

Das Seminarangebot Existenzanalyse 2026

Sie halten – physisch oder virtuell – das Seminarangebot zur Existenzanalyse 2026 in Ihren Händen. Es umfasst sowohl jährlich wiederkehrende Seminare als auch zahlreiche neue Angebote.

Mit dieser Seminarlandschaft möchte ich Ihnen die Möglichkeit bieten, sich mit der Existenzanalyse (EA) vertraut zu machen, Ihr Wissen zu vertiefen oder sich bewusst eine Auszeit zur Reflexion und zum *Sinnieren* zu gönnen.

Lassen Sie sich von dieser Seminarbroschüre anregen und inspirieren. Ich freue mich, Sie – oder Dich – in einem der Seminare willkommen heißen zu dürfen.



S. Marti

Stefan Marti

Inhaltsverzeichnis

Hier ein Überblick über den Inhalt dieses Seminarprogramms:

Seite	Inhalt
2	Inhaltsverzeichnis
3	Was ist die Existenzanalyse?
4	Ausbildungs- und Seminarangebot zur Existenzanalyse (EA)
5	Das Seminarangebot 2025 im chronologischen Überblick
Seminare	
6	Einführung in die Existenzanalyse
8	Existenzielles Coaching 1
10	Existenzielles Coaching 2
12	Existenzielle Führung
14	Praxiswerkstatt EA NEU
16	Wirkungsvoll Workshops moderieren NEU
18	FreiTags-Seminar Spannungsfelder, Polaritäten und Ambiguitäten NEU
20	FreiTags-Seminar Geheimnis Spirit NEU
22	Das Herbstseminar Das eigene Leben – das Eigene leben NEU
24	Supervision in Kleingruppen
25	Ein Tag draussen unterWEGs NEU
26	Teamretraite mit existenziellen Themen und Impulsen NEU
27	CAS Organisationsentwicklung und -beratung
27	EA-Impuls' – Vorträge auf YouTube
Diverses	
28	Was Sie sich von einer Fortbildung in der EA versprechen können
29	Was Teilnehmende sagen...
31	Die Seminarorte
32	Organisation und Anmeldung
32	Kontaktadresse

Was ist die Existenzanalyse?

Die Existenzanalyse (EA) ist ein ganzheitlicher und tiefgründiger Ansatz für die Arbeit mit Menschen, Teams und Organisationen. Ihr Kernthema ist die persönliche Lebensgestaltung – mit der zentralen Frage: *Wie kann gutes Leben gelingen?*

Die EA richtet den Blick auf den Menschen und sein eigenes Leben. Sie greift die zutiefst menschliche Suche nach Sinn und Erfüllung auf und hat starke philosophische Wurzeln: Sie steht in der Tradition der über 2000 Jahre alten abendländischen Philosophie. Besonders prägend war dabei die Existenzphilosophie, in der der einzelne Mensch mit seiner persönlichen Auseinandersetzung mit dem Leben im Mittelpunkt steht. Der Mensch wird als freies und verantwortliches Wesen verstanden – als jemand mit Selbstgestaltungspotenzial, der den Schlüssel zu einem gelingenden Leben letztlich selbst in der Hand hält. Die EA ist damit nicht nur Methode, sondern eine grundsätzliche Haltung sich selbst und dem Leben gegenüber – geprägt von Eigenverantwortung, Freiheit und Sinnorientierung. Die Wurzeln der Existenzanalyse liegen in der Arbeit von Viktor Frankl. In den letzten Jahrzehnten wurde sie durch Alfred Längle, einen langjährigen Wegbegleiter Frankls, zu ihrer heutigen modernen Form weiterentwickelt.

Zwei Flügel der Existenzanalyse

Wie ein Vogel hat auch die EA zwei *Flügel*.

Erster Flügel – das persönliche Leben

Der erste Flügel steht für die Frage nach einem gelingenden, sinnerfüllten Leben. Es geht um den eigenen Lebensweg – um ein Leben mit innerer Zustimmung, mit Leib und Seele, in dem man wirklich *vorkommt* und nicht nur funktioniert. Die Existenzanalyse lädt dazu ein, Gestalter:in und Autor:in des eigenen Lebens zu sein. Da das Leben ständige Veränderung ist, gilt es immer wieder neu zu entscheiden und Verantwortung für das eigene Handeln und den persönlichen Weg zu übernehmen. Als sinn- und zukunftsorientiertes Wesen ist der Mensch ständig auf das Kommende bezogen. Die EA kann dabei Kompass und Reiseführer sein – eine Grammatik gelingenden Lebens, ein Schlüssel, um sich selbst, andere Menschen und Beziehungsdynamiken in der Tiefe zu verstehen. Der erste Flügel berührt somit die grundlegenden Fragen des Menschseins – und steht in enger Verbindung zur Philosophie, insbesondere zur Existenzphilosophie.



Zweiter Flügel – die professionelle Anwendung

Der zweite Flügel steht für die praxisorientierte Umsetzung der EA. Als originäre Psychotherapie, entwickelt von Alfred Längle, umfasst sie einen reichen Fundus an Konzepten, Methoden und Techniken, die weit über die Psychotherapie hinaus Anwendung finden. Mit ihren zentralen Themen – Sinn, Freiheit, Verantwortung, Werte, Motivation, Entscheidung und Lebensführung – wird die Existenzanalyse heute in vielen Bereichen eingesetzt: in Coaching, Personal-, Team- und Organisationsentwicklung, Führung, Pädagogik, sozialer Arbeit, Medizin und Seelsorge. Mit den vier existenziellen Grundmotivationen bietet sie einen umfassenden, systematischen und differenzierten Orientierungsrahmen für die professionelle Arbeit mit Menschen. Kennzeichnend sind die phänomenologische Arbeitsweise, die ausgeprägte Wert- und Sinnorientierung sowie ein modernes, humanistisches und positives Menschenbild – mit starken Konzepten und griffigen Methoden jenseits des Mainstreams.

Ein Ansatz mit Hand und Fuss

Die Existenzanalyse ist ein Ansatz mit Hand und Fuss – eine Schatzkiste voller Konzepte, Methoden und Erfahrungen. Mit ihrer psychologischen, philosophischen und lebenspraktischen Dimension ist sie für ein breites Spektrum von Anwendungsfeldern relevant – im Kern überall dort, wo Menschen mit Menschen arbeiten.

Ausbildungs- und Seminarangebot zur Existenzanalyse (EA)

Da ich von der Bedeutsamkeit und Aktualität der Existenzanalyse überzeugt bin, biete ich ein vielfältiges Ausbildungs- und Seminarangebot an. Dieses richtet sich an einen dreifachen Personenkreis:

1. Fach- und Beratungspersonen

An Menschen, die professionell mit der EA arbeiten möchten – und an Substanz, Tiefgründigkeit und einem existenzphilosophischen Fundament interessiert sind. Personen, die einen ganzheitlichen und differenzierten Orientierungsrahmen für ihr professionelles Wirken suchen und sich mit den wesentlichen Fragen des Menschseins auseinandersetzen wollen, wie etwa:

- Coaches und Beratende
- Personalentwickler:innen und Trainer:innen
- Team- und Organisationsentwickler:innen
- Fachpersonen aus HR, Gesundheitsmanagement, sozialer Arbeit, Pädagogik und Sport
- Fachpersonen aus Medizin, Seelsorge oder Psychotherapie

2. Führungskräfte

An Führungspersonen, die ihre Führungsarbeit auf eine solide psychologische und philosophische Basis stellen möchten. An Menschen, die ein zeitgemässes Führungsverständnis auf Grundlage eines modernen, humanistischen Menschenbildes leben wollen – basierend auf Sinn, Werten, Vertrauen und Eigenverantwortung. Führungskräfte, die bereit sind, in die eigene Entwicklung als Person und Führungskraft zu investieren.

3. Privatpersonen

An Menschen, die sich bewusst mit sich selbst und ihrem Unterwegssein auf dem persönlichen Lebensweg auseinandersetzen möchten. An jene, die sinnerfüllt und authentisch leben wollen – und wissen oder ahnen, dass sie den Schlüssel zu einem gelingenden Leben selbst in der Hand halten. An Personen in Übergängen, Entscheidungssituationen oder anspruchsvollen Lebensphasen, die sich selbst vertiefter verstehen und in ihre seelische Vermögensbildung investieren möchten.

Das Seminarangebot

Mit diesem Seminarangebot möchte ich Ihnen die Möglichkeit geben, sich mit der Existenzanalyse vertraut zu machen und sie schrittweise zu erlernen. Das modular aufgebaute Programm umfasst sowohl jährlich wiederkehrende als auch sich verändernde und neue Themen. So kann ein individueller Lern- und Entwicklungsweg über mehrere Jahre – zum Dranbleiben, Weiterweben und Verinnerlichen der EA entstehen.

Einstieg

Der ideale Einstieg ist das dreitägige Einführungsseminar in die Existenzanalyse. Hier erhalten Sie eine kompakte Übersicht über die Inhalte, Kernkonzepte und die Arbeitsweise der EA.

Methodenseminare

Diese Seminare fokussieren auf die praktische Anwendung der EA im beruflichen Kontext, z. B.: *Existenzielles Coaching 1 und 2*, *Existenzielle Führung* und das Seminar *Wirkungsvoll Workshops moderieren*. Im Seminar *Praxiswerkstatt EA* steht die konkrete Anwendung der Existenzanalyse auf spezifische Fragestellungen aus der Praxis im Mittelpunkt. Auch das CAS in Organisationsentwicklung und -beratung an der Kalaidos Fachhochschule basiert wesentlich auf dem existenziellen Ansatz.

Vertiefungsseminare

Darüber hinaus biete ich inhaltliche Vertiefungsseminare an – etwa die beiden eintägigen Freitags-Seminare sowie das zweitägige Herbstseminar. Diese Seminare fördern das Innehalten auf dem persönlichen Lebensweg und bieten zugleich eine gute Möglichkeit, die EA kennenzulernen.

Massgeschneiderte Formate

Neben dem offenen Seminarangebot besteht die Möglichkeit zu massgeschneiderten, individualisierten Formaten – angepasst an spezifische Themen, Zielgruppen oder Organisationen.

Das Seminarangebot 2026 im chronologischen Überblick

Seminar	Dauer	Datum
Einführung in die Existenzanalyse	3 Tage	15.-17. April 2026
Praxiswerkstatt EA	2 Tage	3./4. Juni 2026
FreiTags-Seminar Gegensätze und Polaritäten	1 Tag	26. Juni 2026
Existenzielles Coaching 1	3 Tage	29. Juni - 1. Juli 2026
Wirkungsvoll Workshops gestalten	2 Tage	17./18. Aug. 2026
Existenzielle Führung	3 Tage	26.-28. Aug. 2026
Existenzielles Coaching 2	3 Tage	23.-25. Sept. 2026
FreiTags-Seminar Geheimnis Spirit	1 Tag	2. Okt. 2026
Einführung in die Existenzanalyse	3 Tage	18.-20. Nov. 2026
Herbst-Seminar Das eigene Leben – das Eigene leben	2 Tage	3./4. Dez. 2026
Ein Tag draussen unterWEGs	1 Tag	Nach Absprache
Teamretraite mit existenziellen Impulsen	1 Tag	Nach Absprache
CAS Organisationsentwicklung und -beratung		Start März u. Nov. 2026

Die detaillierten Inhalte dieser Seminare sind im Folgenden beschrieben.



Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse'

Das Seminar

Dieses dreitägige Seminar bietet eine kompakte und systematische Einführung in die Existenzanalyse. Die grundlegenden Zusammenhänge, Kernideen und Konzepte des existenziellen Paradigmas und der Existenzanalyse werden in übersichtlicher Form zur Verfügung gestellt. Damit soll die existenzielle Sicht- und Arbeitsweise für die eigene Person und 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 Beziehung gesetzt – es findet also auch eine persönliche Auseinandersetzung mit den Inhalten der EA statt.

Das Seminar kann als eigenständiges Seminar besucht werden, um die EA kennenzulernen. Es kann jedoch auch die Basis für anschließende vertiefende Fortbildungen im Rahmen des EA-Lernwegs bilden.

Themen und Inhalte

- Philosophische Grundlagen, Inhalte und Hauptexponenten des existenziellen Paradigmas
- Kernkonzepte der Logotherapie nach Viktor Frankl
- Überblick über die moderne 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
- Entscheiden
- 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: 15.-17. April 2026

Durchführung 2: 18.-20. Nov. 2026

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 1200.-

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

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 personal-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. Es ist ein Seminar aus der Praxis für die Praxis.

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. Ein zentrales Element des Seminars ist auch die vertiefte Analyse von Lehrvideos, welche die existenzielle Arbeitsweise im Coaching konkret und detailliert demonstrieren.

Das Seminar, welches auch als Vertiefung der Existenzanalyse gedacht ist, eignet sich sowohl für beratende als auch für führende oder lehrende Personen gleichermaßen. Die existenzielle Gesprächsführung ist zudem eine zentrale Führungskompetenz.

Themen und Inhalte

- Existenzielles Coaching im Überblick
- Grundsätze und Kernelemente des existenziellen Coachings
- Existenzielle Gesprächsführung
- Phänomenologie als Haltung und Methode
- Die Kunst personaler, phänomenologische Gesprächsführung
- Aufbau eines generativen Dialogfeldes
- Dialogformen nach Sokrates, Buber und Längle
- Die Kraft von Begegnung und Konfrontation
- Das Prozessmodell der Existenzanalyse: Grundmodell und Variationen
- Kognition und Intuition – das Geschwisterpaar
- Der Einsatz des Strukturmodells im Coaching
- Das Personen-Konzept im Coaching
- Personale Ressourcen aktivieren
- Primäre und integrierte Emotion
- Gespür, Gefühl, Gewissen und Stimmigkeit als zentrale Ressourcen
- Die Dynamik von Freiheit und Sinn in Gang bringen
- Der Willensbildungs- und Entscheidungsprozess
- Methoden im existenziellen Coaching – ein Überblick
- Integrative Arbeitsweise im Coaching
- Coach als Person / Grundlegende Haltung
- Hauptsächliche Unterschiede zu anderen Coachingansätzen
- Praxisfragen und -beispiele

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

Anzahl Teilnehmende

Um ein massgeschneidertes Seminar zu gewährleisten, beträgt die maximale Teilnehmerzahl 9 Personen. Ich empfehle daher eine frühzeitige Anmeldung.

Voraussetzungen

Das Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse' bietet eine wichtige Grundlage für das Seminar. Das vorgängige Besuch 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

29. Juni – 1. Juli 2026

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 1280.-
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

Seminar 'Existenzielles Coaching 2'

Das Seminar

Dieses dreitägige Seminar ist ein Vertiefungsseminar zum existenziellen Coaching bzw. zur existenziellen Gesprächsführung. Als originär psychotherapeutisches Verfahren beinhaltet die moderne Existenzanalyse nach Längle einen reichen Fundus an Konzepten sowie themenspezifischen Methoden und Techniken. Diese zu kennen, ist für die persönliche Coachingpraxis sehr nützlich. Dieser Schatz kann auch im Coaching gewinnbringend eingesetzt werden. Das Seminar gibt einen Einblick in dieses umfangreiche Methodenrepertoire und beleuchtet mit grosser Tiefenschärfe grundlegende Themenkreise im Coaching.

Da letztlich nicht Konzepte, Methoden und Techniken, sondern die eigene Person als Coach das zentrale Instrument im existenziellen Coaching ist, findet auch in diesem Seminar eine explizite Auseinandersetzung mit der eigenen Person und Haltung als Coach bzw. Coachin statt.

Das Seminar basiert didaktisch auf vier Säulen:

1. Theoretische Impulse zu Schlüsselthemen
2. Fallbesprechungen aus der Praxis – konkretes Aufzeigen der existenzanalytischen Herangehensweise
3. Praktische Coachings in Triaden mit anschliessender Reflexion und Feedback
4. Selbstreflexion

Die inhaltlichen Schwerpunkte des Seminars orientieren sich an den spezifischen Fragen und Interessen der Teilnehmenden. Im Seminar werden wir «frisch» kochen.

Das Seminar ist zudem eine gute Möglichkeit, die EA inhaltlich zu vertiefen. Es eignet sich sowohl für beratende als auch für führende oder lehrende Personen gleichermaßen. Es ist ein Seminar aus der Praxis für die Praxis.

Themen und Inhalte

- Existenzielles Coaching im Überblick
- Die drei Perspektiven auf Coaching
- Vertiefung der phänomenologischen Arbeitsweise
- Stockwerke und Prinzipien des existenziellen Coachings
- Das personale Kerndreieck – der Schlüssel im existenziellen Coaching
- Mobilisierung der geistig-personalen Ressourcen: Möglichkeiten und Wege
- Methoden und Techniken der modernen Existenzanalyse nach Längle
- Allgemeine und spezifische existenzielle Coachingmethoden. Methodendreieck
- Methoden und Techniken im Coaching nach Irvin D. Yalom
- Umgang im Coaching mit den drei Schlüsselemotionen Ärger/Wut, Angst und Trauer
- Vertieftes, existenzanalytisches Verständnis dieser Schlüsselemotionen
- Konkrete Arbeit mit den vier Grundmotivationen im Coaching
- Kognition und Intuition – ein Tangotanz
- Willensbildungs- und Entscheidungsprozess
- Umgang mit Willensbildungs- und Entscheidungsproblemen im Coaching
- Verantwortungsvermeidung und Passivität
- Themenspezifische Methoden und Vorgehensweisen (z.B. Sinnfragen, Standortbestimmungen, Einstellungsänderungen, Umgang mit Krisen oder Verlusten)
- Kurzer Abstecher in die Psychopathologie

- Existenzielle Persönlichkeitstypologie im Coaching
- Integrative, mehrdimensionale Arbeitsweise im existenziellen Coaching
- Verbindung mit anderen Ansätzen. Einsatz adjuvanter Methoden
- Die Spirituelle Dimension im Coaching
- Coach als Person
- Fallbesprechungen und Praxisbeispiele
- Praktische Übungen

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

Anzahl Teilnehmende

Um ein massgeschneidertes Seminar zu gewährleisten, beträgt die maximale Teilnehmerzahl 9 Personen. Ich empfehle daher eine frühzeitige Anmeldung.

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. Vorgängig zum Seminar werden einstimmende Artikel sowie YouTube-Vorträge zur Verfügung gestellt.

Datum der Durchführungen

23.-25. September 2026

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 1280.-
 Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

Seminar 'Existenzielle Führung'

Das Seminar

Die Führungsrolle ist naturgegeben anspruchsvoll. Hierzu einige Stichworte:

- Spannungsfelder, Zielkonflikte, Dilemmas, Grenzen und Begrenzungen
- Dauer-, Mehrfach- und Spitzenbelastungen
- Hohe Veränderungsdynamik, ständige Veränderungen, Ungewissheit und Unsicherheiten
- Spannungen, Störungen, Konflikte und krisenhafte Entwicklungen
- Vielzahl an fremden und eigenen Ansprüchen, Sandwichposition
- Generationenvielfalt, breite Palette an «menschlichen» Themen

Wirkungsvolle Führung braucht ein solides philosophisches und psychologisches Fundament, Klarheit über das persönliche Führungsverständnis sowie ein zeitgemässes Führungsverständnis. Hierfür ist die Existenzanalyse (EA) mit ihrem existenziellen Menschenbild für die Führungsarbeit besonders gut geeignet. Führungskräfte benötigen zudem ein gutes psychologisches Grundverständnis des Menschen – die EA bietet genau das. Sie beschreibt im Kern das Wesen sowie die grundlegende Motivationsstruktur des Menschen – ganzheitlich, differenziert, systematisch und mit hoher Tiefenschärfe.

Schlüsselbegriffe der existenziellen Führung sind: Sinn, Motivation, Vertrauen, Freiheit, Verantwortung, Entscheidung, Werte und Authentizität – allesamt Themen eines zeitgemässen Führungsverständnisses. Das dreitägige Seminar bietet eine kompakte 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 – Kernthemen existenzieller Führung
- Das existenzielle Menschenbild als Basis zeitgemässer Führung
- Die existenzphilosophische Basis der Führung
- Führungsverantwortung - aus existenzieller Sicht
- Führen auf Basis von Sinn und Werten
- Spannungsfelder, Unterschiedlichkeiten, Polaritäten und Dualitäten: die ontologische Grundstruktur in der Führung
- Dreiklang der Führung – der Kern wirkungsvoller Führung
- Führen auf Basis der vier existenziellen Grundmotivationen
- Coping-Reaktionen: Psychodynamik und Gruppendynamik
- Existenzielle Kultur - positive und negative Dynamiken in Teams
- Psychologische Sicherheit, Vertrauen und Halt: das Fundament guter Führung
- Führen auf Basis von Eigenverantwortung und breiter Verantwortungsübernahme
- Personale Begegnung, Dialog und Offenheit – grundlegend Prämissen
- Intuition und Phänomenologie – zwei zentrale Führungskompetenzen
- Willensbildungs- und Entscheidungsprozess – ein existenzielles Entscheidungsmodell
- Das existenzielle Motivationskonzept – Psychodynamik versus Noodynamik
- Dreidimensionale Führung: Struktur – Kultur – Sinn/Spirit
- Erfolg und Misserfolg
- Authentizität, Autonomie und Autorität (AAA) - die eigene Person als zentrale Führungskraft
- Existenzielle Persönlichkeitstypologie: sich und andere führen
- Selbstführung – der Schlüssel guter Führung

Zielgruppe und Teilnehmende

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

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

Es dürften sich insbesondere Personen angesprochen fühlen, die an Substanz, Tiefgang und am existenzphilosophischen Hintergrund der Führungsarbeit interessiert sind – und die Interesse haben, spannende und aufschlussreiche Konzepte jenseits des Mainstreams kennenzulernen und in ihre Führungspraxis zu integrieren.

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

26.-28. August 2026

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 1280.-
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 720.- an.

Praxiswerkstatt EA

Die grundlegenden Gedanken der Existenzanalyse sind im Grunde einfach – geht es doch im Kern immer darum, die wertvollste Möglichkeit in der konkreten Situation zu finden. Es geht um Entscheiden, Handeln und Sinn. Und gleichzeitig ist die Existenzanalyse auch eher komplex. Dies hat drei Gründe:

1. Erstens liegt es daran, dass das existenzielle Paradigma mit seinem (existenz-)philosophischen Hintergrund selbst ein sehr umfassendes Themenfeld mit vielfältigen Facetten darstellt.
2. Zweitens liegt mit der modernen Existenzanalyse nach Längle ein reicher Fundus an Konzepten, griffigen Methoden und Techniken vor – ein sehr umfassender, differenzierter und tiefgründiger Orientierungsrahmen für die praktische Arbeit, der sich jedoch aufgrund seiner Mächtigkeit nur schrittweise erschliessen lässt. Hinzu kommt, dass die phänomenologische Arbeitsweise eingeübt werden will.
3. Und drittens ist die Entwicklung der spezifischen Konzepte und Methoden in den Feldern von Coaching, Führung, Moderation, Team- und Organisationsentwicklung noch nicht abgeschlossen. Denn es versteht sich von selbst, dass die aus der Psychotherapie stammenden Konzepte der Existenzanalyse nicht 1:1 in den Organisations- und Führungskontext übertragen werden können. Gerade in diesem Bereich habe ich persönlich in den letzten Jahren stark in praxisorientierte Entwicklungsarbeit investiert.

Lange Rede – kurzer Sinn: Die EA ist zwar ein sehr mächtiger Ansatz für die Arbeit mit Menschen, Teams und Organisationen, die praktische Anwendung der EA muss man sich jedoch schrittweise erschliessen.

Aus meiner Erfahrung – und dies ist der Kerngedanke dieser Praxiswerkstatt – funktioniert dies am besten anhand von konkreten Fragestellungen aus der Praxis. Denn die Existenzanalyse ist ein praktischer Ansatz; sie zeigt ihre Kraft besonders (und nur!) im Konkreten.

Themen und Inhalte

In dieser Praxiswerkstatt werden konkrete Fragestellungen aus der Praxis im Kontext von Coaching, Führung, Team- und Organisationsentwicklung bearbeitet. Dabei soll jeweils die spezifische Sicht- und Herangehensweise der EA herausgearbeitet und sichtbar gemacht werden. Kurze theoretische Impulse zu den bearbeiteten Themen vertiefen das Verständnis der EA.

Die Themenkreise speisen sich aus drei Quellen:

- Klassische Fragestellungen aus den Feldern Coaching, Führung, Team- und Organisationsentwicklung - beispielsweise Kulturentwicklung, Change oder Passivität
- Aktuelle Zeitthemen und Herausforderungen - etwa Verunsicherung, Spannungsfelder, VUKA, Generationenvielfalt
- Konkrete und aktuelle "Fälle" und Fragestellungen der Seminarteilnehmenden

Gemeinsam definieren und priorisieren wir zu Beginn der Werkstatt die zu bearbeitenden Fragestellungen.

Das Seminar ist somit eine gute Möglichkeit, die EA inhaltlich zu vertiefen - oder anders ausgedrückt: eine Gelegenheit, um am EA-Teppich weiter zu weben.

Zielgruppe und Teilnehmende

Die Praxiswerkstatt EA richtet sich an erfahrene Personen aus folgenden Professionen:

- Coaches
- HR Business Partner:innen bzw. HR Leitende
- Trainer:innen
- Team- und Organisationsentwickler:innen
- Führungskräfte

Anzahl Teilnehmende

Um eine intensive Fallbearbeitung im Plenum zu gewährleisten, beträgt die maximale Teilnehmerzahl 8 Personen. Ich empfehle daher eine frühzeitige Anmeldung.

Teilnehmerkreis und Voraussetzungen

Das Seminar 'Einführung in die Existenzanalyse' sowie die Seminare 'Existenzielle Führung' oder 'Existenzielles Coaching' bieten eine gute Grundlage für die Praxiswerkstatt. Das vorgängige Besuchen dieser Seminare wird daher empfohlen, ist jedoch keine Bedingung. Vorgängig zum Seminar werden einstimmende Artikel sowie YouTube-Vorträge zur Verfügung gestellt.

Datum der Durchführung

3./4. Juni 2026

Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 900.-

Zusätzlich fallen Kosten für die beiden Mittagessen und eine anfällige Übernachtung an.

Übernachtung

Der Seminarort ist so gewählt, dass für die meisten Teilnehmenden eine Übernachtung nicht zwingend nötig ist. Wer vor Ort übernachten möchte: Das Hotel Kanzlei bietet Zimmer für die Übernachtung an.

Ort und Zeiten

Ort

Schloss Greifensee
Im Städtli 24
8606 Greifensee
www.schlossgreifensee.ch

Kurszeiten

Erster Tag: 08.30.00 bis 18 Uhr
Zweiter Tag: 08.30 bis 16.30 Uhr

Seminar 'Wirkungsvoll Workshops moderieren'

Kompetent und wirkungsvoll Workshops zu moderieren, gehört zum Grundhandwerk von Team- und Organisationsentwickler:innen, von Projektleitenden und Führungskräften. Gerade in der Führungsrolle wird die Fähigkeit, Workshops kompetent zu moderieren, immer wichtiger.

Wir alle haben zahlreiche Workshops erlebt: wirkungsvolle Workshops mit tragfähigen Ergebnissen und klaren Verantwortlichkeiten – und wohl auch das Gegenteil, möglicherweise sogar häufiger. Räume zu öffnen ist einfach; Räume zu schliessen und handfeste Ergebnisse zu erzielen, ist deutlich anspruchsvoller. Die passende Vorgehensmethodik bereitzustellen, ist das eine – dabei die Gruppendynamik gut im Blick zu behalten, das andere. Ein Schlüssel für erfolgreiche Workshops ist die kompetente Moderation. Workshopmoderation ist aus meiner Erfahrung ein erlernbares Handwerk – möglicherweise sogar ein Kunsthandwerk. Und genau darum geht es in diesem zweitägigen Seminar.

Für wirkungsvolle Workshopmoderation gibt es zahlreiche bewährte Quellen und Ansätze. Ein besonders erprobter Ansatz stammt von Eberhard Schnelle. Als Pionier der Workshoparbeit entwickelte er bereits in den 1970er-Jahren einen reichen Fundus an Praxismethoden.

Auch die moderne Existenzanalyse mit ihrer Sinnthematik, den systematisch ausdifferenzierten Grundmotivationen sowie ihrer phänomenologischen und lösungsorientierten Herangehensweise ist ein vielversprechender Ansatz für wirkungsvolle Workshopmoderation.

Ebenso liefert die integrale Theorie nach Jean Gebser und Ken Wilber substantielle Ansatzpunkte für erfolgreiche Workshoparbeit.

Gute Workshopmoderation umfasst die Entwicklung eines passenden Designs, ein breites praktisches Methodenrepertoire sowie eine ziel- und ergebnisorientierte Workshopsteuerung. In diesem Seminar lernen Sie praxiserprobte Methoden und Techniken der Workshopmoderation kennen und setzen sich praxisorientiert mit Ihrer Rolle als Moderator:in auseinander. Es ist ein Seminar aus der Praxis für die Praxis.



Themen und Inhalte

- Workshopdesigns entwickeln
- Methoden und Techniken der Workshopmoderation
- Werkstattmethodik nach Eberhard Schnelle und Astrid Wierwille
- Existenzielle und integrale Prinzipien der Workshop-Moderation
- Methoden des Öffnens und des Schliessen
- Generative Räume schaffen
- Dialog und Diskurs – ein wichtiger Unterschied!
- Workshopmoderation und Sinn
- Räume in T-Qualität entwickeln
- Methoden und Techniken der Ergebnissicherung
- Umgang mit anspruchsvollen Situationen
- Die Rolle und Person der Moderatorin / des Moderators

Zielgruppe und Teilnehmende

Dieses Seminar richtet sich an Personen, die ihre Kompetenz in der Workshopmoderation weiterentwickeln möchten. Einige Erfahrung in der Workshopmoderation ist dabei eine günstige Voraussetzung. Erfahrene Personen können ihr Repertoire reflektieren, verfeinern und erweitern, weniger erfahrene Personen können sich eine solide Grundlage in der Workshopmoderation erarbeiten.

Voraussetzungen

Das Einführungsseminar in die Existenzanalyse wird empfohlen, ist jedoch keine Voraussetzung.

Anzahl Teilnehmende

Um ein massgeschneidertes Seminar zu ermöglichen, beträgt die maximale Teilnehmerzahl 10 Personen. Ich empfehle daher eine frühzeitige Anmeldung.

Datum der Durchführung

17./18. August 2026

Ort und Zeiten

Ort

Greuterhof Islikon
Hauptstrasse 15
8546 Islikon TG
www.greuterhof.ch

Kurszeiten

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

Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 900.-
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale an.

FreiTags-Seminar 'Spannungsfelder, Gegensätze, Ambiguitäten'

Das Format 'FreiTags-Seminar'

Lernen lebt von der Kunst des Dranbleibens. Regelmässige Timeouts können den persönlichen Entwicklungsprozess unterstützen. Die EA ist zu vielschichtig, zu facettenreich und zu umfassend, als dass sie sich in einem einzigen Seminar vermitteln liesse. Sie lässt sich am besten schrittweise entdecken.

Dieses FreiTags-Seminar ist eine Möglichkeit, innezuhalten, sich mit einem weiteren Kernthema der EA vertieft auseinanderzusetzen und so am EA-Teppich weiterzuweben. Zugleich ist es eine Gelegenheit, auf dem eigenen Lebensweg innezuhalten und sich selbst sowie einem wichtigen Lebensthema zuzuwenden.

Das Thema «Spannungsfelder, Gegensätze und Ambiguitäten»

Der Mensch ist wesentlich in Polaritäten. Spannungen, Konflikte und Polarisierungen sind omnipräsente Realitäten. Gegensätze bilden die ontologische Struktur des Lebens und sind das Grundprinzip des Lebendigen. Sie erzeugen Ambivalenzen und Spannungen. Gegensätze sowie innere und äussere Polaritäten sind einerseits die Basis für Weiterentwicklung und Wachstum – sie können aber auch zu Polarisierungen und destruktiven Dynamiken führen. Denn wo Polaritäten nicht integriert und ausgehalten werden, entstehen Polarisierungen. Nicht integrierte Polarität schlägt in innere Zerrissenheit und Polarisierung um und führt nicht selten zum Abdriften in Extreme.

Gerade der Kontext unserer aktuellen Zeit fördert diese Entwicklung: Die toxische Mischung aus angsterzeugenden Krisen und Umbrüchen sowie der narzisstische Grundcharakter unserer Gesellschaft – geprägt von fragiler Selbstwertregulation und Selbstinszenierung – lässt Andersartigkeit und Gegensätzlichkeit zunehmend als Bedrohung erscheinen. Die damit verbundene Suche nach Halt und Selbstbestätigung kann in scheinbare Lösungen durch Polarisierungen und Extreme münden.

In diesem FreiTags-Seminar geht es um diesen essenziellen und hochaktuellen Themenkreis. Der Fokus liegt – wie immer im FreiTags-Seminar – auf der persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema. Kurze, substanzielle Impulse bilden die Basis für Selbstreflexion und kollegialen Austausch.



Themen und Inhalte

- Gegensätze als Grundprinzip des Lebendigen
- Innere Polaritäten – eine Landkarte aus existenzieller Sicht
- Äussere Gegensätze und Polaritäten
- Polarität und Dualität - ein wichtiger Unterschied
- Ambiguitäten und Ambivalenzen
- Austragungsformen von Gegensätzlichkeiten – gelingender Umgang mit Gegensätzen
- Geistige Polarisierung – Mechanismen und Dynamiken
- Einfluss der eigenen Persönlichkeitsstruktur
- Biologische, psychologische, philosophische und spirituelle Perspektiven auf diesen Themenkreis
- Stärkung der persönlichen Ambiguitätstoleranz
- Persönlichkeitsbildung und Kulturpflege als Prävention
- Selbstführung und -steuerung in der Praxis
- Persönlicher Check-Up und persönlicher Weiterentwicklungsfokus

Zielgruppe und Teilnehmende

Dieses Seminar richtet sich an Personen, welche sich persönlich mit diesem Thema auseinandersetzen möchten.

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, 26. Juni 2026

Ort und Zeiten

Ort

Schloss Greifensee
Im Städtli 24
8606 Greifensee
www.schlossgreifensee.ch

Kurszeiten

08.30 bis 17.00 Uhr

Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 450.-
Die Kosten für das Mittagessen sind inbegriffen.

FreiTags-Seminar 'Geheimnis Spirit'

Das Format 'FreiTags-Seminar'

Lernen lebt von der Kunst des Dranbleibens. Regelmässige Timeouts können den persönlichen Entwicklungsprozess unterstützen. Die EA ist zu vielschichtig, zu facettenreich und zu umfassend, als dass sie sich in einem einzigen Seminar vermitteln liesse – sie lässt sich am besten schrittweise entdecken.

Dieses FreiTags-Seminar ist eine Möglichkeit, innezuhalten, sich mit einem weiteren Kernthema der EA vertieft auseinanderzusetzen und so am EA-Teppich weiterzuweben. Zugleich ist es eine Gelegenheit, auf dem eigenen Lebensweg innezuhalten und sich selbst sowie einem wichtigen Lebensthema zuzuwenden.

Das Thema 'Geheimnis Spirit'

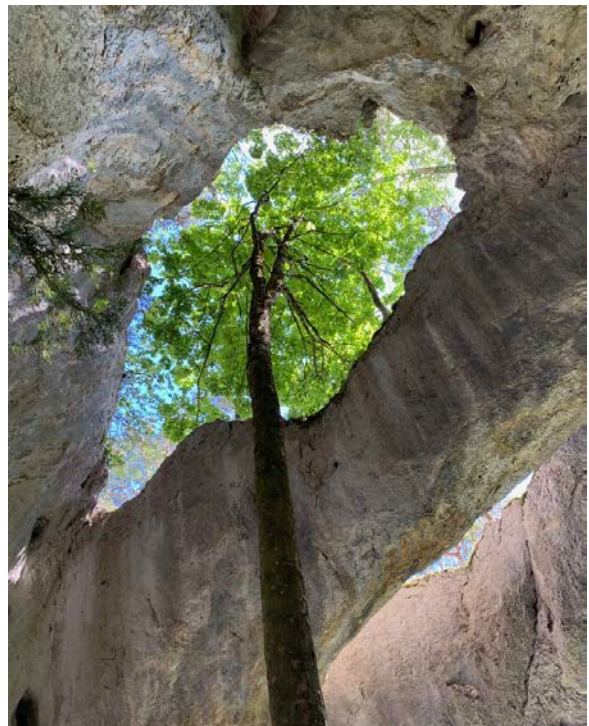
Das Leben kennt viele geheimnisvolle und schwer fassbare Dimensionen – *Spirit* ist eine davon. Jede und jeder kennt die Erfahrung von Begeisterung und Inspiration, von beseeltem und inspiriertem Handeln.

Spirit ist bewegende Kraft, Lebenskraft, Energie, Dynamik. Vielleicht ist Spirit auch wie der Flaschengeist: Einmal aus der Flasche entwichen, lässt er sich nur schwer wieder einfangen. Spirit ist nicht machbar – ein «Strickmuster» dafür gibt es nicht. Oder vielleicht doch?

Nicht wenige Unternehmen wünschen sich Spirit, Dynamik und Selbstorganisation – und betreiben stattdessen Kulturarbeit. Spirit ist auch ein zentrales Führungsthema!

Aufgrund der starken Betonung der personal-geistigen Dimension des Menschen hat die Existenzanalyse zu diesem Thema einiges zu sagen. Vielleicht besteht ein enger Zusammenhang zwischen Spirit und Sinn. Und vielleicht ist Spirit ein «Vierfüssler» – das Zusammenspiel aller vier Grundmotivationen.

Die einschlägige Fachliteratur hat zu diesem Thema erstaunlich wenig beizutragen – die Führungsliteratur noch weniger. Die Weisheitstraditionen des Ostens und Westens hingegen sprechen sehr wohl darüber. Vermutlich ist Spirit auch ein metaphysisches Thema.



In diesem FreiTags-Seminar geht es um dieses geheimnisvolle und zugleich zutiefst menschliche Thema. Der Fokus liegt – wie immer im FreiTags-Seminar – auf der persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema. Kurze, substanzielle Impulse bilden die Basis für Selbstreflexion und kollegialen Austausch.

Themen und Inhalte

- Was ist Spirit? – Annäherung an ein geheimnisvolles Phänomen
- Die zwei Dimensionen von Spirit
- Spirit und Sinn
- Spirit und Werte – Noodynamik
- Spirit und Begeisterung
- Spirit und Freiheit
- Persönlicher und kollektiver Spirit
- Spirit aus Sicht der Existenzanalyse
- Spirit und Seele - ein Geschwisterpaar?
- Spirit und Spiritualität
- *Quinta Essetia* – das fünfte Element: Spirit als Quintessenz des Menschen?
- Spirit in der Führung – dreidimensionale Führung
- Kultur und Spirit
- Das 'Strickmuster' des Spirit?
- Biologische, psychologische, philosophische und spirituelle Perspektiven auf das Thema
- Persönlicher Check-Up

Zielgruppe und Teilnehmende

Dieses Seminar richtet sich an Personen, welche sich persönlich mit diesem Thema auseinandersetzen möchten.

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, 2. Oktober 2026

Ort und Zeiten

Ort

Schloss Greifensee
Im Städtli 24
8606 Greifensee
www.schlossgreifensee.ch

Kurszeiten

08.30 bis 17.00 Uhr

Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 450.-
Die Kosten für das Mittagessen sind inbegriffen.

Das Herbstseminar: 'Das eigene Leben – das Eigene leben'

Das Format 'Herbstseminar'

Immer wieder werden wir von den Geschäftigkeiten und Anforderungen des Alltags absorbiert. Deshalb kann es wichtig sein, periodisch innezuhalten, einen Schritt zurückzutreten und das eigene persönliche und berufliche Unterwegssein zu reflektieren und zu *sinnieren* – rückblickend und ausblickend. Dieses zweitägige Seminar bietet eine Gelegenheit dazu. Gerade zum Jahresende ist ein Innehalten eine besonders wertvolle Möglichkeit.

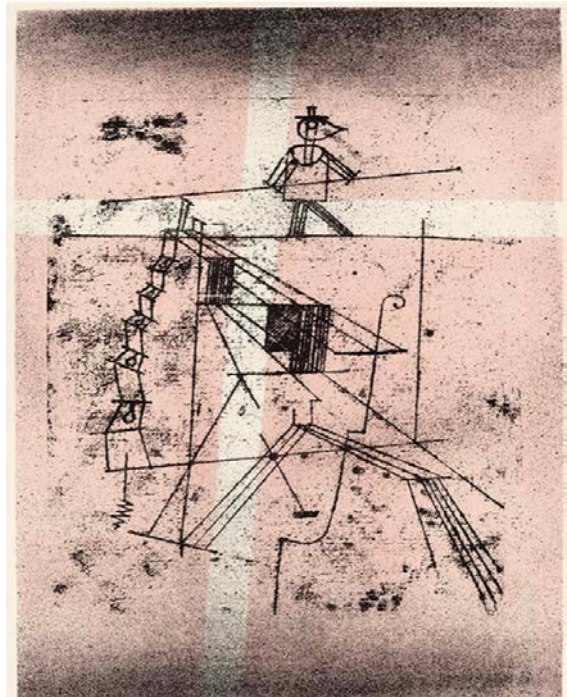
Im Kreis von Gleichgesinnten werfen Sie einen Blick auf sich selbst, Ihren Lebensweg sowie Ihr berufliches und persönliches Wirken. Das Seminar hat den Charakter eines Timeouts – Sie erhalten Gedankenanstöße und Inspiration für Ihren persönlichen Lebensweg. Ein zentrales Element sind kurze inhaltliche und existenzielle Impulse mit anschließendem Austausch in Kleingruppen oder bei Spaziergängen in der stimmungsvollen Parkanlage mit dem alten Baumbestand des Schlosses Wartegg.

Das Thema: 'Das eigene Leben – das Eigene leben'

Die inhaltlichen Schwerpunkte des Herbstseminars sind jedes Jahr unterschiedlich. Im Jahr 2026 steht das Thema der *persönlichen* Lebensführung im Vordergrund.

Persönlich zu leben ist ein zentrales Thema der Existenzphilosophie und der Existenzanalyse. *Existieren* bedeutet in diesem Verständnis: gestaltetes Leben – persönlich leben – und nicht einfach nur funktionieren oder gelebt werden. Was so einfach klingt, ist in der persönlichen Praxis oft herausfordernd. Denn das eigene Leben ist nicht zwangsläufig auch persönlich. Allzu oft verliert man sich im Alltag. Und allzu oft passiert es vielen von uns, dass wir uneigentlich leben und apersonale Verhaltensweisen zeigen: Handeln aus Gewohnheit, (vermeintlichen) Zwängen oder Gedankenlosigkeit – oder um Konflikten aus dem Weg zu gehen oder Konventionen zu entsprechen.

Persönliche Lebensführung bedingt einen guten Zugang zum eigenen Wesen – ein Verbundensein mit dem eigenen Herzen oder der eigenen Seele. Sie ist tägliche Herausforderung und Übungspraxis – und zugleich ein periodisches Innehalten im Sinne eines Timeouts auf dem Lebensweg. Um auf das eigene Unterwegssein hinzuschauen und den persönlichen Kompass neu auszurichten – genau darum geht es in diesem Herbstseminar.



Themen und Inhalte

- Meine aktuelle Lebensphase mit ihren spezifischen Fragen
- Eigentlich und uneigentlich leben
- Von der Gefahr der Alltagstrance
- Zukunft hat Herkunft – die eigene Biographie als eine Form der *Existenzanalyse*
- Sinnwärts unterwegs – Sehnsüchte und Werte als Wegweiser
- Selbsttreue und Selbstentfremdung
- Wachstum an Grenzen
- Lebensdienlicher Mut - Mut zum Selbstsein
- Lebensvertrauen, Gelassenheit und Demut
- Ich: Baumeister:in meines Lebens oder Gefängnisdirektor:in meines inneren Gefängnisses?
- Der eigenen Berufung auf der Spur
- Impulse aus der Existenzphilosophie, der Existenzanalyse und aus Weisheitstraditionen

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

3./4. Dezember 2026

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 16.30 Uhr

Kosten

Die Seminargebühr beträgt CHF 900.-
Zusätzlich fallen Kosten für Übernachtung, Verpflegung und Seminarpauschale von CHF 408.- an.

Supervision – Vertiefung und Verinnerlichung der existenziellen Arbeitsweise

Die Vertiefung und Verinnerlichung der existenziellen Arbeitsweise kann – aus meiner Erfahrung – letztlich am wirkungsvollsten über die Bearbeitung und Reflexion konkreter 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 im Konkreten und Praktischen.

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

In einer Kleingruppe von drei bis fünf Personen werden die praktischen Fälle der Teilnehmenden supervisororientiert bearbeitet. Erfahrungsgemäss kann dabei das «Trittbrettfahren» ebenso wertvoll sein wie das Einbringen eigener Fragestellungen. Fachlich vertiefende und weiterführende Impulse runden die jeweilige Fallbesprechung ab.

Praktisch läuft dieses Format so ab, dass sich die Supervisand:innen zu einer fixen Supervisionsgruppe zusammenschliessen und sich in festgelegter Periodizität zu halbtägigen Supervisionen treffen. Ein Rhythmus von drei- bis viermal pro Jahr hat sich dabei bewährt. Gerne übernehme ich auch die Kontaktvermittlung für interessierte Personen.

Kosten

Pro Halbttag CHF 1200.- plus Mwst. für alle teilnehmenden Personen zusammen.

Ein Tag draussen unterWEGs

Viele Themen eignen sich gut für den Seminarraum – andere entfalten sich besser im vertrauten Gespräch mit einem Coach, gehenderweise draussen in der Natur.

Dieses Format ist ein persönliches Timeout – gehend in der Natur. Vorgängig klären wir in einem Gespräch Ihr Anliegen. Je nach Thema schlage ich Ihnen einen passenden Ort vor.

Das draussen Unterwegssein ist eine gute Möglichkeit, aus dem Alltag her auszutreten, Abstand zu gewinnen und sich wesentlichen Fragen aus dem beruflichen oder privaten Kontext zuzuwenden – etwa Fragen der persönlichen Lebensgestaltung, Entscheidungssituationen, dem Gestalten von Übergängen oder auch Zukunfts- und Sinnfragen.

Dieses Format bietet eine kraftvolle Gelegenheit, sich persönlich und in der Tiefe mit wesentlichen Fragen auseinanderzusetzen.



Kosten

CHF 1200.- pro Tag plus Mwst

Retraiten für Teams und Führungsteams mit existenziellen Impulsen

Funktionierende Zusammenarbeit fällt nicht vom Himmel – gelingende Zusammenarbeit muss kultiviert werden. Es lohnt sich daher, sich als Team periodisch eine Auszeit zu nehmen. Oft geht es dabei um grundlegende Fragen der Zusammenarbeit oder um die gemeinsame Ausrichtung.

Bei gut funktionierenden, reifen und langjährigen Teams – insbesondere bei Führungsteams – stehen diese Themen jedoch meist nicht im Vordergrund. In meiner Praxis hat es sich bewährt, Retraiten einer besonderen Art durchzuführen: sich gemeinsam wesentlichen und auch persönlich bedeutsamen Themen zuzuwenden.

Sich gemeinsam Zeit zu nehmen, um sich vertieft mit einem bedeutsamen Thema auseinanderzusetzen, kann die Beziehungsqualität vertiefen und zu einer stärkeren Abstimmung der Haltungen in zentralen Fragen führen. Auf der Basis kurzer, substanzieller Impulse folgen Austauschrunden in Kleingruppen oder Spaziergänge zu zweit.

Hier ein Einblick in das Themenspektrum von Retraiten der letzten Jahre:

- Gelassenheit
- Resilienz
- Intuition
- Vom Wert der Werte
- Umgang mit Druck und Stress: Leistungsfähig und gesund bleiben
- Sinn-voll führen
- Sich führen
- Existenzielle Impulse – *Best of* aus der Existenzphilosophie
- Lebensthemen nach Irvin D. Yalom

Allen Themen sind existenzanalytisch eingefärbt und auf die Essenz reduziert.
Der Auswahl eines stimmigen Seminarorts kommt dabei entscheidende Bedeutung zu.

Gerne entwickle ich mit Ihnen gemeinsam ein passendes Design.

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 meiner Funktion als Kompetenzcenterleiter. Ich wirke in diesem CAS als Hauptdozent im Umfang von rund zehn Tagen mit. Das Lehrmittel bildet 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:innen 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 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 in regelmässigen Abständen ein kostenloses Zoom-Format an. Dieses beinhaltet jeweils einen Vortrag zur angewandten EA mit anschliessender Diskussion. Die Vorträge stelle ich anschliessend auf meinem YouTube-Kanal «Lernweg EA» öffentlich zur Verfügung.

Die Zoom-Formate sind zudem eine gute Gelegenheit, bestehende Kontakte aus den EA-Seminaren aufrechtzuerhalten oder neue zu knüpfen. Damit soll auch der Netzwerkgedanke aktiv gefördert werden.

Dieses Format dient – im Sinne des «Weiterwebens am EA-Teppichs» – der kontinuierlichen Vertiefung und Verinnerlichung. Das Prinzip *mässig, aber regelmässig* soll den persönlichen Lernprozess sowohl strukturell als auch inhaltlich unterstützen.

Die Videos sind – im Sinne eines *Blended Learning* – ein fester Bestandteil der Vorbereitung auf meine EA-Seminare.

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 kompakte und 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.

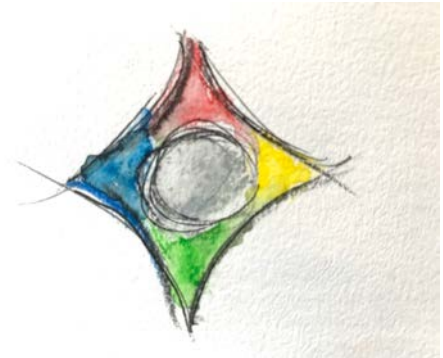
In den weiterführenden und vertiefenden Seminaren begegnen Sie weiteren Themen und Facetten des existenziellen Paradigmas sowie seiner Anwendung in der Praxis. Die Auseinandersetzung mit der EA kann Ihr persönliches Handlungsrepertoire bestätigen, erweitern und bereichern. In allen Seminaren lege ich grossen Wert auf den Transfer in die eigene (Lebens-)Praxis.

Persönliche Auseinandersetzung

Auf der persönlichen Ebene biete ich Ihnen einen Raum, sich anhand ausgewählter existenzieller Themen mit sich selbst und Ihrem Lebensweg auseinanderzusetzen. Denn: Die EA kann man nicht aus Büchern lernen. Das Verinnerlichen der EA erfolgt – aus meiner Erfahrung – nur dann, wenn man sich persönlich auf die Inhalte einlässt. Erst dann kann die EA ihre transformierende Kraft entfalten.

In Anlehnung an Pestalozzis Dreiklang *Kopf – Herz – Hand* lege ich in allen Seminaren Wert auf die Balance von Inhalt, persönlicher 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, inspirierende Texte sowie Spaziergänge im Freien sind eine Selbstverständlichkeit. In jedem Seminar erhalten Sie Handouts zur Nachlese.



Persönliches Wachstum als zentraler Dreh- und Angelpunkt

Das wichtigste Instrument in der existenziellen Arbeitsweise ist die eigene Person. Die EA entfaltet ihre Wirkung vor allem dann, wenn sie persönlich verinnerlicht ist. Deshalb bildet die persönliche Auseinandersetzung mit den Seminarinhalten den Dreh- und Angelpunkt all meiner Seminare.

Das Erlernen der EA ist – aus meiner Erfahrung – ein persönlicher Entwicklungsweg: ein Verweben von neuen Inhalten mit gewachsenen Konzepten und Erfahrungen. Die regelmässige Reflexion eigener Anwendungserfahrungen sowie der Austausch mit «Reisegefährten:innen» sind wesentliche Elemente einer fortlaufenden Integration.

Seminare in überschaubarer Gruppengrösse, in denen man immer wieder vertraute Gesichter trifft, bieten dafür einen idealen Rahmen.

Wirkung und Nutzen

Die Auseinandersetzung mit der EA kann Sie darin unterstützen, Ihre verschiedenen Lebensrollen – beruflich, privat und persönlich – mit mehr Kompetenz, Zufriedenheit und Erfüllung wahrzunehmen und zu gestalten. Sie können sich die existenzielle Sicht- und Arbeitsweise sowohl für sich persönlich als auch für Ihren beruflichen Kontext erschliessen.

Und nicht zuletzt: Die Auseinandersetzung mit der EA kann auch den Charakter einer seelischen Vermögensbildung haben.

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 Erfahrungs-Schatzkiste 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.)

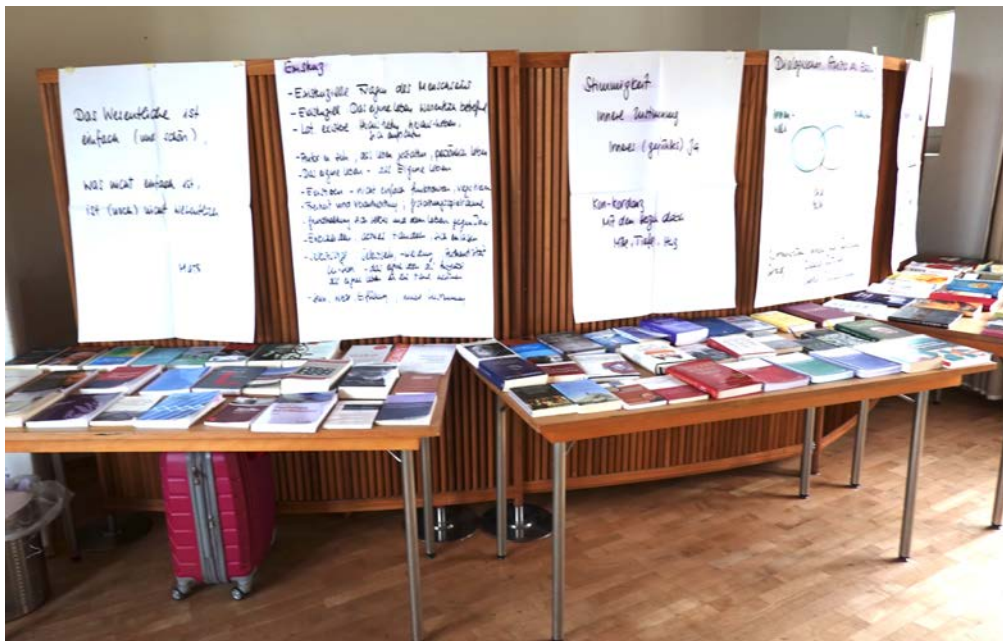
«Lieber Stefan! Ich danke Dir von Herzen für die Tage. Ich wurde reich beschenkt mit Inhalten, aber auch ganz viel Selbsterkenntnis und -reflektion, die mich weitergebracht haben, persönlich und inhaltlich.» (S.M.)

«Ein sehr gelungenes und bereicherndes Seminar, welches ermöglicht, das spannende Feld rund um die Existenzanalyse an der eigenen Person kennen zu lernen. Stefans feinfühligkeit 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.)



Die Seminarorte

Die Seminare finden an ausgewählten Orten statt. Die meisten Seminare werden im **Schloss Wartegg** am Rorschacherberg durchgeführt. Diese schöne und kraftvolle Umgebung leistet einen wichtigen Beitrag zum persönlichen Innehalten, Reflektieren, Lernen und Sinnieren. Das gastfreundliche Biohotel am Bodensee bietet kulinarischen und atmosphärischen Genuss für Leib und Seele.

Die kürzeren Seminare finden im **Schloss Greifensee** oder im **Greuterhof Islikon** statt – ebenfalls zwei kraftvolle und inspirierende Seminarorte.



Organisation und Anmeldung

Anmeldung

Anmeldung bitte via Anmeldeformular auf der website: www.st-marti.ch

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

Nach Ihrer Anmeldung reserviere ich für Sie ein Einzelzimmer. Bitte teilen Sie mir mit, falls Sie nicht im Hotel übernachten oder 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 inklusive Seminarpauschalen können Sie direkt vor Ort begleichen.

Rücktrittsklausel

Bei einem Rücktritt nach der verbindlichen Anmeldung gilt folgende Regelung: Ab acht 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

info@st-marti.ch