



- lich
Willkommen!

1. Vereinstreffen 2025 Herzenshöhe

Thema:



Transformation &
Wandel

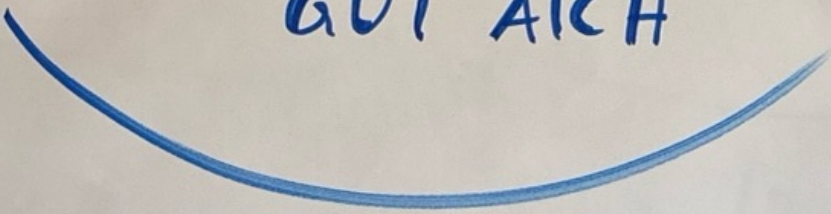
Kloster Gut Aich

27./28. Feb.

Thomas

Hervorlich
willkommen!

IM
EUROPA KLOSTER
GUT AICH



Arbeitsstruktur

1600

- Ankommen
- Einsteigen
- Auswertung Umfrage
Maßnahmen det.

Abendessen

- Themen Roadmap
2025 & Termine

- Online-Format
Termine 2025

2030

Socializing
Hotel

0830

- Ankommen / Stille
- Transformation & Wandel
- Der NERV unserer Zeit!
 - = Interviews 
 - = Themen / Perspektiven
 - = Moderierter Austausch

1115

EA / Stille 

1230

Mittagessen

1330

- Journaling
- Outdoor & Lösungsansätze
- Sharing
- Action Pläne
- Retro & Ende

~1630

Mitglieder Befragung

① Was löst es bei mir aus, wenn ich das Ergebnis der Befragung lese?
(Bild | Begriff)

② Was ist der Auftrag an den Verein, Vorstand, Mitglieder aus der Befragung?
(PostIt)

③ Wie gelingt es, diese Aufgaben zu operationalisieren, ohne Vereinstreffen zu kanibalisieren?
(PostIt)

Loß-Gruppe 26'

(Bücher) lesen

- Wille, Gewissen, Liebe
- Hellen (genauig) in Beziehung leben
- Wutvoll + Rechtssinn
- Grund
- Freundschaft
- Würdigung
- Sein in der Welt

Interesse
Berührtheit
Kern
Vereinszweck wurde
bestätigt → Befriedigung

Bild Ein
Kreis vom
Menschen im
Gespräch
in dem die
Zeit in der Zeit
steht

Intensive
Befassung
→ mehr
Klarheit

Mitglieder Befrag

Diversität
Verbindung
bunt-Vielfalt
Hervorroll
Freude Neugierde

→ Individ.
• ga
• Treffen ist

Booker's

Auftrag - 10
Kommunikation
- Bedarf
→ Ziel Zweck
① Klärung

Bindung
entsteht durch
Teilhabe
Wie geht das
Einbringen

Schlechtes
Gewissen?

Auftrag →
aus Kurzweil
Wurzeln
im Leben
entstehen

km - d. h.
zu deinem
Wachstum
in der neuen
Lebenslage

II Aufträge

→ stabile
Mitglieder
Gruppe →
Wie 2 wer 2
→ Klarheit

Auftrag 1
Neue
gut integrieren
②

→ keine
Erwartungen,
Sollen, Aufgaben
→ Vorstand
→ Mitglieder

Klarheit
→ Gefühlswort
Viel da
→ braucht ein
Wort

Auftrag -
Balance ③
Inhalte (org.)
vs. Inhalt
Freiwillig

S.O. ②
Erwartung -
Befragung
Austausch
Forum

Reinigung
8 1
8 2
28 - 8. Punkt

→ Schwindel
die Thema bringt
hoh - Angewandte

Forschung?

→ Anweisung
Lernform
gut
→ Rita Fodor
haben
→ 2. Seminar → in
Kleider

Spannungs-
feld
Konsument
→ auch
darf
Teilgeber!

Spannung
ohne
Lebens-
u. Angebots-
Druck

Stabilität
soll stabil
neue
soll stabil
stabilität

→ Menschen, die
dann kommen
sollen kompatibel
sein

III Operationalisieren

Am Punkt
sein →
Themen,
die Mitglieder
berühren

Auftrag
→ gemeinsame
Termin
koordinieren

→ Hitzegerüst
Austausch zu
werden
Was lapid schließt
das Thema
→ 2. Seminar
→ 2. Seminar
→ 2. Seminar
→ 2. Seminar

Es braucht
Lern +
Gut
(unimultihel)

S.O. 1 Ein -
Organisations-
③ Rahmen
offen
geplant

Sinn -
operation
→ nicht f ①
alle notwendig
Kocher ideal
WIL - Tage

Vor -
→ Thema abklären
→ Plan für Jahr
→ Termin
→ Termin
→ Termin

Mitglieder Befragung / Umsetzung

was

Wer arbeitet mit

bis

In den Verein kommen:
Hfz festlegen

Jahresprogramm ↓

Vorstand
Rolle klären

WACHSTUM durch
VERBINDUNG

Was ist
das?

admap 2025!

Wachstum

Transformation & Wandel

1. Treffen

Paradigmen-
wechsel &
Auswirkungen

Strategien
und
Umgang
mit Angst

Zuversicht

Bedürfnis
nach
Sicherheit

innere/äußere
Zustände/
Dynamiken

hin zur
Selbst-
verantwortung

(Selbst-) Führung

2. Treffen

11/12
12./13.
Juni

eigene
Biographie
Wendepunkte
Nege

Natur
Pädagogik
"Räuber des
Lebens"

gelungenes
Lebens-Modell
in dynam.
Zufall

IFS
(Richard C.
Schwartz)

FREUD-
STEUERUNG
AUTOPILOT

GAIA
Prinzip
verdrängen

Natur vs.
Social Media
"Fokus: Jugend"

20/21.6.
3/4. 07.
22/23. 05.
15/16. 05.

Persönliches Wachstum & Resilienz

3. Treffen

Kreativität

Spiritualität
im Jahres-
Rhythmus

aufeinander
Zugehen

Authentizität
Stimme

Vertrauen
Stärken

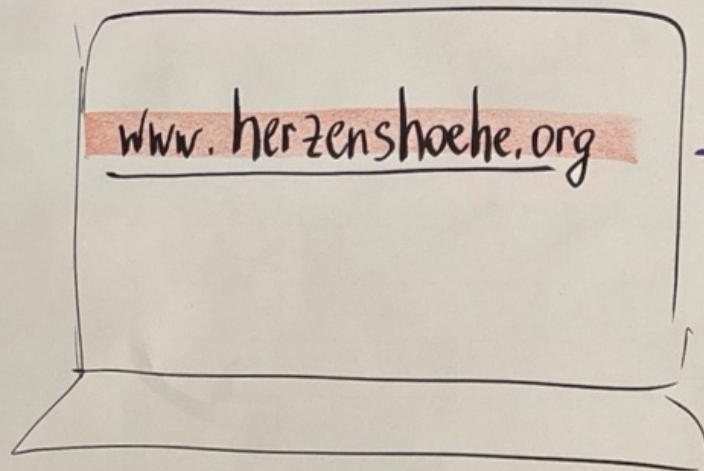
Neutrale
Begegnungen

Dank-
barkeit

6/7. 11. 25
4/5. 12. 25

13./14.
Nov

Herzenshöhe WEB-Site



Aktuelles

- > Termine
- > Befragung

Mitgliederseite

[Am Ende]

Passwort: HH2025!

Info Kanal
+
Mittelpunkt

► Kalender

► Online Format + Meeting Links [JITS]

► 3x Whiteboards ... Facts
Veranstaltungen
Themen



MIRO

Online-Format

02.04.
1830-2000
✓

07.05.
1830-2000

10.09.
1830-2000

22.10.
1830-2000

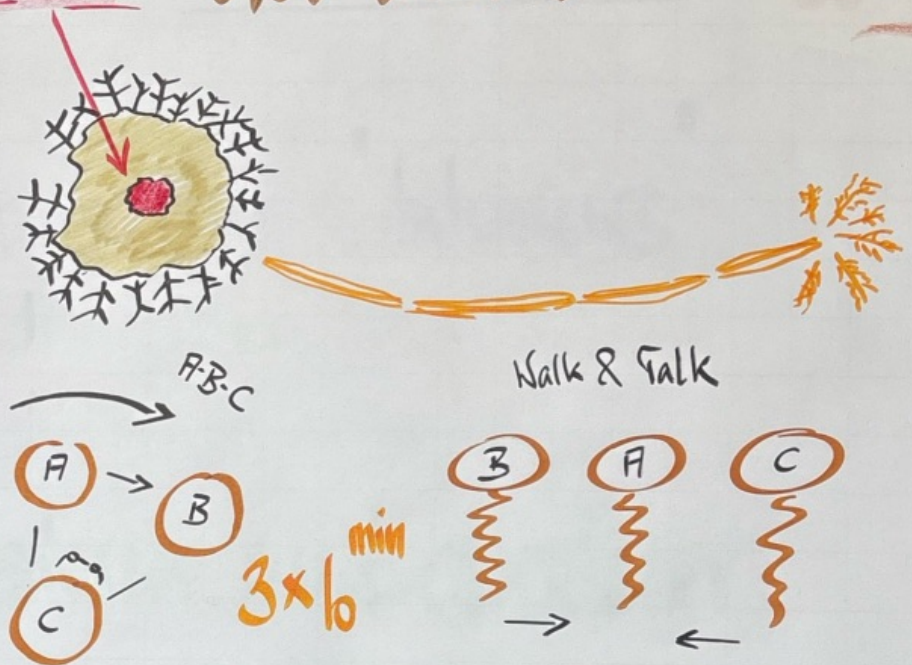
- Was beschäftigt und bewegt mich gerade?
- Welche Entwicklungen bereiten dir Sorgen?
- Was ist dafür der größte Schuldige?
- Warum?

- gesellschaftlich, global, politisch
- Familie, Partnerschaft, Kinder
- Organisationen, Institutionen, Schulen



Der NERV der Zeit!

Explorative Interviews



- Was beschäftigt und bewegt ^{dich} mich gerade?
- Welche Entwicklungen bereiten dir Sorgen?
- Was ist derzeit dein größter Schmerz?
- Warum?

Perspektiven ??

pro Thema
1 Post It

- = gesellschaftlich, global, geopolitisch
- = Familie, Partnerschaft, Kinder
- = Organisationen, Institutionen, Schulen

→ was verschiebt sich/verändert sich gerade

(Verlust der)
Dialog-
fähigkeit

Schwindende
Diskurs-
fähigkeit

Prozess
der Mit-
teilens
blockiert

Stigma-
tisierung

Virtuelle
Kunstwelten
ohne
Haptik

Jugend: Wer
sich treffen
will, "muss"
online
gehört werden

Algorithmen
bestimmen
Filter-Bubbles

Tod-
friedvoll
loslassen
Sterben
Transformation

Leichtigkeit ist
die Widersprüchlichkeit
auszuhalten →
viele Menschen im
Innen eine positive
Zukunft der Verbundenheit

Spannung
auszuhalten -
Ent - Spannung
sowohl als auch + Entbehrung

"Wie geht es
Dir wirklich?"
⇒ Irritation

Ruhe-
losigkeit

Orientierung
im Außen,
Ent-
tarnung

(FRAD)
SEIN DÜRFEN

FÜR KINDER
IN MICH
VERTRAUEN
FÜR
MICH

"Tropf der
Fluss des
Lebens noch?
Ist es noch
wirklich?"

Stillstand
macht
mir
Angst!

Beschleunigung
↓
Informations-
verarbeitung
↓
Autopilot
Fehlende
Verbindung
zum
innersten
Kern

Generationen
abgrenzen
wünscht
verstehen
"verbinden"

Selbst-
verständnis
Abgrenzen / Grenzen
Aussagen
ERLAUBER!

SELBST-
BESTIMMUNG
ok
vs.
Fremdbestimmung

Mittel
Nerv & Zeit
Das Gefühl zu Hause
nicht mehr lassen -
Vertrauen das Gefühl der
Sicherheit zu Hause
(Wann das noch möglich ist)
Im Anschluss zu
überprüfen

Stille

jeder für sich auf seine
persönliche Art u. Weise

11:15 Uhr | Meditieren mit Padres

Spazieren gehen
...

Persönliche Notizen: Wohin wandert
Aufmerksamkeit?

- = Welche Emotionen/Gefühle waren spürbar?
- = Welche Gedanken haben sich gezeigt?
- = Welche körperlichen Signale konntest du wahrnehmen?

Journaling

Veränderung &
Wandel

- = Wo habe ich im eigenen Leben Veränderung erlebt?
- = Welche Phasen habe ich erlebt (ups/downs)?
- = Wo habe ich aktiv gestaltet, wo habe ich die Dinge sich entwickeln lassen?
- = Was stabilisierte, was gab Schwung und Energie?
- = Was würde ich heute ebenso, was anders machen?
- = Wie gestalte ich die Übergangsphasen (die Zwischenräume)?
- = Wie verankerte ich neues Wachstum?

Perspektiven-Gruppen

TALKENSTEIN-
WAND



... in Bezug auf unser
Thema ...

Leitfragen:

- I. Was ist das Gute im Schlechten?
- II. Welche Möglichkeiten/Chancen könnten sich daraus ergeben?
- III. Welche Ressourcen in meinem Leben stärken mich bei diesem Thema?

⇒ Gestaltungskraft:

- = Was können wir daraus lernen?
- = Worauf haben wir Einfluß?
- = Was kann ich beitragen/verändern und aktiv gestalten?

Action Plan

- ① Was werde ich anpacken / verändern / pro aktiv gestalten?
- ② Was wird sich in meinem Verhalten bzw. an meiner Rolle deutlich ändern?
- ③ Woran werden andere merken, dass ich unterwegs bin? Wer konkret?
- ④ Welches "ETWAS" (= Gegenstand am Wegrand) findet mich, das für mich für meine Veränderung steht?

