

“

Unsere Fähigkeit
zur inneren
Gestaltungs-,
Widerstands- und
Veränderungskraft
umfasst Körper,
Geist und Sinn, sowie
Herz und Seele.

KONTAKT



Geistliches Zentrum Schwanberg e.V.
Schwanberg 1+3
97348 Rödelsee



09323-32128



09323-32116



rezeption@schwanberg.de



www.kloster-schwanberg.de



Sparkasse Mainfranken
IBAN: DE13 7905 0000 0048 9521 21
BIC: BYLADEM1SWU

Evangelisches
KL+STER
SCHWANBERG

**Fortbildung zum/zur
Resilienz- und
Achtsamkeitstrainer*in**

Zertifikatskurs
2025/2026



ZIELGRUPPE

Berater*innen, Coaches, Supervisoren, seelsorgerliches Personal in unterschiedlichen Funktionen, Therapeut*innen, Pädagog*innen und alle Interessierten.

KURSBESCHREIBUNG

Tiefe Selbstannahme ist eine wesentliche Kraftquelle, um mit Hindernissen im Alltag und Beruf konstruktiv umgehen zu können. Diese Selbstannahme gründet sich in Gottes bedingungslosem Ja zu einem jeden und einer jeden von uns.

Neben der fachlichen und methodischen Kompetenz liegt der Fokus auf dem Aspekt einer achtsamen, sinn- und wertorientierten Haltung als Merkmal professioneller Resilienz- und Achtsamkeitstrainer*innen. Resilienz wird auch als eine Form von Spiritualität bezeichnet, daher ist es wichtig, dass Resilienztrainer*innen sich ihrer eigenen Weltanschauung bewusst sind, um ihren Klienten einen offenen Raum zur Reflexion bieten zu können.

Leitung:

Dr. Isolde Macho
Theologin, Mediatorin, dialogisch-systemische Beraterin, Aufstellungsleiterin, Coach und Supervisorin, Traumaberaterin (PITT), Dozentin, Buchautorin

KURSTERMINE

Mittwoch, 01.10. - Freitag, 03.10.2025

Mit sich selbst befreundet sein

Selbstannahme Grundlagen: Was meint Resilienz? Geschichte und Forschung, Biographiearbeit: Kraftquellen im eigenen Leben entdecken, Ich – Selbst – Aufstellung: Geborgen in Gottes Hand

Mittwoch, 03.12. - Freitag, 05.12.2025

Wir gestalten Lösungen

Einführung in lösungsorientierte Gesprächsführung, systemische Interventionen im Einzelsetting mit dem Systembrett und mit Bodenankern, konstruktiver Umgang mit heftigen Gefühlen

Mittwoch, 25.03. - Freitag, 27.03.2026

Wir übernehmen Verantwortung

Resilienz in der Familie: Erkennen und ressourcenorientiertes Bearbeiten von generationsübergreifenden Verstrickungen, Trauma und Resilienz: Verantwort für sich selbst übernehmen

Mittwoch, 10.06. - Freitag, 12.06.2026

Beziehungen, die uns guttun

Beziehung zu mir (Integration innerer Anteile) und zu meiner Körperlichkeit, Beziehung zum Du, Geborgen in Gott: Übungen und Reflexion von Gottesbildern, Weltanschauungen, etc.

Mittwoch, 21.10. - Freitag, 23.10.2026

Scheitern gibt dem Leben Tiefe

Konstruktiver Umgang mit Scham, Schuld und Angst, Resilienz und Leistung: Grenzen setzen und für sich selbst aufkommen, Fehler machen und Scheitern als Ressourcen

KOSTEN

Kurs 25-603	Preis
Kursgebühr (gesamt)	1.990 €
Unterkunft und Verpflegung im Schloss (pro Kurs)	163 - 223 €

ANMELDUNG

Für Ihre Anmeldung nutzen Sie bitte die Möglichkeit auf unserer Website unter kloster-schwanberg.de



Möchten Sie sich schriftlich anmelden, senden Sie Ihre Anmeldung bitte an:

Evangelisches Kloster Schwanberg
– Rezeption –
Schwanberg 3
97348 Rödelsee

Telefonische Anmeldungen sind leider nicht möglich!