

eine zeit für deine entscheidungen



schalt:jahr



»Soll ich mein Studium wechseln oder eine Ausbildung beginnen?«

»Könnte ein Ordensleben etwas für mich sein?«

»Kann ich in meiner Beziehung wirklich glücklich werden?«

»Wie kann ich denn meine Entscheidung mit Gott treffen?«

»Ist ein Leben allein eine Option für mich?«

»Soll ich es wagen, jetzt noch einmal etwas ganz Neues anzufangen?«



schalt:jahr

Entscheidungen zu treffen wird spürbar komplexer.

Mit dem Programm in unserem Schalt:jahr möchten wir dir bis zu einem Jahr lang Unterstützung, Zeit und das Handwerkszeug geben, um den Entscheidungsprozess zu deiner ganz konkreten Lebensfrage optimal zu strukturieren und am Ende eine fundierte Entscheidung zu treffen. -

Du bleibst dabei in deinem Alltag und bist doch mit Gleichgesinnten gemeinsam ,unterwegs'.



schalt:jahr

eine zeit für deine **entscheidungen**

Lebensfragen

Wir richten uns mit unserem Schaltjahr an all jene, die vor einer konkreten Lebensentscheidung stehen. Menschen, die etwa über Ehe, Partnerschaft, Ausbildung, Berufswahl, Berufung etc. entscheiden müssen, an alle, die sich mit dem Gedanken an ein geistliches Leben auseinandersetzen oder vor einem anderen lebensprägenden Entschluss stehen.



Du ...

- **bist** zwischen 22 und 33 Jahre alt
- **trägst dich** mit einer Entscheidung oder schiebst sie vor dir her
- **wärst gern** mit anderen gemeinsam unterwegs
- **möchtest nicht** komplett raus aus deinem Alltag, brauchst aber Input und Zeit, um deine Entscheidungen bestmöglich zu treffen



schalt:jahr

das entscheidungsjahr
besteht aus basismodulen
in frankfurt am main, sowie
zusätzlichen Angeboten

Der rote Faden durch das Jahr

wird gebildet durch
3 thematische Wochenenden
mit spirituellen und
psychologischen Inputs.

An diesen Präsenztagen können sich
die Teilnehmenden auch persönlich
austauschen und kennenlernen.

1. Wochenende Sehnsucht > Wollen

Formulieren einer eigenen Frage.

Was ist meine Sehnsucht, was will ich?

Welche Vision habe ich von meinem Leben?

- *Tagesrückblick erlernen*

2. Wochenende Natur > Können

Entdecken der eigenen Identität & Affektivität.

Bewusst werden der Gefühle, der eigenen Natur.

Was kann ich? Was sagen Verstand und Gefühl?

- *Schriftbetrachtung kennenlernen*

3. Wochenende Realität > Sollen

Einbeziehen der Realitäten.

Welche Notwendigkeiten setzen mir Grenzen?

Wie kann ich meinen Weg finden? Was soll ich tun?

Finde ich Trost oder erlebe ich Trostlosigkeit?

- *Unterscheidung der Geister erproben*



zusätzliche Bestandteile

- **geistliche Begleitung**
*(bei dir vor Ort oder online,
wir helfen bei der Vermittlung)*
- **Online-Austausch in Kleingruppen**
*(regelmäßige Möglichkeit zum
Erfahrungsaustausch)*
- **Kurzexerzitien**
(in der Zukunftswerkstatt Frankfurt a.M.)
- **optional: ignatianische Exerzitien**
*(im Sommer 2026, in der
Zukunftswerkstatt Frankfurt)*





**gemeinsam
unterwegs
*individuell
begleitet***



schalt:jahr



Sr. Christine Klimann sa

Geistliche Begleiterin und Leiterin
des Bereichs Kurse / Fortbildungen
am Berufungscampus – Frankfurt a.M.



Sr. Dr. Isabelle Allmendinger SDS

Geistliche Begleiterin und Ärztin auf
einer Palliativstation in Linz/Österreich



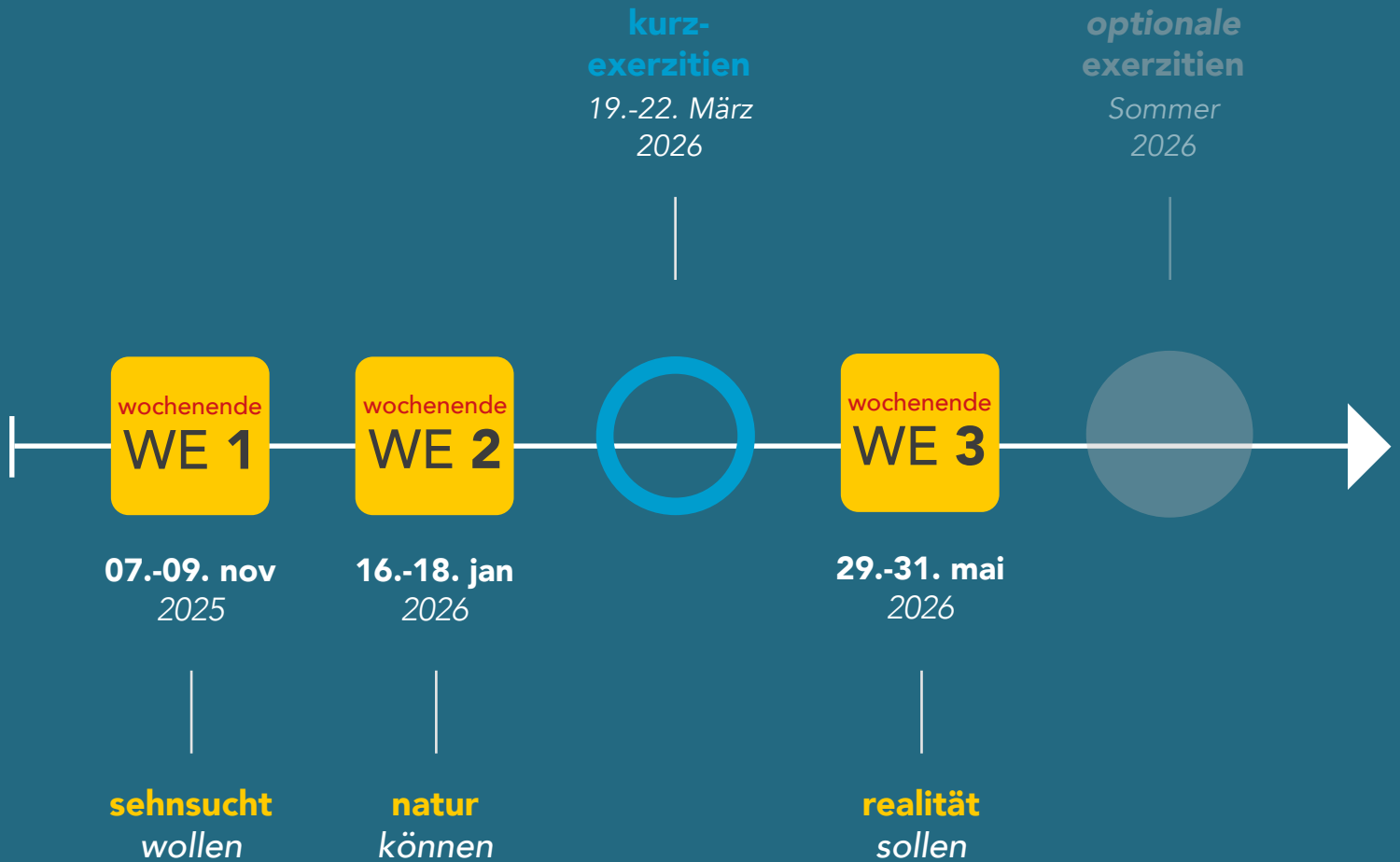
P. Philipp Sauter SDS

Geistlicher Begleiter und
Schulseelsorger im Kloster
Steinfeld

*individuell
begleitet*

ablauf

november 2025 - mai 2026



Die thematischen Wochenenden, wie auch die Kurzexerzitien, finden in der Zukunftswerkstatt Frankfurt statt:

Zukunftswerkstatt SJ

Offenbacher Landstraße 224
60599 Frankfurt am Main

Die Kosten belaufen sich inklusive Unterkunft und Verpflegung während der Präsenz-Wochenenden und der Kurzexerzitien auf:

780 € / 590 € / 420 € pro Person

(mit Einkommen, mit geringem Einkommen, ohne Einkommen - um eine individuelle Lösung darüberhinaus zu finden, schreib uns gern)

Die geistliche Begleitung ist kostenfrei.



anmeldung

kontakt & information

ANMELDUNG

Ansprechpartnerin: Sr. Christine Klimann sa

christine.klimann@berufung.org

Anmeldung: *bis 15. Okt 2025*

Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt.
Es gilt die Reihenfolge der Anmeldungen.

Informationen

zum Entscheidungsjahr:

[www.zukunftswerkstatt-sj.de/
schalt-jahr](http://www.zukunftswerkstatt-sj.de/schalt-jahr)



→
schalt:jahr