahrzunehmen.
- GB findet in der Form von Einzelgesprächen statt und ist auf längere Dauer mit regelmäßigen Treffen (etwa 1x im Monat) angelegt.
- GB ist an keinen bestimmten Anlass gebunden. Entscheidend ist die Sehnsucht, das eigene (Glaubens-) Leben und die Gottesbeziehung zu vertiefen. Manchmal bieten jedoch z.B. Lebenswenden, Übergänge, Abschiede oder Exerzitien einen guten Einstieg in die Begleitung.

## Geistliche Begleitung

## Inhalt und Wesen

**Geistliche Begleitung (GB) dient der Wahrnehmung, Klärung und Unterscheidung dessen, was sich im eigenen Leben an inneren Bewegungen regt und wohin der Geist Gottes die Person leiten möchte.**

1. GB lebt von dem, was der\*die Einzelne von sich aus ins Gespräch bringt.
2. GB fördert die Selbsterkenntnis und die Selbstanahme.
3. GB schaut wachsam auf die Spuren Gottes im eigenen Leben.
4. GB hilft bei der „Unterscheidung der Geister“ und bei der Vorbereitung von Entscheidungen.
5. GB ist wachstumsorientiert, sucht in den Krisen und Konflikten, die zum Leben gehören, die Wachstumsmöglichkeiten.
6. GB ist eine gemeinsame Suchbewegung, welche Ausdrucksformen der Spiritualität sich für die jeweils nächste Wegstrecke eignen.

## Ziele

- **Zielgruppe**

Mit diesem Kurs sprechen wir in erster Linie hauptamtliche pastorale Mitarbeiter\*innen an. Darüber hinaus sind einige Plätze für Mitarbeiter\*innen des Caritasverbandes, für ehrenamtlich Engagierte und für Mitglieder evangelischer Landeskirchen reserviert.

- **Unser Ziel ist es,**

- Sie zu befähigen, das eigene Leben in einer ganzheitlichen Spiritualität zu entfalten und aus dem Glauben zu deuten;
- Ihnen „Handwerkszeug“ und „Gesprächsmethoden“ zu vermitteln, die Ihnen helfen, andere Menschen auf ihrem geistlichen Weg zu unterstützen;
- Sie zu ermutigen, ein eigenes Selbstverständnis und eine Rollenidentität als Begleiter\*in auszubilden;
- Sie anzuregen, Ihr eigenes Konzept von Begleitung zu reflektieren und zu entwickeln.

- **Lernverständnis**

Unser Lernkonzept verknüpft die verschiedenen Lernebenen miteinander: **Wissensvermittlung, Erfahrungslernen, Leibarbeit.** Wir verbinden dabei personales, soziales und fachliches Lernen auf dem Hintergrund der Spiritualität der Ignatianischen Exerzitien.

## Lernen

## Kursaufbau

### Der Kurs besteht aus

#### 1. drei aufeinander aufbauenden Abschnitten:

- **erster Kursabschnitt (2023-2024):** 5 x 3 Kurstage  
**Mein Leben – Meine Spiritualität**  
04.-06.10. und 21.-23.11.2023;  
20.-22.02., 23.-25.04. und 25.-27.06.2024
- **zweiter Kursabschnitt (2024):** 11 Kurstage  
**Exerzitien und Auswertung der Exerzitien**  
20.-28.09.2024: Einzelexerzitien  
19.-21.11.2024: Auswertung
- **dritter Kursabschnitt (2025):** 4 x 3 Kurstage  
**Der Dienst der Geistlichen Begleitung**  
*Termine werden noch bekannt gegeben*

#### 2. eigener Begleitungspraxis

(„aktiv“ und „passiv“) während des Kurses

#### 3. kollegialen Reflexionsgruppen

## Kursinhalte

### Erster Kursabschnitt

## Mein Leben Meine Spiritualität

**Der erste Kursteil** befähigt zur Wahrnehmung und Deutung geistlicher Prozesse bei sich selbst und anderen. Im Zentrum steht hier *noch* nicht der Dienst der Geistlichen Begleitung.

Vielmehr geht es zunächst darum, die eigene Lebenswirklichkeit auf dem Hintergrund des Evangeliums wahrzunehmen und auszuwerten:

- **Mein Leben** - Meine Lebens- und Glaubensgeschichte; Eros und Aggression als Grundkräfte des Menschen; Sehnsüchte, Träume und Verheißungen meines Lebens; Schattenseiten, Verwundungen, Schuld
- **Leben in Beziehung** - Menschen, die für mich wichtig waren bzw. sind; meine vielen Rollen; Ängste und Schwierigkeiten im Zusammensein mit anderen; meine Stärken und Schwächen in Beziehungen
- **Leibhaftig leben** - Hören auf den Leib; ganzheitlicher leben lernen; meine Geschlechtlichkeit; leibhaftig beten
- **Leben aus dem Glauben** - Die geistlichen Dimensionen meines Lebens wahrnehmen und deuten; mich erlösen lassen aus unheilvollen Verstrickungen; bereit sein für den Ruf in die Nachfolge: Gott suchen und finden in allen Dingen

## Kursinhalte

### Zweiter Kursabschnitt

## Ignatianische Einzelexerziten Erste Praxiserfahrung

**Beim zweiten Kursabschnitt** stehen **8-tägige Einzel-exerziten in der Kursgruppe** im Mittelpunkt.

### Ignatianische Exerziten sind...

... eine **Antwort auf die Sehnsucht** nach wirklich tragender Glaubenserfahrung, nach einer tiefen Begegnung mit sich selbst, mit anderen Menschen, mit Gott;

... ein **Übungsweg**, der helfen will, feinfühlig zu werden für die Gegenwart Gottes im persönlichen Leben;

... ein **Erfahrungsweg**, Gott aus dem Leben heraus und das Leben von Gott her zu verstehen, denn Gott und das Leben gehören zusammen;

... ein **Verwandlungsweg**, ein Weg, sich bereit zu machen, dass Gott das ganze Leben in ein „Leben in Fülle“ verwandeln will.

Außerdem dient dieser Kursteil der (angeleiteten und unterstützten) **praktischen Einübung in geistliche Gesprächsführung**.



## Kursinhalte

### Dritter Kursabschnitt

## Geistliche Begleitung

**Im dritten Kursabschnitt** geht es konkret um die Befähigung zum Dienst der Geistlichen Begleitung:

- **Der Fachdienst Geistliche Begleitung**
  - Zielsetzung der Geistlichen Begleitung; Grundaufgaben und Grundhaltungen der Gesprächsführung; Inhalte der Geistlichen Begleitungsgespräche; Begleitung als Weggeschehen.
  - Erstgespräch und Kontrakt; Rolle und Aufgabe des\*r Geistlichen Begleiter\*in; mögliche Fehler und Fallen im Begleitungsgespräch; Umgang mit Widerständen.
- **„Handwerkszeug“ des\*r Begleiter\*in**
  - Grundwissen für helfende Gespräche und Begleitung wie z. B. Umgang mit Grenzen, Grundmustern und Fehlformen menschlicher Beziehungen;
  - Übungen wie z. B. Weisen des Gebetes, Unterscheidung der Geister, Umgang mit inneren Bildern;
  - Deutung des eigenen Lebens mit Hilfe der Heiligen Schrift;
  - Hilfen zur Einübung von Achtsamkeit;
  - Anregungen zur eigenen Psychohygiene und Entlastung;
  - Grenzen der GB, Abgrenzung zur Psychotherapie

## **Kursgruppe**

### **Die Kursgruppe**

- Maximale Größe: 20 Personen
- Hauptamtliche Mitarbeiter\*innen aus allen pastoralen Berufsgruppen und der Caritas
- Interessierte ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen

## **Teilnahme**

### **Teilnahmevoraussetzungen**

- Mindestalter 30 Jahre
- Ca. 5 Jahre Berufserfahrung
- Teilnahme an Kursen wie z. B. Gesprächsführung und Selbsterfahrung
- (Einzel-)Exerzitien Erfahrung
- Eigene geistliche Begleitung
- Bereitschaft, nach dem Abschluss des Kurses Geistliche Begleitung anzubieten

# Organisation

**Mobiler Zugang  
zur Ausschreibung  
und zu aktuellen Informationen**



<http://geistliche-begleitung.bistummainz.de>

## Kosten

- Übernachtung, Verpflegung und Kursgebühr: 5.160 Euro bei 38 Kurstagen (140€/ Kurstag, 120€/ Exerzitientag), vorbehaltlich gesetzlicher Änderungen
- Oft sind Zuschüsse vom Dienstgeber möglich
- Bei Teilnehmer\*innen aus dem Bistum Mainz fällt nur die übliche Selbstbeteiligung an
- Ehrenamtliche zahlen einen stark ermäßigten Beitrag

## Zertifikat

- Am Kursende erhält jede\*r Teilnehmer\*in ein Zertifikat mit Teilnahmebestätigung und Kursinhalten

## Kursleitung

- **Sonja Knapp**  
Pastoralreferentin, Institut für Spiritualität Mainz

## Referent\*innen

- **Dr. theol. Dipl. Psych. Bernhard Deister**  
Pastoralreferent, Institut für Spiritualität Mainz
- **Andreas Wulf**  
Improvisationsschauspieler, Stuttgart
- **Dipl.-Psych. Tatsanie Inthraphuvasak**  
Psychotherapeutin, Darmstadt
- **Andreas Münster**  
Pastoralreferent, Institut für Spiritualität Mainz

## Fragen?

**Sonja Knapp**

0176-12539210

sonja.knapp@bistum-mainz.de

## Anmeldung

**Bischöfliches Ordinariat**

**Abteilung Fortbildung und  
Beratung**

Postfach 1650, 55005 Mainz

Tel.: 06131/253-181

Fax: -576

fortbildung@bistum-mainz.de

<https://bistummainz.de/bildung/fortbildung-beratung>

## Sie haben Interesse?

**Die Kursleitung steht Ihnen gerne für Rückfragen zur Verfügung**

**Über die Homepage der Abteilung Fortbildung und Beratung können Sie sich online anmelden.**

**Im Anschluss daran erhalten Sie einen Fragebogen, den wir Sie bitten zu bearbeiten:**

- Persönliche Daten
- Ausbildung/ beruflicher Werdegang
- Weiterbildung, Selbsterfahrung, Supervision
- Tätigkeitsfeld(er)
- Exerziatenerfahrungen und Erfahrungen mit GB
- Ideen und Wünsche für den Kurs

**Anmeldeschluss ist der 24. März 2023.**

Die endgültige Zusammensetzung der Kursgruppe entscheidet sich nach einem **Auswahltag am 24. Mai 2023** auf dem Jakobsberg, zu dem alle in die engere Auswahl genommenen Bewerber\*innen eingeladen werden.