

19. November 2026, 9:00–13:00 Uhr **online**

■ Sinn stiften: Vergebung

Veranstaltungsnummer: 30.950

Verletzungen, Enttäuschungen und Schuld gehören zu menschlichen Beziehungen. Oft bleiben sie lange in uns wirksam – als Groll, Rückzug oder innere Schwere. Vergebung kann ein Weg sein, diese Verstrickungen zu lösen und neue Freiheit zu gewinnen. In diesem Seminar wenden wir uns der Frage zu, was Vergebung bedeutet – und was nicht. Wir erkunden, wie Menschen Wege finden können, mit erlittenem oder zugefügtem Unrecht umzugehen, ohne Erfahrungen zu verleugnen oder zu verharmlosen. Dabei geht es nicht um vorschnelles Verzeihen, sondern um einen achtsamen Prozess der Klärung und inneren Bewegung.

Trainer: Martin Heyer

17. Dezember 2026, 9:00–13:00 Uhr **online**

■ Sinn stiften: Hoffnung

Veranstaltungsnummer: 30.951

Hoffnung ist mehr als Optimismus. Sie ist eine innere Haltung, die auch in unsicheren Zeiten Orientierung geben und Handlungskraft stärken kann. Hoffnung eröffnet den Blick auf Möglichkeiten – selbst dort, wo Herausforderungen und Begrenzungen spürbar sind. Gemeinsam erkunden wir Erfahrungen von Zuversicht, Vertrauen und Zukunftsorientierung und spüren den Quellen nach, aus denen Menschen Hoffnung schöpfen.

Trainer: Martin Heyer

■ Trainer



© Phasen.Weise GmbH

Martin Heyer, Jurist, Philosoph und Soziologe, arbeitet als personenzentrierter Coach und ist Experte für politische Kommunikation, Organisationsentwickler, Trainer und Gestalttherapeut.

© WILA Bonn



Brigitte Peter, Ökonomin, Journalistin und Erwachsenenbildnerin, hat zehn Jahre lang den Wissenschaftsladen (WILA) Bonn als Geschäftsführerin geleitet und widmet sich nun als Trainerin für Kommunikation, Prozessgestaltung und Focusing den Themen Bildung für nachhaltige Entwicklung, Beteiligung & Empowerment.

© KSI/Martin Magunia



André Schröder, Theologe und Sozialethiker, bringt rund 15 Jahre Erfahrung bei der Planung und Durchführung von Bildungsangeboten (Tagungen, Seminare, Kongresse, Ausstellungen, Konzerte) in der akademischen Bildung, bei Fortbildungen auf kommunaler Ebene und in der innerbetrieblichen Weiterbildung in seine tägliche Arbeit ein.

■ Anmeldung und Information

Die Seminareinheiten sind einzeln buchbar. Über unser Anmeldeformular auf www.ksi-institut.de oder über

© KSI/Martin Magunia



Sabine Häusler, KSI
Tel.: 02241 – 2517-408,
E-Mail: haeusler@ksi.de

■ Kosten

60,- € pro Seminareinheit.
Die Zugangsdaten erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung.

Der Podcast zu den
INNER DEVELOPMENT GOALS

ksi online WILA Bonn

Scannen Sie mich

katholisch-soziales institut

Bergstraße 26
53721 Siegburg

Telefon 02241-2517-0
Telefax 02241-2517-102

info@ksi.de
www.ksi-institut.de



ONLINE-SEMINARREIHE
**SINN STIFTEN. VON INNEREM
WACHSTUM UND
ÄUSSERER VERÄNDERUNG**

 **APRIL BIS
DEZEMBER 2026**
Ein Ort des Dialogs

Diese Online-Seminarreihe lädt Haupt- und Ehrenamtliche dazu ein, ihre persönliche Sinnfrage neu zu entdecken und zugleich Impulse für ihr berufliches und freiwilliges Engagement zu gewinnen. In vierstündigen Einheiten eröffnen wir Räume, um zentrale Themen menschlicher Erfahrung zu erkunden: Wozu?, Inspiration, Sinneserfahrung, Verbundenheit, Widerstand, Trauer, Vergebung und Hoffnung.

Mit einem reichen Schatz an Methoden – Gestaltarbeit, Focusing, Ressourcenorientierung – fördern wir Selbstwahrnehmung, innere Klarheit und die Fähigkeit, Veränderungen wirksam zu gestalten. Die Inner Development Goals (IDGs) bilden dabei unseren Orientierungskompass: Fähigkeiten wie Präsenz, Mitgefühl, Mut, Vertrauen und Handlungsfähigkeit werden erlebbar gemacht und praktisch eingeübt.

Die Reihe schafft einen geschützten Lernraum, der persönliche Reflexion mit gemeinschaftlichem Austausch verbindet. Sie richtet sich an Menschen, die ihre innere Haltung stärken, Sinnquellen erschließen und daraus Impulse für eine tragfähige Zukunft gewinnen möchten.

30. April 2026, 9:00–13:00 Uhr online

■ Sinn stiften: Wozu?

Veranstaltungsnummer: 30.945

Am Anfang jeder Veränderung steht die Frage: Wozu? Warum engagiere ich mich? Was gibt meinem Handeln Richtung und Bedeutung? Und welche Sinnquellen tragen mich – gerade in Zeiten von Unsicherheit, Wandel oder Überforderung?

Die Auftaktveranstaltung der Reihe lädt dazu ein, der eigenen Sinnfrage neu zu begegnen. Wir erkunden gemeinsam, was Menschen antreibt, was Orientierung gibt und wie persönlicher Sinn mit gesellschaftlichem Engagement zusammenhängt.

Trainer: Brigitte Peter, Martin Heyer

28. Mai 2026, 9:00–13:00 Uhr online

■ Sinn stiften: Inspiration

Veranstaltungsnummer: 30.946

Was inspiriert uns – und wie finden wir Zugang zu Quellen, die unser Engagement nähren? In diesem Online-Seminar erkunden wir persönliche und gemeinsame Inspirationsquellen. Wir eröffnen Räume für Resonanz, Kreativität und neue Perspektiven. Die Teilnehmenden reflektieren, was sie innerlich bewegt und stärkt – und wie daraus Impulse für ihr berufliches und freiwilliges Handeln sowie Inspiration für andere erwachsen können.

Trainerin: Brigitte Peter

© Thirdman – Pexels



18. Juni 2026, 9:00–13:00 Uhr online

■ Sinn stiften: Revolutionäre Pause

Veranstaltungsnummer: 30.947

Wie entsteht in uns die Fähigkeit, etwas auf neue Weise zu tun – kreativ, lebendig und sinnhaft? In diesem Online-Seminar laden wir dazu ein, den Blick nach innen zu richten und mit allen Sinnen wahrzunehmen, was sich im Moment zeigt. Besonders achten wir auf jene kleine, oft übersehene Pause – jenen stillen Augenblick, in dem wir merken, dass etwas in uns Bedeutung hat, auch wenn wir es noch nicht genau benennen können. Durch das bewusste Erspüren von Sehen, Hören, Fühlen und der Resonanz, die daraus erwächst, entsteht Raum für neue Erfahrungen. Die Teilnehmenden erkunden, wie

aus dieser feinen Aufmerksamkeit Zugänge zu inneren Ressourcen und zu sinnvollem Handeln entstehen. Im gemeinsamen Austausch wird erlebbar, wie bewusste Wahrnehmung Wandel, Kreativität und Verbundenheit fördert.

Trainerin: Brigitte Peter

23. Juli 2026, 9:00–13:00 Uhr online

■ Sinn stiften: Verbundenheit

Veranstaltungsnummer: 31.000

Verbundenheit ist eine zentrale Quelle von Sinn – mit uns selbst, mit anderen Menschen und mit dem größeren Ganzen, das uns umgibt. In diesem Online-Seminar erkunden wir, wie aus innerer Verbindung und achtsamer Wahrnehmung neue Sinn- und Handlungsmöglichkeiten entstehen.

Durch bewussten Kontakt mit unseren Empfindungen und im gemeinsamen Austausch erfahren wir, wie Beziehung, Resonanz und Mitgefühl zu tragenden Kräften werden. Dieses Seminar lädt dazu ein, sich selbst und anderen auf eine Weise zu begegnen, die nährt, verbindet und inspiriert.

Trainerin: Brigitte Peter

© Thirdman – Pexels



17. September 2026, 9:00–13:00 Uhr online

■ Sinn stiften: Widerstand

Veranstaltungsnummer: 30.948

Widerstand gehört zum Leben: Er begegnet uns als äußere Herausforderung, als innerer Zweifel oder als

Kraft, die uns daran hindert, Gewohntes zu verlassen. Gleichzeitig kann gerade im Widerstand eine wichtige Quelle von Sinn liegen.

Wir erkunden, wie Widerstände entstehen, was sie uns zeigen und wie wir ihnen auf eine konstruktive Weise begegnen können. Statt Widerstand nur als Hindernis zu verstehen, nehmen wir ihn als Signal ernst – als Hinweis auf Bedürfnisse, Werte oder Grenzen.

Trainer: Martin Heyer

29. Oktober 2026, 9:00–13:00 Uhr online

■ Sinn stiften: Trauer

Veranstaltungsnummer: 30.949

In diesem Seminar schaffen wir einen achtsamen Raum, um Trauer als menschliche Erfahrung zu würdigen und ihr einen Platz zu geben. Gemeinsam erkunden wir, was in der Trauer sichtbar wird: unsere Verbundenheit, unsere Werte und das, was wir bewahren oder neu ins Leben bringen möchten. Die Veranstaltung lädt dazu ein, Trauer nicht nur als Schmerz, sondern auch als Ausdruck von Liebe und Sinn zu verstehen – und daraus Kraft für persönliches und gemeinschaftliches Handeln zu schöpfen.

Trainer: Martin Heyer

© Teona Seift – Pexels

