

## "Pilgern" bzw. "Spirituelle Wanderungen"

Pilgern, aber auch spirituelle Wanderungen können als intensivsozialpädagogische Maßnahmen einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden einzelner oder Gruppe ausüben.



### **Methodik:**

Das von Achtsamkeit und gegenseitiger Rücksichtnahme geprägte Erfahren eines gemeinsam zurückgelegten Stück Weges, unterstützt durch Anregungen zu spirituellem "Erfahren" von Umgebung und Gemeinschaft bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, ihre Persönlichkeit und ihre Lebenserfahrungen zu reflektieren.

Die Durchführung dieses Angebotes durch Theologen garantiert psychologisches und sozialkompetentes Einfühlungsvermögen und bietet so den Teilnehmenden Sicherheit und Ruhe. Daher können sie von diesen Wanderungen ein großes Maß an Kraft und Ruhe für ihren Alltag mitnehmen. Sie lernen dabei auch, wie sie ihre eigene Spiritualität durch einfache Methodik jederzeit stärken können.