

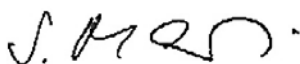
## Das Seminarprogramm 2025

Sie halten - physisch oder 'virtuell' – das Seminarangebot zur Existenzanalyse 2025 in Ihren Händen. Es beinhaltet sowohl jährlich wiederkehrende Seminar zur EA wie beispielsweise das Einführungsseminar oder auch das existenzielle Coaching- und Führungsseminar. Und es beinhaltet auch zahlreiche neue Seminare wie beispielsweise eine vertiefendes Coaching-Seminar oder Seminare zu den Themen Intuition, Grenzen und engagierte Gelassenheit.

Mit dieser Seminarlandschaft möchte ich eine Möglichkeit bieten, dass Sie sich mit der Existenzanalyse vertraut machen können: Für sich persönlich mit Blick auf die persönliche Lebensgestaltung und auch hinsichtlich Ihrer privaten und beruflichen Rollen.

Die Seminare finden wiederum im Schloss Wartegg am Bodensee statt – ein kraftvoller Seminarort mit einem wunderbaren Ambiente.

Lassen Sie sich von dieser Seminarbroschüre anregen und inspirieren. Ich würde mich freuen, Dich/Sie im einen oder anderen Seminar willkommen heißen zu dürfen.



Stefan Marti

# Inhaltsverzeichnis

Hier ein Überblick über den Inhalt dieses Seminarprogramms:

	<b>Seite</b>
Die Philosophie des Seminarangebots	3
Das Seminarprogramm 2025 im chronologischen Überblick	4
<b>Seminare</b>	
Einführung in die Existenzanalyse	5
Existenzielles Coaching 1	7
Existenzielles Coaching 2 <b>NEU</b>	9
Existenzielle Führung	11
Existenzielle Arbeit mit Gruppen	13
Das Herbst-Seminar   Die Kunst, engagierter Gelassenheit <b>NEU</b>	15
FreiTags-Seminar   Geheimnis Intuition <b>NEU</b>	17
FreiTags-Seminar   Grenzen <b>NEU</b>	19
Massgeschneiderte Seminare <b>NEU</b>	
<b>Ergänzendes Angebot</b>	
Supervision in Kleingruppen	21
CAS Organisationsentwicklung und -beratung	22
'EA-Impuls' – Vorträge auf YouTube	22
Was Sie sich von einer Fortbildung in der EA versprechen können	23
Was Teilnehmende sagen...	25
Der Seminarort: Schloss Wartegg	27
Anmeldung und das Kleingedruckte	28
Kontaktadresse	28
Anhang: Was ist die Existenzanalyse (EA)?	29

## Die Philosophie des Seminarangebots

Die Existenzanalyse (EA) ist ein substanzieller und ganzheitlicher Ansatz für die Arbeit mit Menschen, Teams und Organisationen. Die EA gründet in den Arbeiten von Viktor Frankl und vereint psychologische und philosophische Sichtweisen gleichermaßen. Zentrale Themen der EA sind Sinn, Werte, Authentizität und Lebenserfüllung. Die EA versteht den Menschen als freies, verantwortliches Wesen, das den Schlüssel für ein gelingendes und sinnerfülltes Leben selbst in der Hand hat. Die EA gilt auch als Grammatik gelingenden Lebens und ist dank ihrer Tiefgründigkeit eine Schatzkiste für die professionelle Arbeit mit Menschen. Die EA hat ein breites Anwendungsspektrum: Selbstführung, persönliche Lebensgestaltung, Coaching, Führung, Personal-, Team- und Organisationsentwicklung, Workshopmoderation, soziale Arbeit, Medizin, Pädagogik, Sport, Seelsorge und Psychotherapie.

### Ein modulares Seminarkonzept

Mit diesem Seminarangebot möchte ich eine Gelegenheit anbieten, sich mit der EA vertraut zu machen und die EA zu erlernen. Das modular aufgebaute Seminarangebot besteht sowohl aus jährlich wiederkehrenden als auch aus jährlich sich verändernden und neuen Themen. Dies ermöglicht einen (mehrjährigen) massgeschneiderten persönlichen Lern- und Entwicklungsweg zum Dranbleiben, Weiterweben, Verinnerlichen der EA. Die Seminare haben unterschiedlichen Charakter. Hier ein Überblick:

#### Einführungsseminar - der ideale Einstieg in die EA

Eine kompakte Übersicht über die EA über die Inhalte und Kernkonzepte der EA

#### Methodenseminare - die EA in der praktischen Anwendung

- Existenzielles Coaching 1
- Existenzielles Coaching 2 (Vertiefungsseminar)
- Existenzielle Arbeit mit Gruppen (Workshops und Seminare leiten)
- Existenzielle Führung

#### Inhaltliche Vertiefungsseminare - an der EA dranbleiben

- FreiTags-Seminar 'Geheimnis Intuition'
- FreiTags-Seminar 'Grenzen'
- Herbstseminar 'Die Kunst engagierter Gelassenheit'
- CAS Organisationsentwicklung und -beratung

#### Massgeschneiderte Seminare – EA konkret

- Massgeschneiderte firmeninterne Seminare
- Seminare für Beratenden-Netzwerke

#### Supervision, Coaching – EA konkret und persönlich

- Supervision für Einzelpersonen und Kleingruppen – die EA in der konkreten praktischen Anwendung
- Persönliches Coaching – die EA selbst erleben

#### Monatlicher Vortrag zur Angewandten EA auf YouTube

Um das Dranbleiben an der EA zu unterstützen, veröffentliche ich auf meinem YouTube-Kanal 'Lernweg EA' monatlich einen Vortrag zur angewandten EA

**«Wir unterschätzen das, was wir haben,  
und überschätzen das, was wir sind.»  
Marie von Ebner-Eschenbach**

## Das Seminarprogramm 2025 im chronologischen Überblick

Seminar	Dauer	Datum
Einführung in die Existenzanalyse	3 Tage	9.-11. April 2025
Existenzielle Arbeit mit Gruppen	3 Tage	12.-14. Mai 2025
FreiTags-Seminar   Geheimnis Intuition	1 Tag	20. Juni 2025
Existenzielles Coaching 1	3 Tage	30. Juni - 2. Juli 2025
Existenzielle Führung	3 Tage	27. -29. Aug. 2025
FreiTags-Seminar   Grenzen	1 Tag	12. Sept. 2025
Existenzielles Coaching 2	3 Tage	1.-3. Okt. 2025
Einführung in die Existenzanalyse	3 Tage	19.-21. Nov. 2025
Das Herbst-Seminar   Engagierte Gelassenheit	2 Tage	4.-5. Dez. 2025
Massgeschneiderte Seminare		Nach Absprache
Supervision in Kleingruppen	3 h	Nach Absprache
CAS Organisationsentwicklung und -beratung		Start März u. Nov. 2025

Die detaillierten Inhalte dieser Seminare sind im Folgenden beschrieben.



**«Wenn mein Herz mit mir einig ist, so wird die Seele glücklich sein»**

**Altes Ägypten**

# Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse'

## Das Seminar

Das dreitägige Seminar bietet eine kompakte und systematische Einführung in die Existenzanalyse. Die grundlegenden Zusammenhänge, Kernideen und Konzepte des existentiellen Paradigmas und der Existenzanalyse werden in übersichtlicher Form zur Verfügung gestellt. Damit soll die existenzielle Sicht- und Arbeitsweise für sich persönlich und für den eigenen beruflichen Kontext erschlossen werden können. Im Zentrum steht das Kennenlernen und Verstehen der vier existenziellen Grundmotivationen mit ihren Grundthemen und ihrer Systematik. Damit lernen Sie einen differenzierten, tiefgründigen und systematischen Orientierungsrahmen für Ihre professionelle Arbeit mit Menschen kennen und können Verbindungen zu Ihrer bisherigen Praxis herstellen. Das Seminar erschliesst das reiche Universum des existenziellen Paradigmas.

Die Seminarinhalte werden konsequent mit der eigenen Person und dem eigenen Lebensweg in Bezug gesetzt – es findet also auch eine persönliche Auseinandersetzung mit den Inhalten der EA statt.

Das Seminar kann als isoliertes Seminar besucht werden, um die EA kennen zu lernen. Das Seminar könnte aber auch die Basis für anschließende vertiefende Fortbildungen im Rahmen des EA-Lernwegs sein.



## Themen und Inhalte

- Philosophische Grundlagen, Inhalte und Hauptexponenten des existenziellen Paradigmas
- Kernkonzepte der Logotherapie nach Viktor Frankl
- Überblick über die heutige Existenzanalyse nach Alfred Längle
- Das Menschenbild der Existenzanalyse
- Die vier existenziellen Grundmotivationen
- Systematik der Grundmotivationen
- Copingreaktionen und Psychodynamik
- Grundzüge der Phänomenologie
- Freiheit und Verantwortung
- Zustimmung
- Werte
- Selbstwert
- Authentizität
- Schlüsselkonzept Person
- Sinn
- Anwendungsfelder und Arbeitsweise der Existenzanalyse

## **Zielgruppe und Teilnehmende Seminar**

Die Fortbildung richtet sich an Personen, welche die Existenzanalyse kennenlernen möchten:

- Coaches, Beratende, Trainer:innen, HR Professionals
- Fachpersonen aus sozialer Arbeit, Medizin, Sport, Seelsorge und Psychotherapie
- Team- und Organisationsentwickler:innen
- Führungskräfte
- Lehrpersonen

Und an alle Menschen, die sich mit sich und ihrer persönlichen Lebensgestaltung vertiefter auseinandersetzen möchten.

## **Voraussetzungen**

Das Seminar basiert methodisch auf dem Dreiklang Inhalt, persönliche Auseinandersetzung und Praxis. Die Bereitschaft, sich mit den Seminarinhalten persönlich auseinanderzusetzen, wird daher vorausgesetzt.

## **Daten der Durchführungen**

Durchführung 1: 9.-11. April 2025

Durchführung 2: 19.-21. Nov. 2025

## **Ort und Zeiten**

### **Ort**

Schloss Wartegg  
von Blarer-Weg 1  
CH-9404 Rorschacherberg  
www.wartegg.ch

### **Kurszeiten**

Erster Tag: 09.00 bis 18.30 Uhr  
Zweiter Tag: 08.30 bis 18.30 Uhr  
Dritter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

## **Kosten**

Die Seminargebühr beträgt CHF 1180.-

Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an, welche vor Ort beglichen werden können.

**«Wer rückwärts blickt, gibt sich verloren:  
wer lebt und leben will, muss vorwärts sehen.»**

**Ricarda Huch**



# Seminar 'Existenzielles Coaching 1'

## Das Seminar

Dieses dreitägige Seminar bietet eine solide Einführung in das existenzielle Coaching. Die grundlegenden Konzepte und Methoden des existenziellen Coachings werden in übersichtlicher Form dargestellt und angewendet. Schwerpunkte des Seminars sind die personale-phänomenologische Gesprächsführung, das grundlegende existenzielle Vorgehensmodell sowie die konkrete Arbeit mit den vier Grundmotivationen im Coaching. Die Themen Willensbildung und Entscheidung sowie ausgewählte praktische Anwendungsbeispiele des existenziellen Coachings runden das Seminar ab.

Da die eigene Person das zentrale Instrument im Coaching ist, findet auch eine explizite Auseinandersetzung mit der eigenen Person und Haltung als Coach statt. Das Seminar beinhaltet kurze theoretische Impulse mit anschließendem Einüben sowie vertiefende Diskussionen im Plenum.

Das Seminar, welches auch als Vertiefung der Existenzanalyse gedacht ist, eignet sich sowohl für beratende als auch für führende oder lehrende Personen gleichermaßen.



## Themen und Inhalte

- Existenzielles Coaching im Überblick
- Kernelemente und Wesensmerkmale des existenziellen Coachings
- Phänomenologie konkret
- Personal-phänomenologische Gesprächsführung
- Dialogfeld
- Das Prozessmodell der Existenzanalyse: Grundmodell und Variationen
- Die Dynamik von Freiheit und Sinn in Gang bringen
- Personale Ressourcen aktivieren
- Der Willensbildungs- und Entscheidungsprozess
- Der Einsatz des Strukturmodells im Coaching
- Begegnung und Konfrontation
- Coach als Person / Grundlegende Haltung
- Integrative Arbeitsweise
- Praxisbeispiele

## **Zielgruppe und Teilnehmende**

Die Fortbildung richtet sich an Personen, welche die existenzielle Arbeit mit Einzelpersonen kennenlernen möchten und so ihre bisherige Praxis in der Arbeit mit Einzelpersonen erweitern möchten:

- Coaches, Beratende, Trainer:innen, HR Professionals
- Fachpersonen aus sozialer Arbeit, Medizin, Sport, Seelsorge und Psychotherapie
- Team- und Organisationsentwickler:innen
- Lehrpersonen
- Führungskräfte

## **Voraussetzungen**

Das Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse' bietet eine wichtige Grundlage für das Seminar. Das vorgängige Besuchen dieses Seminars wird daher empfohlen, ist aber keine Bedingung. Das Seminar richtet sich an Personen, die bereits Erfahrung in der Arbeit als Coach oder Prozessbegleiter:in haben.

## **Datum der Durchführungen**

30. Juni – 2. Juli 2025

## **Ort und Zeiten**

### **Ort**

Schloss Wartegg  
von Blarer-Weg 1  
CH-9404 Rorschacherberg  
[www.wartegg.ch](http://www.wartegg.ch)

### **Kurszeiten**

Erster Tag: 09.00 bis 18.30 Uhr  
Zweiter Tag: 08.30 bis 18.30 Uhr  
Dritter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

## **Kosten**

Die Seminargebühr beträgt CHF 1250.-  
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

**«An den Scheidewegen des Lebens stehen keine Wegweiser.»**

**Charlie Chaplin**



# Seminar 'Existenzielles Coaching 2'

## Das Seminar

Dieses dreitägige Seminar ist ein Vertiefungsseminar zum existenziellen Coaching bzw. zur existenziellen Gesprächsführung. Die EA beinhaltet neben grundlegenden Prozessmodell (PEA) auch ein breites Spektrum an Themen-spezifischen Coachingmethoden und Konzepten. Diese zu kennen, kann für die persönliche Coachingpraxis sehr nützlich sein. Das existenzielle Coaching greift jedoch nicht nur auf originäre Methoden und Techniken aus der EA zurück - die EA ist explizit sehr methodenoffen. Im Sinn einer integrativen Arbeitsweise wird auf den Erfahrungsschatz anderer Schulen zurückgegriffen – ganz im Sinne: das Beste aus allen Richtungen. In diesem Seminar steht daher die integrative und themenspezifische Arbeitsweise im Coaching im Zentrum.

Letztlich ist jedoch die eigene Person als Coach das zentrale Instrument im Coaching. Daher findet auch in diesem Seminar eine explizite Auseinandersetzung mit der eigenen Person und Haltung als Coach statt.

Das Seminar beinhaltet kurze theoretische Impulse mit anschliessendem Einüben sowie vertiefende Diskussionen im Plenum. Das Seminar ist auch eine gute Möglichkeit, die EA inhaltlich zu vertiefen. Es ist ein Seminar aus der Praxis für die Praxis.



Das Seminar eignet sich sowohl für beratende als auch für führende oder lehrende Personen gleichermaßen.

## Themen und Inhalte

- Existenzielles Coaching im Überblick
- Vertiefung der phänomenologischen Arbeitsweise
- Stockwerke des Coachings
- Arbeit mit dem Prozess- und Strukturmodell im Coaching
- Dialogfeld
- Die Dynamik von Sinn und Freiheit in Gang bringen
- Allgemeine und spezifische existenzielle Coachingmethoden
- Themenspezifische Vorgehensweise (z.B. bei Entscheidungen, Sinnfragen, Standortbestimmungen, Einstellungsänderungen, Umgang mit Krisen oder Verlusten)
- Umgang mit häufigen Phänomenen im Coaching wie z.B. Verantwortungsvermeidung, Passivität, Willens- und Entscheidungsprobleme, verzerrte Wahrnehmung, fehlender Zugang zu den eigenen Gefühlen
- Integrative, mehrdimensionale Arbeitsweise: Verbindung mit anderen Ansätzen, Einsatz des Körpers, Tiefendimension des Arbeitens, T-Prinzip
- Coach als Person
- Praktische Übungen
- Praxisbeispiele

## **Zielgruppe und Teilnehmende**

Die Fortbildung richtet sich an Personen, welche die existenzielle Arbeit mit Einzelpersonen vertiefen möchten. Primäre Zielgruppen sind:

- Coaches, Beratende, HR Professionals
- Fachpersonen aus sozialer Arbeit, Medizin, Sport, Seelsorge und Psychotherapie
- Trainer:innen,
- Team- und Organisationsentwickler:innen
- Lehrpersonen
- Führungskräfte

## **Voraussetzungen**

Das Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse' sowie das Seminar 'Existenzielles Coaching 1' bieten eine gute Grundlage für das Seminar. Das vorgängige Besuchen dieser Seminare wird daher empfohlen, ist jedoch keine Bedingung. Das Seminar richtet sich an Personen, die bereits Erfahrung in der Arbeit als Coach oder Prozessbegleiter:in haben.

## **Datum der Durchführungen**

1.- 3. Okt. 2025

## **Ort und Zeiten**

### **Ort**

Schloss Wartegg  
von Blarer-Weg 1  
CH-9404 Rorschacherberg  
www.wartegg.ch

### **Kurszeiten**

Erster Tag: 09.00 bis 18.30 Uhr  
Zweiter Tag: 08.30 bis 18.30 Uhr  
Dritter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

## **Kosten**

Die Seminargebühr beträgt CHF 1250.-  
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

**«Überzeugungen sind gefährlichere  
Feinde der Wahrheit als Lügen. »**

**Friedrich Nietzsche**

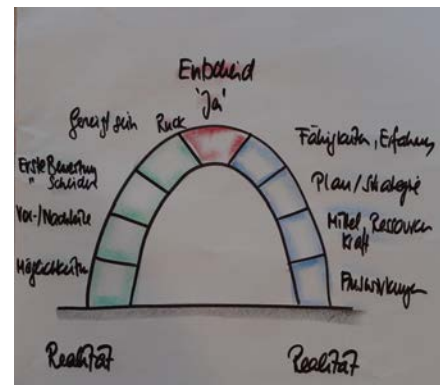
# Seminar 'Existenzielle Führung'

## Das Seminar

Die Führungsrolle ist naturgegeben anspruchsvoll. Stichworte:

- Vielzahl an Ansprüchen (eigene und fremde), Sandwichposition, Erwartungsdruck
- Spannungsfelder, Zielkonflikte, Dilemmas, Grenzen und Begrenzungen
- Dauer-, Mehrfach- und Spitzenbelastungen. Druck der Verantwortung
- Notwendigkeit, sich zu positionieren und Unangenehmes anzugehen
- Hohe Veränderungsdynamik, ständige Veränderungen, Ungewissheit und Unsicherheiten
- Spannungen, Konflikte und teilweise krisenhafte Entwicklungen
- Oft: hoher Wellengang und hohe Windstärken, Turbulenzen, Nebel, Durststrecken...
- Generationenvielfalt, New Work, breite Palette an 'menschlichen' Themen
- Hohe Bedeutung der Selbstführung

Wirkungsvolle Führung braucht aus meiner Erfahrung ein solides philosophisches und psychologisches Fundament, ein differenziertes Menschenbild sowie ein zeitgemässes Führungsverständnis. Hier ist die EA mit ihrem existenziellen Menschenbild als Grundlage für die Führung besonders gut geeignet. Die existenzielle Führung ist kein neues Schlagwort oder neuer Modebegriff, sondern eine solide Basis für wirkungsvolle und zeitgemässe Führung. Die EA beschreibt im Kern das Wesen sowie die grundlegende Motivationsstruktur des Menschen, und zwar ganzheitlich, systematisch und mit hoher Tiefenschärfe. Schlüsselbegriffe der existenziellen Führung sind beispielsweise: Sinn, Motivation, Vertrauen, Freiheit, Verantwortung, Werte und Authentizität. Diese geistig-personalen Themen sind alles zentrale Inhalte eines zeitgemässen Führungsverständnisses. Die EA betont neben den menschlichen auch die systemischen Aspekte der Führungsarbeit.



Das dreitägige Seminar bietet eine kompakte, systematische und praxisorientierte Einführung in die spezifische Sicht- und Arbeitsweise der existenziellen Führung. Die grundlegenden Konzepte der existenziellen Führung werden in übersichtlicher Form dargestellt und anwendungsorientiert diskutiert. Der Bezug zu aktuellen Führungsfragen sowie zur eigenen (Führungs-)Praxis hat in diesem Seminar einen hohen Stellenwert. Es ist ein Seminar aus der Praxis für die Praxis. Da die eigene Person das wichtigste Führungsinstrument ist, findet auch eine explizite Auseinandersetzung mit der eigenen Person und Haltung als Führungskraft statt.

## Themen und Inhalte

- Existenzielle Führung im Überblick
- Das existenzielle Menschenbild als Basis zeitgemässer Führung
- Die vier Grundmotivationen als griffiger und systematischer Orientierungsrahmen
- Führungsverantwortung aus existenzieller Sicht
- Das existenzielle Motivationskonzept - die Kraft der Noodynamik - transformationale Führung
- Dynamik von Freiheit und Sinn
- Schlüsselthemen der existenziellen Führung: Vertrauen, Eigenverantwortung, Entscheiden, Motivation, Werte, Spirit, Sinn, Intuition und Phänomenologie.
- Dynamische Stabilität und psychologische Sicherheit
- Dreiklang der Führung und dreidimensionale Führung: Struktur – Kultur - Sinn
- Existenzielle Perspektiven auf aktuelle Führungsthemen wie beispielsweise Change Management, Spannungsfelder, Zielkonflikte, New Work, Selbstorganisation etc.
- Authentisch führen - die eigene Person als zentrale Führungskraft
- Praxisbeispiele und Plenumsdiskussionen zu Praxisfragen

## Zielgruppe und Teilnehmende

Diese Fortbildung richtet sich an Personen, welche die existenzielle Sichtweise in der Führungsarbeit kennenlernen und ihre in bisherige Praxis integrieren möchten:

- Führungskräfte
- Team- und Organisationsentwickler:innen
- Coaches, Beratende, Trainer:innen, HR Professionals
- Lehrpersonen

Es dürften sich insbesondere Personen angesprochen fühlen, welche an Substanz und Tiefgang interessiert sind. Und daran interessiert sind, das eigene professionelle Wirken auf eine solide philosophische und psychologische Basis zu stellen.

## Voraussetzungen

Das Einführungsseminar in die Existenzanalyse wird empfohlen, ist jedoch keine Voraussetzung. Einige Wochen vor dem Seminar werden einstimmende YouTube-Vorträge zur Verfügung gestellt. Das Seminar richtet sich an Führungskräfte, welche sich mit sich und dem persönlichen Führungsverhalten auseinandersetzen möchten. Das Seminar eignet sich nicht für Führungskräfte ohne Führungserfahrung.

## Datum der Durchführung

30. Okt. - 1. Nov. 2024

27.- 29. Aug. 2025

## Ort und Zeiten

### Ort

Schloss Wartegg  
von Blarer-Weg 1  
CH-9404 Rorschacherberg  
[www.wartegg.ch](http://www.wartegg.ch)

### Kurszeiten

Erster Tag: 09.00 bis 18.30 Uhr  
Zweiter Tag: 08.30 bis 18.30 Uhr  
Dritter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

## Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 1250.-

Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

**«Alles wirklich Grosse und Inspirierende wird von Menschen  
geschaffen, die in Freiheit arbeiten können.»**

**Albert Einstein**

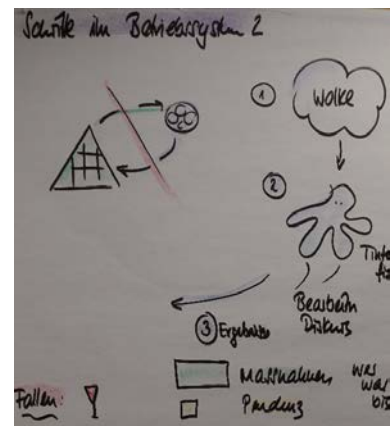
# Seminar 'Existenzielle Arbeit mit Gruppen'

## - wirkungsvoll Workshops und Seminare gestalten

### Das Seminar

Das wirkungsvolle Arbeiten mit Gruppen erfordert das Schaffen von stimmigen Entwicklungsräumen. Es gilt einen Rahmen zu kreieren, wo Menschen und Gruppen vertieft mit sich und anderen Personen in Kontakt kommen können und wo ein produktiver Dialog und Diskurs entstehen kann. In egoarmen, offenen und weiten Räumen kann Neues entstehen und Wesentliches in Gang kommen. Dies ist immer dann notwendig, wenn es um persönliches Wachstum geht oder wenn an grundlegenden, neuartigen oder zukunftsorientierten Fragen gearbeitet werden muss - da greifen herkömmliche Methoden meist zu kurz. Hier setzt die existenzielle Arbeit mit Gruppen an – eine zeitgemässe Methode und Haltung des Arbeitens.

Diese Methode habe ich phänomenologisch in meiner fast 40-jährigen Praxis als Seminarleiter, Führungs-, Team-, Organisationsentwickler sowie als Dozent und Workshopmoderator entwickelt. Diese Arbeitsweise steht auf solidem theoretischem Fundament und beinhaltet eine breite und offene Sammlung von Methoden und Techniken.



In Bezug auf die existenzielle Arbeit mit Gruppen können zwei verschiedene Arbeitsfelder unterschieden werden:

- *Individuelle Entwicklung im Gruppenrahmen:* Hier stehen die Entwicklung und persönliche Themen der einzelnen Individuen der Gruppe im Vordergrund. Der Gruppenrahmen unterstützt die individuellen Prozesse. Inhaltlich geht es beispielsweise um Führungs-, Persönlichkeitsentwicklung oder um Fortbildungen. Weiter kann es auch um Fragen der persönlichen Ausrichtung, um Sinnfragen oder um persönliche Entscheidungen an Weggabelungen gehen. Klassische Formate in diesem Arbeitsfeld sind: Führungsentwicklungen, Selbsterfahrungsseminare, Ausbildungsgruppen oder persönliche Retraiten im Gruppenrahmen.
- *Kollektive Entwicklung:* Hier steht die Bearbeitung gemeinsamer Themen oder die gemeinsame Entwicklung im Vordergrund. Oft geht es auch um Einigungs- und Entscheidungsprozesse. Inhaltlich geht es beispielsweise um das Erarbeiten von gemeinsamen Zukunftsbildern, um Fragen der Ausrichtung oder Weiterentwicklung von Kultur und Organisation oder um Zusammenarbeit und Innovation. Zentrale Elemente in diesem Arbeitsfeld sind Begegnung und Diskurs im Rahmen eines produktiven und generativen Feldes. Klassische Formate sind: Retraiten, Workshops, Teamentwicklung oder Teamsupervision.

Kraftvolle Entwicklungsräume schaffen zu können ist auch ein erlernbares (Kunst-)Handwerk, das aus zweifacher Hinsicht in der heutigen Zeit immer wichtiger wird. Einerseits durch die zunehmend erhöhte Komplexität und Geschwindigkeit im Wirtschafts- und Gesellschaftskontext. Und andererseits durch die vorherrschende Dominanz der Rationalität und dem damit verbundenen Verlust der Ganzheitlichkeit.

Diese Fortbildung in angewandter Existenzanalyse bezweckt eine solide praktische Kompetenz in der existenziellen Arbeit mit Gruppen in den beiden oben beschriebenen Arbeitsfeldern. Ein besonderes Augenmerk wird der eigenen Person als Prozessbegleiter:in gewidmet sein, denn existenzielle Arbeit mit Gruppen ist letztlich ebenso sehr Haltung als auch Methode.

Die existenzielle Arbeit mit Gruppen verbindet die existenzielle Theorie mit der integralen Theorie nach Gebser und Wilber. Punktuell fließen auch anderen Ansätze wie beispielsweise die Resonanztheorie (Rosa), die PSI-Theorie (Kuhl) oder die U-Theorie (Scharmer) ein. Die existenzielle Arbeit mit Gruppen basiert – darüber hinaus - auch auf dem Erfahrungsschatz von Weisheitstraditionen aus Ost und West. Die existenzielle Arbeitsweise mit Gruppen ist ausgesprochen integrativ.

## Themen und Inhalte

- Existenzielle Arbeit mit Gruppen im Überblick
- Prinzipien, Grundsätze und Praxis der existenziellen Arbeit mit Gruppen
- Methoden und Techniken, 'saftige' Designs, mehrdimensionale Zugänge
- Phänomenologisches Arbeiten mit Gruppen
- T-Qualität in der Arbeit mit Gruppen
- Wirkungsvoll Workshops gestalten
- Wirkungsvoll Seminar leiten
- Verbindung mit der integralen Theorie
- Einbinden der Natur und der Umgebung
- Person als Prozessbegleiter:in
- Praxisbeispiele existenzieller Arbeit mit Gruppen
- Praxisfragen und -problematiken

## Zielgruppe und Teilnehmende

Die Fortbildung richtet sich an Personen, die mit Gruppen arbeiten und ihr Handlungsrepertoire erweitern, verfeinern und reflektieren möchten: Leitende von Ausbildungsgruppen, Seminarleitende, Coaches, Prozessbegleitende, Führungs-, Team- und Organisationsentwickler:innen, Konfliktmediator:innen, Lehrpersonen und Dozierende.

## Voraussetzungen

Das Einführungsseminar in die Existenzanalyse wird empfohlen, ist jedoch keine Voraussetzung. Das Seminar richtet sich an Personen, welche sich mit sich und ihrer professionellen Arbeitsweise mit Gruppen persönlich auseinandersetzen möchten. Erfahrungsoffenheit sowie einige Erfahrung in der Arbeit mit Gruppen werden vorausgesetzt.

## Datum der Durchführung

12.-14. Mai 2025

## Ort und Zeiten

### Ort

Schloss Wartegg  
von Blarer-Weg 1  
CH-9404 Rorschacherberg  
[www.wartegg.ch](http://www.wartegg.ch)

### Kurszeiten

Erster Tag: 09.00 bis 18.30 Uhr  
Zweiter Tag: 08.30 bis 18.30 Uhr  
Dritter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

## Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 1250.-  
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

**«Wir müssen uns daran gewöhnen, dass der  
Widerspruch uns so schöpferisch macht.»**

**Jeanne Hersch**



## Das Herbst-Seminar – Thema: Die Kunst engagierter Gelassenheit

Immer wieder werden wir von den Geschäftigkeiten und Aufgaben des Alltags absorbiert. Auf den Flusslauf unseres 'Lebensflusses' haben wir meist wenig Einfluss – unsere Aufgabe ist es aber, das eigene Boot ausgerichtet zu lassen und mitzusteuern. Deshalb kann es wichtig sein, periodisch innezuhalten, einen Schritt zurückzutreten und das eigene persönliche und berufliche Unterwegssein zu reflektieren und sich zu besinnen. Oder bildlich gesprochen: ans Ufer zu sitzen und das eigene Unterwegssein auf dem persönlichen LebensWEG zu betrachten - rückblickend und ausblickend. Dieses zweitägige Seminar ist eine Gelegenheit dazu. Im Kreise von Gleichgesinnten werfen Sie einen Blick auf sich, Ihren Lebensweg und Ihr berufliches und persönliches Wirken. Das Seminar hat den Charakter eines 'Boxenstopps', eines Timeouts, eines Hafens, einer Oase oder auch eines Brunnens. Es geht um ein Innehalten, frisches Wasser Schöpfen, (Aus-)sortieren, sowie Gedankenanstöße und Inspiration für den persönlichen Lebensweg zu erhalten. Basis für die Selbstreflexion und den Austausch im Kreise von Gleichgesinnten sind Impulse zu existenziellen Themen. Ein zentrales Element des Seminars sind kurze inhaltliche Impulse mit anschließenden Spaziergängen in der stimmungsvollen Parkanlage mit dem alten Baumbestand des Schlosses Wartegg.

Die inhaltlichen Schwerpunkte sind jedes Jahr verschieden. Im 2025 steht das Thema 'Gelassenheit' im Vordergrund. Gelassenheit ist ein vielschichtiges und spannendes existenzielles Thema! Gelassenheit ist ein zentrales Merkmal einer entwickelten, reifen Persönlichkeit. Gelassenheit ist eine schwer erklärbar Form aktiver Passivität und die Kunst involvierter Distanz. Gelassenheit ist auch die Kunst, in der gegenwärtigen Situation schon Abstand zu gewinnen, den sonst erst die Zeit schafft. Gelassenheit bedeutet das Loslassen der Ich-Bezogenheit. Und bedeutet auch: was nicht möglich ist, auch nicht tun zu müssen. Gelassen ist, wer etwas lassen kann. Das Gegenteil von Gelassenheit bedeutet beispielsweise: ständig angespannt oder verbissen sein, ständiges Kontrollbedürfnis haben, alles furchtbar wichtig nehmen oder sich über Dinge aufzuregen, die nicht zu ändern sind. Gelassenheit ist eine Form des Handelns. Gelassenheit ist die Voraussetzung, um mit Widersprüchen, Spannungsfeldern, Unsicherheiten und Stress umzugehen. Sie ist bedeutsam bei Entscheidungsfindungen und Konflikten, hat Einfluss auf die Gesundheit und ist ein wichtiger Pfeiler kraftvollen Handelns. Gelassenheit kann vor grossen Fehlern bewahren.

Gelassenheit ist keine angeborene Fähigkeit, sondern eine lebenslange Herausforderung, eine Lebenshaltung, die man ständig erneuern und einüben muss. Gelassenheit bedingt die Arbeit an sich.



### Themen und Inhalte

- Gelassenheit – ein vielschichtiger Begriff
- Existenzielles Verständnis von Gelassenheit
- Gelassenheit aus der Sicht von Weisheitstraditionen
- Handeln: Engagiert, kraftvoll, gelassen
- Mut und Demut
- Kalte Gelassenheit
- Wegmarken zur Gelassenheit
- Persönliche Reflexion und kollegialer Austausch



## **Zielgruppe und Teilnehmende**

Dieses Seminar richtet sich an Personen, welche sich mit sich und ihrem persönlichen Lebensweg auseinandersetzen möchten. Das Seminar ist auch eine gute Möglichkeit, an der EA dranzubleiben und inhaltlich zu vertiefen.

Das Seminar könnte auch ein persönliches, jährliches Ritual sein, eine periodische Wegmarke auf dem Lebensweg. Eine Gelegenheit, sich zu besuchen, bei sich einzukehren, den Kompass zu richten und aufzutanken. Das Seminar dürfte auch ein Beitrag zur seelischen Vermögensbildung sein.

## **Voraussetzungen**

Das Einführungsseminar in die Existenzanalyse wird empfohlen, ist jedoch keine Voraussetzung. Das Seminar basiert auf Erfahrungsoffenheit und der Bereitschaft zum kollegialen Austausch.

## **Datum der Durchführung**

4.-5. Dez. 2025

Ich empfehle eine frühzeitige Anmeldung, da das Seminar möglicherweise rasch ausgebucht sein dürfte.

## **Ort und Zeiten**

### **Ort**

Schloss Wartegg  
von Blarer-Weg 1  
CH-9404 Rorschacherberg  
[www.wartegg.ch](http://www.wartegg.ch)

### **Kurszeiten**

Erster Tag: 09.00 bis 18.30 Uhr  
Zweiter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

## **Kosten**

Die Seminargebühr beträgt CHF 850.-  
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 408.- an.

**«Wir können eine Sache nicht verändern,  
wenn wir sie nicht akzeptieren.»**

**Carl Gustav Jung**

# FreiTags-Seminar 'Geheimnis Intuition'

## Das Seminar

Lernen lebt von der Kunst des Dranbleibens. Regelmässige Brückenpfeiler in Form von eintägigen Seminaren können den persönlichen Lernprozess unterstützen. Die EA ist zu vielschichtig, zu themenreich und zu mächtig, als dass sie sich in einem dreitägigen Seminar vermittelt liesse. Das existenzielle Paradigma lässt sich am besten schrittweise entdecken. Dieses FreiTags-Seminar ist eine Möglichkeit innezuhalten, sich mit einem weiteren Kernthema der EA vertiefter auseinanderzusetzen und so am EA-Teppich weiter zu weben.

Das Schwerpunktthema dieses Seminars ist das Thema '**Intuition**'.

Intuition ist eine zentrale Ressource – gerade auch in komplexen und unüberschaubaren Situationen. Intuition ist ein spontaner Rückgriff auf Erfahrung und auf tieferes, oft unbewusstes Wissen - vielleicht auch ein Zugang zu einer tieferen Weisheit. Intuition ist eine Art zu erkennen; ist ahnendes Wissen. Intuition ist eine zentrale Ressource in der Führung, im Coaching - in der Arbeit mit Menschen überhaupt. Ein guter Zugang zur Intuition ist bedeutsam, um einer rationalen Überbetonung und Einseitigkeit entgegenzuwirken. Was Intuition wirklich ist und woher sie sich speist, bleibt letztlich wohl ein Geheimnis....

In der existenziellen Arbeitsweise hat die Intuition eine entscheidende Bedeutung. Die EA arbeitet konsequent auf den beiden Ebenen Kognition und Intuition. Die Phänomenologie ist eine intuitive Art des Arbeitens. Der Zugang zur inneren Stimme und Gespür ist der Schlüssel in der EA.

Die Intuition kann man auch stärken, schulen und verfeinern. Dieses FreiTags-Seminar ist eine Gelegenheit dazu.



## Themen und Inhalte

- Intuition – ein vielschichtiger Begriff
- Intuition aus Sicht der EA
- Konzepte zur Intuition aus den unterschiedlichsten Ansätzen und Weisheitstraditionen
- Innere Stimme
- Gespür und Gewissen
- Intuition und Bauchgefühl
- Intuition und Phänomenologie
- Intuition in Entscheidungssituationen
- Vertrauen in die eigene Intuition
- Schulung / Stärkung der Intuition
- Praktische Arbeit mit der Intuition
- Fragestellungen aus der Praxis

### **Zielgruppe und Teilnehmende**

Dieses Seminar richtet sich an Personen, welche sich mit dem Thema 'Intuition' persönlich und allenfalls auch professionell auseinandersetzen möchten. Klassische Berufsgruppen sind beispielsweise Coaches, Beratende, Trainer:innen, HR Professionals, Fachpersonen aus sozialer Arbeit, Medizin, Sport, Seelsorge und Psychotherapie, Team- und Organisationsentwickler:innen, Führungskräfte und Lehrpersonen.

### **Voraussetzungen**

Das Einführungsseminar in die Existenzanalyse wird empfohlen, ist jedoch keine Voraussetzung. Das Seminar eignet sich auch, um die Existenzanalyse überhaupt erst kennen zu lernen.

### **Datum der Durchführung**

Freitag, 20. Juni 2025

### **Ort und Zeiten**

#### **Ort**

Schloss Greifensee  
Im Städtli 24  
8606 Greifensee  
[www.schlossgreifensee.ch](http://www.schlossgreifensee.ch)

#### **Kurszeiten**

08.30 bis 17.00 Uhr

### **Kosten**

Die Seminargebühr beträgt CHF 440.-  
Die Kosten für das Mittagessen sind inbegriffen.

**«Das Herz hat seine Gründe, die der Verstand nicht kennt.»**

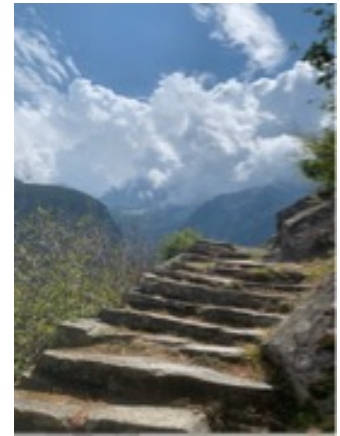
**Blaise Pascal**

# FreiTags-Seminar 'Grenzen'

## Das Seminar

Lernen lebt von der Kunst des Dranbleibens. Regelmässige Brückenpfeiler in Form von eintägigen Seminaren können den persönlichen Lernprozess unterstützen. Die EA ist zu vielschichtig, zu themenreich und zu mächtig, als dass sie sich in einem dreitägigen Seminar vermittelt liesse. Das existenzielle Paradigma lässt sich am besten schrittweise entdecken. Dieses FreiTags-Seminar ist eine Möglichkeit innezuhalten, sich mit einem weiteren Kernthema der EA vertiefter auseinanderzusetzen und so am EA-Teppich weiter zu weben. Dieses FreiTags-Seminar ist eine Möglichkeit innezuhalten, sich mit einem weiteren Kernthema der EA vertiefter auseinanderzusetzen und so am EA-Teppich weiter zu weben. Das Schwerpunktthema dieses Seminars ist das Thema 'Grenzen'.

Grenzen und Begrenzungen gehören zum Menschsein. Der Mensch ist den Bedingungen der Realität unterworfen. Man ist jedoch nicht einfach bestimmt und gänzlich festgelegt – man kann sich ihnen stellen und mit ihnen umgehen. Grenzen sind ein vielschichtiges, ambivalentes und komplexes Thema. Man erlebt sie vielleicht, wenn man an sie stösst oder sie überschreitet. Manche Grenzen existieren nur in unserer Vorstellung. Grenzen können der persönlichen Reifung dienen. Wachstum geschieht an Grenzen. Grenzen sind aber oft auch mit Verzicht verbunden und können Leid verursachen. Es gehört zu einer wichtigen Aufgabe des Lebens, mit Grenzen in einen guten Umgang zu kommen. Vielleicht ist Leben sogar die Kunst im Umgang mit Grenzen? Und vielleicht ist auch ein Reifemerkmal, sich in der Begrenztheit anzunehmen.



## Themen und Inhalte

- Existenzielles Verständnis von Grenzen
- Das Wesen von Grenzen
- Der Wert und die Ambivalenz von Grenzen
- Äussere und innere Grenzen
- Freiheit und Grenzen
- Nützliche Grenzen – hinderliche Grenzen
- Persönlicher Umgang mit Grenzen
- Mit Grenzen operieren lernen
- Grenzen kennen und anerkennen
- Mut, Demut und Gelassenheit im Umgang mit Grenzen
- Grenzen verschieben, erweitern und ausdehnen
- Grenzgänger:in sein
- Grenzen setzen – sich abgrenzen
- Werte als Grenzwerte

## **Zielgruppe und Teilnehmende**

Dieses Seminar richtet sich an Personen, welche sich mit dem Thema 'Grenzen' persönlich und allenfalls auch professionell auseinandersetzen möchten. Klassische Berufsgruppen sind beispielsweise Coaches, Beratende, Trainer:innen, HR Professionals, Fachpersonen aus sozialer Arbeit, Medizin, Sport, Seelsorge und Psychotherapie, Team- und Organisationsentwickler:innen, Führungskräfte und Lehrpersonen.

## **Voraussetzungen**

Das Einführungsseminar in die Existenzanalyse wird empfohlen, ist jedoch keine Voraussetzung. Das Seminar eignet sich auch, um die Existenzanalyse kennen zu lernen.

## **Datum der Durchführung**

Freitag, 12. September 2025

## **Ort und Zeiten**

### **Ort**

Schloss Greifensee  
Im Städtli 24  
8606 Greifensee  
[www.schlossgreifensee.ch](http://www.schlossgreifensee.ch)

### **Kurszeiten**

08.30 bis 17.00 Uhr

## **Kosten**

Die Seminargebühr beträgt CHF 440.-  
Die Kosten für das Mittagessen sind inbegriffen.

**«Wer seine Grenzen kennt, ist der Freie,  
wer sich frei wähnt, ist seines Wahnes Knecht»**

**F. Grillparzer**

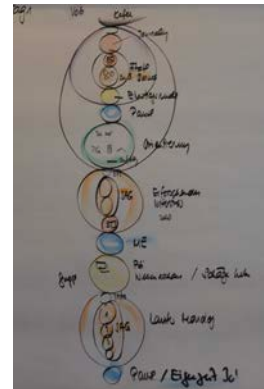
## Supervision in Kleingruppen

Die Vertiefung und Verinnerlichung der existenziellen Arbeitsweise kann - aus meiner Erfahrung – letztlich am wirkungsvollsten über die Bearbeitung und Reflexion von konkreten Fragestellungen im Rahmen von Einzel- und Gruppensupervision erfolgen. Nur so kann die EA in ihrer Tiefe und Vielschichtigkeit nach und nach erfasst werden. Die EA entfaltet ihre Kraft vor allem am Konkreten und am Praktischen.

Ein erfahrungsgemäss ergiebiges und spannendes Format ist die Supervision in einer fixen Kleingruppe.

In einer Kleingruppe zwischen 3 und 5 Personen werden praktische Fälle der Teilnehmenden supervisorisch bearbeitet. Erfahrungsgemäss kann dabei das 'Trittbrettfahren' genauso wertvoll sein, wie das Einbringen eigener Fragestellungen. Fachliche vertiefende und weiterführende Impulse runden jeweils die Fallbesprechung ab.

Praktisch läuft dieses Format so ab, dass sich die Supervisand:innen zu einer fixen Supervisionsgruppe zusammenfinden und in sich in zu bestimmender Periodizität zu dreistündigen Supervisionen treffen. Aus Erfahrung eignet sich ein Rhythmus von 3-4 mal pro Jahr. Gerne mache ich hier auch die Kontaktbörse für interessierte Personen.



## Massgeschneiderte Seminare

Auf Anfrage biete ich auch massgeschneiderte EA-Seminare an. Aus Erfahrung haben sich dabei die folgenden Formate bewährt:

- Firmeninterne Führungsausbildungen und -entwicklungen auf Basis der EA
- Firmeninterne Seminare im Format 'Boxenstopp Führen – zwei Tage, die weiterführen'
- EA-Seminar für Berater-Netzwerke
- EA-Seminar für interne HR-Professionals oder interne PE/OE-Stellen

**«Man kann die Sache, wofür man geschaffen ist, nicht aufgeben.  
Man kann nicht aufgeben zu sein, was man ist. Jedenfalls ich nicht... »**

**Robert Lax**

## CAS Organisationsentwicklung und -beratung

### Das CAS

Das CAS 'Organisationsentwicklung und -beratung' der Kalaidos Fachhochschule in Zürich basiert auf dem Dreigestirn 'Existenzanalyse', 'Systemtheorie' und 'Integrale Theorie'. Die inhaltliche Verantwortung für dieses CAS liegt bei mir in der Rolle als Kompetenzcenterleiter. Ich wirke in diesem CAS als Hauptdozent im Umfang von rund 10 Tagen mit. Das Lehrmittel ist mein drittes Buch 'Kompetent und wirkungsvoll Wandel gestalten'

Dieses praxisorientierte CAS vermittelt eine State-of-the-Art Organisationsentwicklung. Primäre Zielgruppen sind HR-Professionals, interne und externe Team- und Organisationsentwickler sowie Coaches und Führungskräfte.

Das CAS eignet sich sehr, die Anwendung der Existenzanalyse in der Organisationsentwicklung kennenzulernen und darin eine praktische Kompetenz zu entwickeln.

Das CAS findet zweimal pro Jahr statt. Die Daten und detaillierte Beschreibung des CAS finden Sie unter: [www.kalaidos-fh.ch](http://www.kalaidos-fh.ch) oder auf meiner Website.



## EA-Impulse im Zoom-Format / YouTube-Kanal

Um das Dranbleiben an der EA zu unterstützen, biete ich den Absolventinnen und Absolventen meiner Seminare monatlich ein kostenloses Zoom-Format an. Dieses beinhaltet jeweils einen Vortrag zur angewandten EA mit anschließender Diskussion. Den Vortrag stelle ich dann auch meinem Lernkanal auf YouTube öffentlich zur Verfügung (Lernweg EA).

Die Zoomformate sind auch eine gute Gelegenheit, bestehende Kontakte aus den EA-Seminaren aufrecht zu erhalten oder auch neue Kontakte zu knüpfen. Damit soll auch der Netzwerkgedanke aktiv gefördert werden.

Auch dieses Format dient dem Weiterweben des EA-Teppichs. Das Prinzip 'mässig, aber regelmässig' soll den persönlichen Lernprozess strukturell und inhaltlich unterstützen.

Die Videos sind auch – im Sinne von blended learning - ein fixer Bestandteil in der Vorbereitung auf meine EA-Seminare.



**«Es gibt Wichtigeres im Leben, als beständig dessen Geschwindigkeit zu erhöhen.»**

**Mahatma Gandhi**



## Was Sie sich von einer Fortbildung in der EA versprechen können

In den Seminaren können Sie sich mit der existenziellen Sicht- und Arbeitsweise vertraut machen. Im Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse' erhalten Sie eine systematische Einführung in das existenzielle Paradigma und die Existenzanalyse. Sie lernen einen differenzierten, tiefgründigen und systematischen Orientierungsrahmen für Ihre professionelle Arbeit mit Menschen kennen und können Verbindungen zu Ihrer bisherigen Praxis herstellen. In den fortführenden und vertiefenden Seminaren lernen Sie weitere Themen, Facetten des existenziellen Paradigmas und seiner Anwendung in der Praxis kennen. Auseinandersetzung mit der EA könnte Ihr persönliches Handlungsrepertoire bestätigen, erweitern und anreichern. In allen Seminaren lege ich viel Wert auf den Transfer in die eigene (Lebens-)Praxis.

Auf der persönlichen Ebene biete ich Ihnen einen Rahmen, sich anhand ausgewählter existenzieller Themen persönlich auseinanderzusetzen – eine Auseinandersetzung mit sich selbst und Ihrem Lebensweg. Denn: die EA kann man nicht aus Büchern lernen – das Verinnerlichen der EA kann - aus meiner Erfahrung - nur dann erfolgen, wenn man sich persönlich auf die Inhalte einlässt; nur dann kann die EA ihre Kraft entfalten.



In allen Seminaren lege ich - in Anlehnung an Pestalozzis Kopf - Herz - Hand - Wert auf den Dreiklang 'Inhalt', 'persönliche Auseinandersetzung' und 'Praxistransfer'.

Meine Seminare sind jenseits von Powerpoints. Ganz im Sinne der EA lege ich Wert auf eine ganzheitliche Arbeitsweise. Im Zentrum steht das Schaffen einer vertrauensvollen und lernfördernden Atmosphäre. Dazu verwende ich verschiedene methodische Elemente: Prägnante theoretische Impulse, kraftvolle Einzelarbeit und Selbstreflexion, strukturierter Austausch in Kleingruppen, Übungen und vertiefende Diskussionen im Plenum. Kontemplative Elemente, Texte sowie Spaziergänge im Freien sind eine Selbstverständlichkeit. In jedem Seminar stelle ich Handouts zur Nachlese zur Verfügung.

### Integratives Verständnis der Existenzanalyse

In meinen Seminaren orientiere ich mich an der modernen Existenzanalyse nach Alfred R. Lang sowie unterschiedlichen Richtungen, deren Weiterentwicklung und Ausformungen (z.B. durch Christoph Kolbe). Gleichzeitig bediene ich mich aber auch anderen Strömungen des existenziellen Paradigmas und deren philosophischen Grundlagen aus West und Ost. Namentlich greife ich gerne auf die Arbeiten von Viktor Frankl, Irvin D. Yalom, Elisabeth Lukas, Martin Buber und Karlfried Graf Dürckheim zurück. Ich bin davon überzeugt, dass keine ‚Schule‘ für sich allein der menschlichen und organisationalen Fragestellungen gerecht werden kann. Daher verbinde ich die Existenzanalyse auch mit dem Wissen, Methoden und Erfahrungen aus unterschiedlichen Disziplinen und Denkrichtungen. So stelle ich konsequent Verbindungen zu anderen Ansätzen und Paradigmen her, wie beispielsweise Systemtheorie, Resonanztheorie, Integrale Theorie, Jung'sche Psychologie oder körperorientierter Arbeit. Darüber hinaus schöpfe ich auch gerne aus dem universellen und zeitlosen Erfahrungsschatz der Philosophie und der spirituellen Traditionen aus West und Ost. Denn ich habe die Erfahrung gemacht, dass dieser Erfahrungsschatz mit der Existenzanalyse sehr kompatibel ist. Undogmatisch greife ich auf wissenschaftliche, psychologische, philosophische und spirituelle Orientierungsrahmen zurück.



## **Persönliches Wachstum als zentraler Dreh- und Angelpunkt**

Das wichtigste Instrument in der existenziellen Arbeitsweise ist die eigene Person. Die EA entfaltet vor allem dann ihre Kraft, wenn sie persönlich verinnerlicht ist. Deshalb ist die persönliche Auseinandersetzung mit den Seminarinhalten Dreh- und Angelpunkt all meiner Seminare. Das Erlernen der EA ist aus meiner Erfahrung ein persönlicher Entwicklungsweg, basierend auf dem Verweben von neuen Inhalten mit den persönlich gewachsenen Konzepten und Erfahrungen. Die regelmässige Reflexion von gemachten Anwendungserfahrungen sowie der Austausch mit 'Reisegefährten:innen' sind wichtige Elemente einer immerwährenden Integration. Seminare in einer überschaubaren Gruppengrösse, wo man immer wieder bekannte Menschen antrifft, bieten hierzu einen geeigneten Rahmen.

Die Auseinandersetzung mit der EA könnte Sie darin unterstützen, Ihre verschiedenen Lebensrollen (beruflich, privat und persönlich) mit mehr Kompetenz, Zufriedenheit und Erfüllung wahrzunehmen und auszufüllen. Sie können sich die existenzielle Sicht- und Arbeitsweise für sich persönlich und für den eigenen beruflichen Kontext erschliessen. Und nicht zuletzt könnte die Auseinandersetzung mit der EA auch den Charakter einer seelischen Vermögensbildung haben.



**«Wir müssen das Buch lesen, das wir selbst sind.»**

**Krishnamurti**

## Was Teilnehmende sagen...

«Stefan Marti übersetzt das Thema Existenzanalyse in eine neue, lebendige Sprache und macht die EA für die Teilnehmer erfahrbar. Grossartiges Seminar mit einem praxisnahen Referenten, welcher seine ganze Erfahrungsschatzkiste der EA aus vollem Herzen gerne teilt.» (B.F.)

«Lieber Stefan, nochmals ganz herzlichen Dank für die drei Tage Seminar, die wir mit Dir verbringen durften. Noch selten habe ich mich nach einer Tagung so geläutert und inspiriert gefühlt. Dein unglaublich reicher Wissensschatz, die Anregung aller Sinne, das Zulassen von konstruktiven Diskussionen haben meinen Horizont erweitert. In grosser Dankbarkeit» (K.K.)

«Die vier Grundmotivationen der Existenzanalyse bilden die Basis für ein erfülltes Leben - ein kraftvolles Instrument für all diejenigen, welche erkannt haben, dass dieses Rahmenwerk sowohl im beruflichen als auch im privaten Kontext eine zentrale Rolle spielen kann. Das Seminar von Stefan Marti zur Einführung in die Existenzanalyse hat bei mir doppelt nachgeklungen. Es gibt mir Orientierung auf meinem persönlichen Entwicklungsweg und hilft mir in meinem Berufsalltag als Organisationsberater und Coach in der Arbeit mit Gruppen und Führungskräften.» (C.U.)

«Das dreitägige Seminar erlebte ich intensiv, lebendig und vielfältig. Die gebotene Struktur erlaubte es, zur inneren Ruhe zu finden und gleichzeitig in Bewegung zu sein. Stefan Marti sorgt für eine sichere und ruhige Atmosphäre, welche es ermöglicht in drei Tagen Tiefe zuzulassen.» (M.P.)

«Von Herzen vielen Dank für die intensiven, spannenden, gehaltvollen, tiefgründigen, inspirierenden, berührenden, bereichernden, positiv nachdenklich machenden drei Einführungstage in die Existenzanalyse. Ich bin beeindruckt und begeistert, wie du wertschätzend und leidenschaftlich deinen riesigen Wissens- und Erfahrungsschatz teilst, von den unglaublich umfassenden und zeitintensiven Vorbereitungsarbeiten, von der abwechslungsreichen Gestaltung dieser drei Tage und natürlich auch von der wunderschönen Seminarlokalisation und -Umgebung. Empfehlenswert für alle, die erste Schritte in die Struktur der Existenzanalyse machen und eine Ahnung davon erhalten möchten, was die Existenzanalyse sein könnte. Achtung: Mit Nebenwirkungen ist zu rechnen.» (S.B.)

«Für mich ist das Besondere an diesem Seminar, wie Stefan Marti mit spürbarer Begeisterung und didaktisch ausgezeichnet dieses anspruchsvolle Thema praxisgerecht aufbereitet hat und die Existenzanalyse vermittelt. Das Seminar hat mir ein wertvolles Gerüst gegeben, in dem ein ganzheitliches, positives Menschenbild gezeichnet wird und die grundlegenden Motivationen, welche Menschen bewegen, als Orientierungsrahmen fassbar macht.» (T.B.)

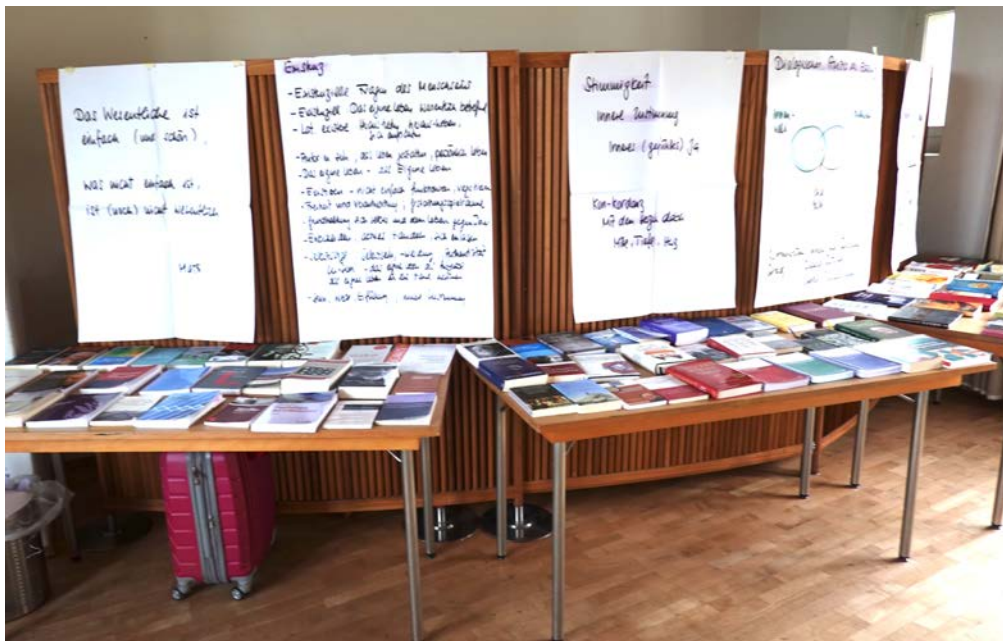
«Lieber Stefan! Ich danke Dir von Herzen für die Tage. Ich wurde reich beschenkt mit Inhalten, aber auch ganz viel Selbsterkenntnis und -reflektion, die mich weitergebracht haben, persönlich und inhaltlich.» (S.M.)

«Ein sehr gelungenes und bereicherndes Seminar, welches ermöglicht, das spannende Feld rund um die Existenzanalyse an der eigenen Person kennen zu lernen. Stefans feinfühliges Art uns durch diese drei intensiven, spannenden Tage zu begleiten, wurde durch die wunderschöne Inszenierung der Grundmotivationen und den Raum für den Austausch in schönster Natur, abgerundet. Ein grosses Dankeschön für diese wertvolle und lehrreiche Erfahrung!» (P.W.)

«Sich dem Leben stellen und meine Verantwortung dafür übernehmen. Mich und andere mit vier wesentlichen und umfassenden Fragen zu konfrontieren: Kann ich es? Mag ich es? Passt es zu mir? Macht es Sinn? Darin haben mich diese Stunden gestärkt.» (M.D.)

«Stefan Marti öffnet leichtfüßig, griffig und sehr professionell die Türen in die Welt der Existenzanalyse. Im Seminar bietet er einen wertvollen Rahmen mit sich selbst und den anderen Teilnehmenden in echten Kontakt zu kommen, so dass die Existenzanalyse erlebbar wird.» (E.F.)

«Mit viel Praxisnähe, Fachwissen und Kompetenz führte Stefan gekonnt durch drei inspirierende und kurzweilige Tage. Wissensinpute, persönliche Selbstreflexion wurden mit dialogischen Spaziergängen zu zweit abgerundet. Kurzum, Stefan leitete das Seminar mit Kopf, Herz und Hand und ich spürte zu jeder Zeit sein Engagement und seine Hingabe für die Existenzanalyse. Er manövrierte uns sachte von der Philosophie in die Tiefen der Existenzanalyse. - Was nehme ich persönlich für mich mit? Das Know-how über die Grundlagen der Existenzanalyse sind mannigfaltig einsetzbar. Mittlerweile setze ich es in der Organisations- und Personalentwicklung, in Coachinggesprächen und natürlich bei der persönlichen Reifegradentwicklung ein. Auf eine Fortsetzung des Seminars warte ich gespannt!» (C.D.)



**«Wir sind für nichts so dankbar wie für Dankbarkeit.»**

**Marie von Ebner-Eschenbach**



## Der Seminarort: Schloss Wartegg

Die mehrtägigen Seminare finden im Schloss Wartegg am Rorschacherberg ([www.wartegg.ch](http://www.wartegg.ch)) statt. Diese schöne und kraftvolle Umgebung leistet einen wichtigen Beitrag für das persönliche Innehalten, Reflektieren, Lernen und Sinnieren.

Das gastfreundliche Biohotel am Bodensee bietet kulinarischen und atmosphärischen Genuss für Leib und Seele.



**«Das Wunderbarste von all dem, was im Menschen ist,  
ist sein Herz; denn es ordnet sein ganzes Wesen. »**

**Aus: Tausendundeine Nacht**

## Anmeldung und das Kleingedruckte

### Anmeldung

Anmeldung bitte via Anmeldeformular auf der website: [www.st-marti.ch](http://www.st-marti.ch)

Da die Teilnehmerzahl beschränkt ist, empfehle ich eine frühzeitige Anmeldung.

Nach Ihrer Anmeldung werde ich für Sie ein Einzelzimmer reservieren.

Ich bitte Sie, mir mitzuteilen falls Sie nicht im Hotel übernachten werden oder falls Sie ein Doppelzimmer wünschen. Ebenso bitte ich Sie um Mitteilung hinsichtlich allfälliger Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

Falls Sie bereits am Vorabend anreisen möchten, bitte ich Sie, dies direkt mit dem Hotel zu vereinbaren.

Die Hotelkosten mit Seminarpauschalen können Sie direkt vor Ort bezahlen.

### Rücktrittsklausel

Bei einem Rücktritt nach der verbindlichen Anmeldung gilt folgende Regelung: Ab 8 Wochen vor Seminarbeginn werden die vollen Seminarkosten sowie die Seminarpauschalen in Rechnung gestellt. Diese Regelung entfällt, wenn eine Ersatzperson gestellt wird.

### Kontaktadresse

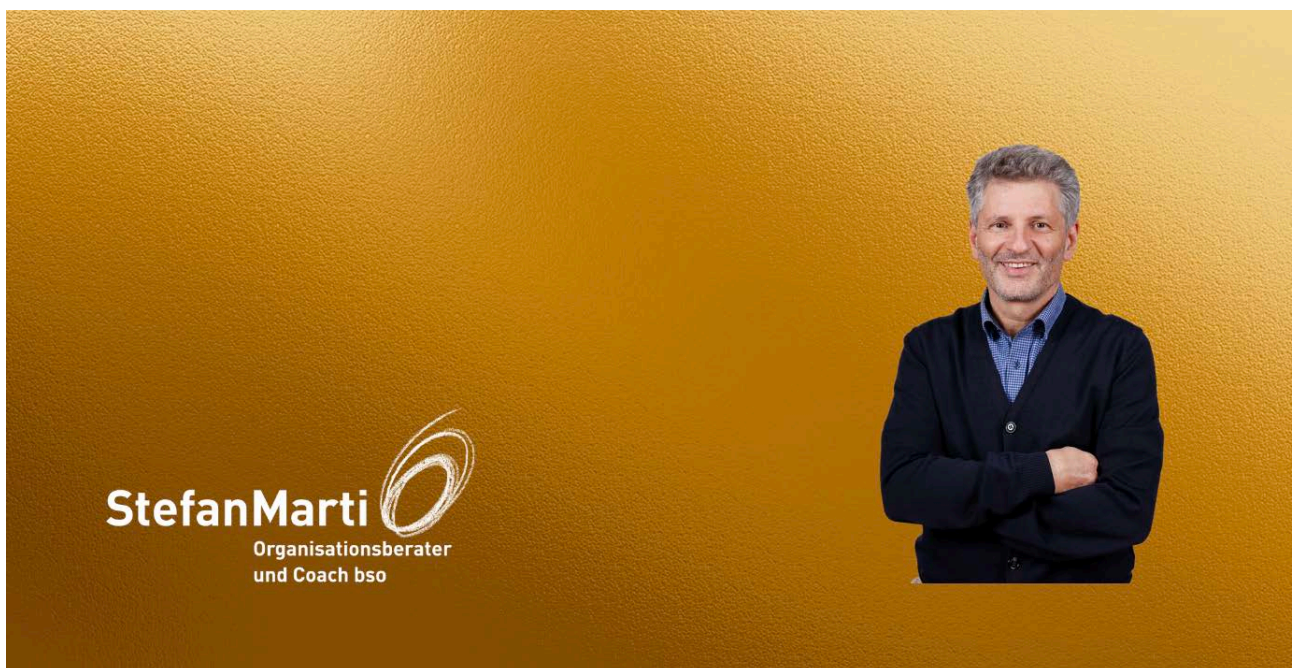
Stefan Marti, Organisationsberater und Coach bso

Eichgutstrasse 1

CH-8400 Winterthur

[www.st-marti.ch](http://www.st-marti.ch)

[info@st-marti.ch](mailto:info@st-marti.ch)



**Die EA: tiefgründig – substanziell – wesentlich**



## Anhang: Was ist die EA?

Die Existenzanalyse (EA) ist wie eine Goldmünze. Die beiden Seiten symbolisieren zwei unterschiedliche und wesentliche Aspekte der EA, und das Gold der Münze steht für ihre Substanz. Die eine Seite der Goldmünze steht für das, was die EA im Kern ausmacht: die Frage nach dem gelingenden Leben. Das Kernthema der Existenzanalyse ist die persönliche Lebensgestaltung mit der Kernfrage, wie gutes Leben gelingen kann. Es geht um den Menschen und sein eigenes Leben. Die EA greift die zutiefst menschliche Suche nach sinnvollem und erfülltem Leben auf. Das Streben, *wesentlich zu leben* - im doppelten Sinn: ein bedeutsames Leben und ein Leben, das dem eigenen Wesen entspricht – das Leben persönlich zu leben und intentional auf Werte ausgerichtet sein. Die Betonung dieser personalen Dimension ist ein Spezifikum der EA – ein Leben mit innerer Zustimmung - ein Verbundensein mit sich selbst, seiner inneren Stimme und dem inneren Wissen um den richtigen und stimmigen Weg. Ein Leben aus der Gegenwärtigkeit und ein mit sich in der Tiefe verbunden und verankert sein. Als ganzer Mensch präsent sein: mit Haut und Haar, mit Kopf und Herz, mit meinem Leib und meiner Seele existieren und nicht nur funktionieren. Das eigene Leben wirklich selber leben: das eigene *Leben* – das *Eigene* leben. (Mit-)Autor:in des eigenen Lebensweges sein.



Die EA ist zwar vielen Menschen wenig bekannt und dennoch irgendwie zutiefst vertraut. Die EA ist eine grundsätzliche Haltung sich selbst und dem Leben gegenüber, geprägt von Freiheit und Eigenverantwortlichkeit. Der Mensch ist von seinem Wesen her frei und damit auch für sich und sein Verhalten in seinen Lebensbezügen verantwortlich. Die EA steht für Selbst- und Weltverantwortung und versteht den Menschen als Mitgestalter und Mitautor seines Daseins. Die EA ist ein Kompass und Reiseführer auf dem persönlichen Lebensweg; sie gilt als eine Grammatik gelingenden Lebens oder auch als Nährstoff für persönliches Wachstum und die Selbstführung. Die EA befasst sich mit den existenziellen und essenziellen Themen des Menschseins: Wer bin ich? Weshalb gibt es mich? Was ist mein Platz? Was ist der Sinn meines Lebens? Wie gelingt gutes Leben? Die EA verkörpert ein humanistisches Menschenbild mit zentralen Werten wie Respekt, Würde, Verbundenheit und Autonomie. Die EA geht von der Einmaligkeit und Einzigartigkeit jedes Menschen aus – sie will den Menschen im Kern verstehen - das, was ihn wesentlich ausmacht. Dazu eignet sich die philosophische Herangehensweise besonders.

Die EA hat ausgeprägt philosophische Wurzeln - sie basiert auf dem Erfahrungsschatz der 2000 Jahre alten philosophischen Tradition aus West und Ost. Besonderen Einfluss hatte die Existenzphilosophie, in welcher der einzelne Mensch mit der persönlichen Auseinandersetzung mit seinem Leben im Zentrum steht. Die EA basiert auf der Arbeit von Viktor Frankl und wurde durch Alfred Längle in die heutige moderne Form weiterentwickelt. Das Herzstück der modernen Existenzanalyse ist das Konzept der vier Grundmotivationen. Die Grundmotivation beschreiben mit grosser Tiefenschärfe, Tiefgründigkeit und Systematik die grundlegende Motivationsstruktur des Menschseins – das, was den Menschen wesentlich ausmacht. Die Grundmotivationen, orientieren sich an den Grunddimensionen und -polaritäten der Existenz und sind damit ganzheitlich und für das eigene Leben bedeutsam und relevant. Die geistige Dimension des Menschen hat in der EA einen guten Platz.

Die EA ist eine Brücke zwischen Philosophie und Psychologie und ist wie Google Earth: sie liefert eine Gesamtsicht mit gleichzeitig grosser Tiefenschärfe. Die EA ist ein Schlüssel, sich selbst und andere Menschen zu verstehen. Die EA, welche heute in zahlreichen Ländern auch ein staatlich anerkanntes Psychotherapieverfahren ist, ist auch vergleichbar mit einer Schatzkiste, denn sie beinhaltet einen reichen Fundus an Inhalten, Konzepten und Methoden. Die moderne Existenzanalyse, welche auch eine spirituelle Tiefe hat, ist die konkreteste und ausgereifteste Ausformung des existenziellen Paradigmas; sie steht für Substanz und Tiefgründigkeit oder in der Metapher der Goldmünze ausgedrückt: Die EA hat eine hochwertige Substanz wie Gold.



Mit der (existenz-)philosophischen Prägung und den vier Grundmotivationen liegt ein ganzheitlicher, systematischer, psychologisch und philosophisch gut fundierter Orientierungsrahmen für die Arbeit mit Menschen vor. Deshalb ist die EA bedeutsam in allen Professionen und Arbeitsfeldern, wo es um Menschen geht: Coaching, Beratung, Führung, Pädagogik, Medizin, soziale Arbeit, Seelsorge etc. Die EA ist – und das ist die zweite Seite der Goldmünze – auch ein substanzieller, und ganzheitlicher Orientierungsrahmen mit grosser Erklärungskraft und Handlungsrelevanz für die Arbeit mit Menschen, Teams und Organisationen: differenziert, tiefgründig und systematisch. Mit ihren Schlüsselthemen wie beispielsweise Sinn, Werte, Vertrauen, Motivation, Freiheit/Verantwortung, Entscheiden, Authentizität, Würde, Resilienz, Selbstführung und Lebenserfüllung beinhaltet die EA bedeutsame Zeitthemen. Mit ihrer expliziten Methodenoffenheit und ihrer konsequent phänomenologischen Vorgehensweise – einem weiteren Spezifikum der EA – ist die EA ein wertvoller (professioneller) Orientierungsrahmen für eine integrative Arbeit mit Menschen, Teams und Organisationen, basierend auf einem zeitgemässen, ganzheitlichen Menschenbild.



**«Mein Bein kannst du in Ketten legen – ja, aber nicht meinen Willen – nicht einmal Zeus kann diesen erobern.»**

**Epiktet**