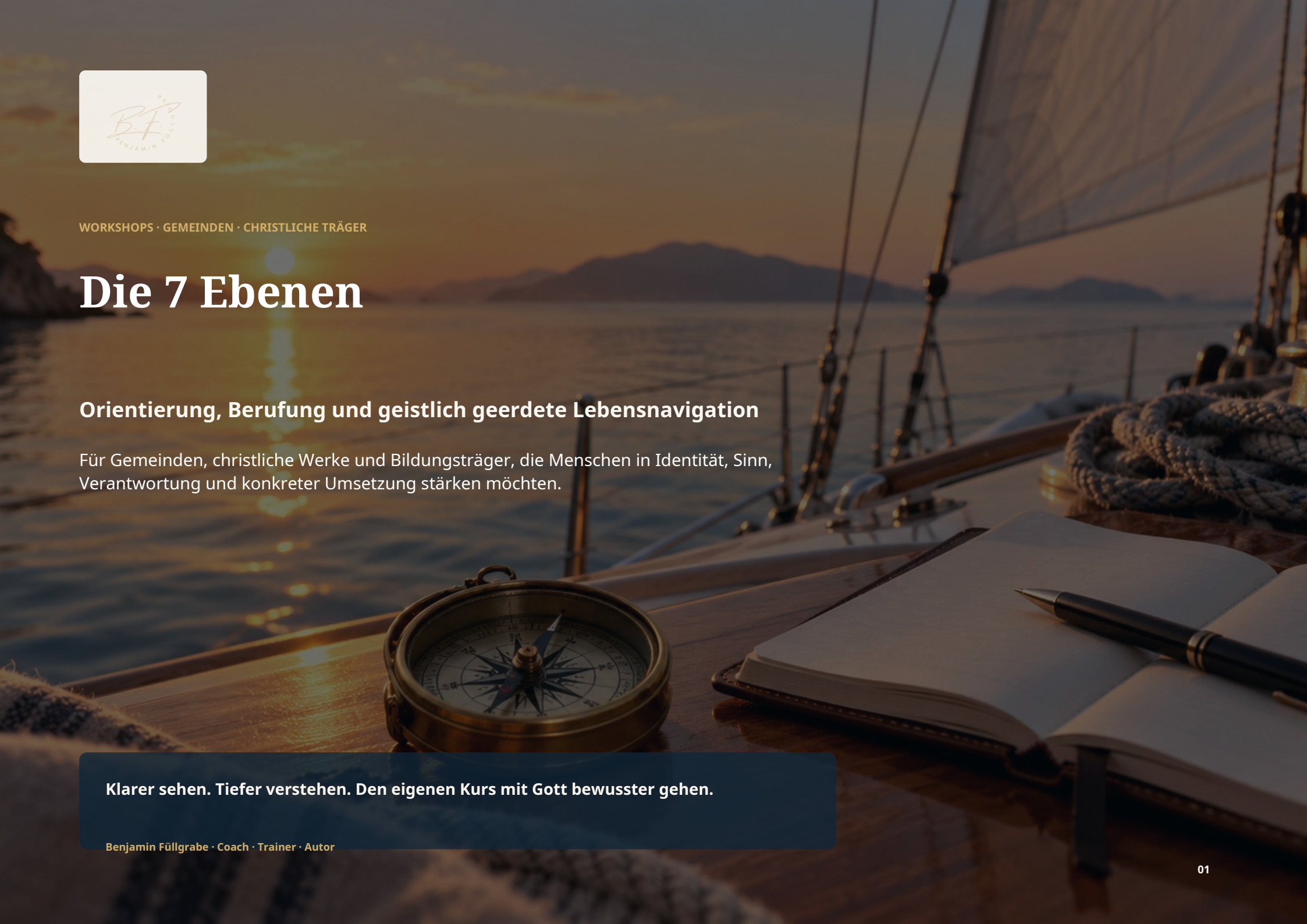

WORKSHOPS · GEMEINDEN · CHRISTLICHE TRÄGER

Die 7 Ebenen

Orientierung, Berufung und geistlich geerdete Lebensnavigation

Für Gemeinden, christliche Werke und Bildungsträger, die Menschen in Identität, Sinn, Verantwortung und konkreter Umsetzung stärken möchten.

Klarer sehen. Tiefer verstehen. Den eigenen Kurs mit Gott bewusster gehen.

Benjamin Füllgrabe · Coach · Trainer · Autor

WARUM DAS RELEVANT IST

Ein wertorientierter und gut anschlussfähiger Ansatz für christliche Bildungs- und Gemeindekontexte.

Die 7 Ebenen verbinden persönliche Entwicklung, Sinnorientierung, Resilienz und geistliche Reflexion in einer klaren und lebensnahen Struktur.

01 Menschen brauchen Orientierung

Viele Menschen tragen Verantwortung, funktionieren nach außen und sind dennoch innerlich unsicher: Wer bin ich? Was ist wirklich dran? Was passt zu meinem Weg?

02 Geistlicher Glaube und Lebenspraxis gehören zusammen

Fragen zu Identität, Berufung, Werten, Grenzen, Motivation und Umsetzung sind im christlichen Alltag hochrelevant – für Einzelne, Mitarbeitende und Leitende.

03 Die 7 Ebenen geben Sprache und Struktur

Das Modell hilft, diffuse innere Fragen verständlich zu ordnen und in tragfähige nächste Schritte zu übersetzen – ohne theoretische Überladung.

„Eine gute Navigation bedeutet nicht, immer auf dem richtigen Kurs zu sein. Sie bedeutet, regelmäßig den eigenen Standort zu prüfen und den Kurs bewusst anzupassen.“

DAS MODELL

Sieben Ebenen. Ein Kompass für innere Klarheit, Berufung und bewusste Lebensgestaltung.

Die Ebenen greifen Sinn, Motivation, Gaben, Verantwortung, Werte, sichtbares Handeln und Zukunft als zusammenhängendes Bild auf.

WARUM	Heimathafen	**Sinn & Identität**	Was trägt mich – und was gibt meinem Leben Bedeutung?
WOLLEN	Wind	**Leidenschaft & Motivation**	Was bewegt mein Herz und gibt mir innere Energie?
KÖNNEN	Schiff	**Stärken & Gaben**	Was bringe ich mit – und worauf kann ich bauen?
SOLLEN	Fracht / Auftrag	**Nutzen & Verantwortung**	Wo bin ich gefragt und worin liegt mein Auftrag?
WIE	Kompass	**Werte & Prinzipien**	Wie möchte ich leben, entscheiden und handeln?
WAS	Segel / Manöver	**konkretes Tun**	Was ist jetzt praktisch zu tun?
WOHIN	Horizont	**Vision & Richtung**	Wohin soll meine Reise gehen?

DAS LEBENSSCHIFF

Die 7 Ebenen helfen, das eigene Leben nicht nur in Einzelthemen zu sehen, sondern als zusammenhängende Reise.

So entstehen Klarheit über den Standort, tiefere Zusammenhänge und stimmige nächste Schritte.

Standort Richtung nächster Schritt

CHRISTLICHE PERSPEKTIVE

Die 7 Ebenen lassen sich geistlich fundiert und gleichzeitig lebensnah entfalten.

Die folgenden Impulse greifen den christlichen Input je Ebene auf und zeigen, wie das Modell im Gemeinde- und Trägerkontext vertieft werden kann.

1 **WARUM**

Identität in Gott
Wer bin ich vor Gott? Nicht zuerst Leistung oder Rolle, sondern Identität, Würde und Annahme. Hier geht es um das innere Fundament des Lebens.

2 **WOLLEN**

gottgegebene Sehnsucht
Was hat Gott mir aufs Herz gelegt? Welche gesunde Leidenschaft, Freude oder Last bewegt mich? Wo entsteht echte innere Resonanz?

3 **KÖNNEN**

Gaben, Talente und Ressourcen
Was wurde mir anvertraut? Welche Begabungen, Erfahrungen und Möglichkeiten kann ich verantwortlich einsetzen?

4 **SOLLEN**

Berufung, Dienst und Verantwortung
Wo bin ich gerufen, einen Beitrag zu leisten? Welche Verantwortung ist meine – und welche nicht?

5 **WIE**

Werte, Haltung und biblische Prinzipien
Wie möchte ich leben und handeln? Welche Haltung prägen Liebe, Wahrheit, Integrität, Demut, Weisheit und Treue?

6 **WAS**

gehorsame und konkrete Schritte
Was ist jetzt dran? Wie wird Erkenntnis praktisch – in Entscheidungen, Gewohnheiten, Gesprächen und nächster Treue im Alltag?

7 **WOHIN**

Vision, Hoffnung und Zukunft mit Gott
Wohin darf mein Weg führen? Welche Perspektive, Hoffnung und Ausrichtung gibt Gott für die nächste Etappe?

Die christliche Vertiefung ist nicht nur „Zusatz", sondern kann je nach Zielgruppe bewusst integraler Bestandteil des Workshops sein – offen, geistlich sensibel und gut anschlussfähig.

EINSATZFELDER

Flexibel einsetzbar für Gemeinden, Werke, Bildungsformate und christliche Teams.

Die 7 Ebenen lassen sich thematisch und in der Tiefe an die jeweilige Zielgruppe anpassen.

Persönliche Entwicklung
Neuorientierung, Identität, Berufung, Werte, Motivation, Zielklärung, Entscheidungen und stimmige Lebensgestaltung.

Mitarbeitende & Ehrenamtliche
Selbstführung, gesunde Verantwortung, Resilienz, Rollenklärung und langfristig tragfähiges Engagement.

Leitende & Teams
Ausrichtung, Werte, Teamverständnis, Verantwortung, geistliche Reifung und gesunde Leiterschaft.

Bildungs- und Kursformate
Themenabende, Seminarreihen, Workshop-Tage, Wochenenden oder Vertiefungsformate in Trägerkontexten.

Offen für Teilnehmende, Mitarbeitende, Leitende und Teams

FORMATE

Vom kompakten Einstieg bis zur vertieften Kurs- oder Workshopreihe.

Die Formate können je nach Rahmen, Zielgruppe und gewünschter Tiefe individuell angepasst werden.

Impulsabend
60–120 Minuten

Kompakter Einstieg in die 7 Ebenen, ideal für Gemeindeabende, Bildungsimpulse oder offene Veranstaltungen.

Halbtagesworkshop
3–4 Stunden

Mehr Raum für Reflexion, Austausch und erste persönliche Klärung.

Tagesworkshop
6–8 Stunden

Vertiefte Arbeit mit Übungen, Austausch und konkreten nächsten Schritten.

Seminar- oder Kursreihe
mehrere Termine

Die 7 Ebenen als zusammenhängender Prozess über mehrere Abende oder Module.

Leitungs- oder Teamformat
individuell

Anpassung an Mitarbeitende, Leitende, Teams oder Trägerkontexte.

1:1 Coaching
individuell

Persönliche Vertiefung nach Workshop, Seminar oder Kurs.

Möglich sind allgemein offene, klar christlich gerahmte oder bewusst geistlich vertiefte Varianten – je nach Auftrag und Zielgruppe.

NUTZEN

Teilnehmer erhalten nicht nur Input, sondern einen persönlichen Kompass.

Die 7 Ebenen helfen, diffuse Fragen zu sortieren und in stimmige nächste Schritte zu übersetzen.

Klarerer Standort

Teilnehmende verstehen ihre aktuelle Lebenssituation, Spannungen und inneren Fragen besser.

Tiefere Identität

Fragen von Identität, Würde und Berufung werden geordnet und anschlussfähig bearbeitet.

Stärken & Verantwortung

Gaben, Möglichkeiten und gesunde Verantwortung werden bewusster wahrgenommen.

Werte & Entscheidungen

Eigene Werte und biblische Prinzipien helfen, Prioritäten klarer zu setzen.

Konkrete Umsetzung

Erkenntnisse bleiben nicht abstrakt, sondern werden in nächste Schritte übersetzt.

Geistliche und persönliche Reifung

Glaube, Persönlichkeit und Alltag werden stärker miteinander verbunden.

Die Teilnehmenden gehen nicht nur mit mehr Gedanken nach Hause – sondern mit besserer Navigation für Glauben, Leben und nächste Schritte.

REFERENT

Ein klarer, wertschätzender und lebensnaher Stil.

Die Workshops verbinden Struktur, Tiefe und alltagsnahe Umsetzbarkeit.

Benjamin Füllgrabe

Coach · Trainer · Autor

- NLP-Coach / NLP-Master
- Burnout-Coach und Resilienz-Trainer
- langjährige Erfahrung in Vertrieb, Führungskontexten und persönlicher Entwicklungsarbeit
- Entwickler der „7 Ebenen“ und der Lebensschiff-Metapher
- engagiert im christlichen Gemeindekontext

Arbeitsweise

Wertschätzend, klar, reflektiert und lösungsorientiert. Nicht theoretische Überladung, sondern verständliche Modelle, gute Fragen, persönliche Tiefe und konkrete nächste Schritte.

Mögliche Themenfelder

Identität · Berufung · Werte · Motivation · Resilienz · Selbstführung · Leitbild · christliche Lebensgestaltung

NÄCHSTER SCHRITT

Gerne prüfen wir gemeinsam, welches Format zu eurer Gemeinde oder eurem Träger passt.

Der erste Schritt kann ganz unkompliziert sein: ein Kennenlerngespräch und das gemeinsame Klären von Zielgruppe, Rahmen und gewünschter Tiefe.

Mögliche nächste Schritte

- unverbindliches Kennenlerngespräch
- Auswahl eines passenden Formats
- Anpassung an Zielgruppe, Anlass und gewünschte Tiefe
- Planung eines Impulsabends, Workshops oder einer Kursreihe

Für wen besonders passend?

Gemeinden · christliche Erwachsenenbildung · Werke · Akademien · Teams · Mitarbeitende · Ehrenamtliche · Leitende

„Eine gute Navigation bedeutet nicht, immer auf dem richtigen Kurs zu sein. Sie bedeutet, regelmäßig den eigenen Standort zu prüfen und den Kurs bewusst anzupassen.“

Benjamin Füllgrabe · Coaching für Klarheit, Sinn und Umsetzung · Website: benjamin-fuellgrabe.de