Kurs Integrative Trauerbegleitung
vom 24.13.2023 - 24.11.2023
in Schmiedeberg

Herzlichen Glückwunsch
zum Abschluss
als Integrative Trauerbegleiterin

Marion Schulze aus Brandenburg

Vom 22.03.-24.11. 23 nahm ich an der Maßnahme: Ausbildung zur Integrativen Trauerbegleiterin teil. Ich freute mich darauf, da ich seit zwei Jahren in unserem Hospiz mit vier weiteren Frauen das Begegnungscafé leite. Mit der Teilnahme an diesem Kurs erhoffte ich mir, mein Wissen im Umgang mit trauernden Menschen zu erweitern – „Rüstzeug“ zu erlangen, meinen Horizont zu erweitern. Mit diesen Erwartungen führ ich nach Schmiedeberg ins Martin-Luther-King-King-Haus.

Herr Rostig, unser Dozent, hatte den Raum für dieses Seminar liebevoll gestaltet, dekoriert. Mit den anderen Frauen lernten wir uns über das Paarinterview kennen. Die erste Herausforderung für mich, aber so wuchs in kleinen Schritten eine schöne Gemeinschaft mit wertvollen Gesprächen. In den ersten Wochenkursen beschäftigten wir uns viel mit der eigenen Persönlichkeit (Gestaltungstherapie, Selbsterfahrungsübungen), sich selbst zu kennen, zu erkennen – wichtig in der Arbeit mit Menschen.

Ich habe in den zurückliegenden Monaten einige neue Seiten an mir entdeckt, ich bin mutiger und gelassener geworden, selbstsicherer in Gesprächen (eine Herausforderung war die Gesprächsführung mittels Kamera). Der Höhepunkt dieser Ausbildung war für mich das Schreiben meiner Hausarbeit. Diese habe ich mir binden lassen und sie bekommt einen Ehrenplatz. Natürlich haben wir nicht nur gelernt, Herr Rostig organisierte abwechslungsreiche Ausflüge, Unternehmungen, sodass wir uns auch erholen konnten und Kraft schöpften für die nächste Einheit. Mein Fazit: eine wertvolle, bereichernde Fortbildung – mit wertvollen und bereichernden Menschen. Danke!

Der Seminarraum als Kreativraum

Sandra aus Brandenburg

Der Kurs war insgesamt eine äußerst bereichernde Erfahrung, die mir viele positive Eindrücke und wertvolles Wissen vermittelt hat. Die Kursatmosphäre war äußerst herzlich und angenehm. Es herrschte eine Atmosphäre von Offenheit und Wärme, die uns Teilnehmenden ermöglichte, uns wohlzufühlen uns aktiv am Kurs teilzunehmen.

Die Entscheidung, die Weiterbildung außerhalb zu verbringen, hat sich als sehr positiv erwiesen. Die Ruhe- und Erholungspausen sowie die Unterkunft trugen maßgeblich dazu bei, dass wir uns auf das Lernen fokussieren konnten. Meine Erwartungen an den Kurs wurden voll und ganz erfüllt. Ich schätze besonders, dass wir uns einen Leitfaden mit verschiedenen Methoden der Trauerbegleitung erarbeitet haben. Das ermöglichte mir nicht nur ein fundiertes Wissen, sondern half mir auch dabei, Unsicherheiten abzubauen. Der Kurs ermöglichte mir, mich selbst besser kennenzulernen und persönlich zu wachsen. Die Gemeinschaft im Kurs war wirklich toll, wir sind gemeinsam gewachsen. Ich fühle mich nach dem Abschluss der Ausbildung gut gerüstet, um in die Trauerbegleitung einzusteigen und weiterhin dazuzulernen.

Neben dem intensiven Lernen bot der Kurs auch einen auch einen Ausgleich durch verschiedene kulinarische Abenteuer und unvergesslich Kulturangebote. Diese ergänzenden Aktivitäten trugen dazu bei, dass der Kurs nicht nur lehrreich, sondern auch inspirierend und bereichernd war. Ich bedanke mich herzlichst für diese wertvolle Erfahrung. Insgesamt fühle ich mich bereit und motiviert, mein neu erworbenes Wissen in der Trauerbegleitung einzusetzen und zu vertiefen.

Kaffee- und Erholungspause

Theresa aus Thüringen

Frühling, Sommer, Herbst und Winter … Fast ein Jahr ist vergangen. Fünf Wochen intensive Beschäftigung mit Themen rund um die Begleitung Trauernder liegen nun hinter mir – eine Lebensschule.

Meine Ziele zu Beginn des Kurses waren:

- kreative Zugangsmöglichkeiten in der Begleitung Trauernder kennenzulernen,
- eigene Unsicherheiten abzubauen und
- meine Grenze besser wahrnehmen zu können.

Rückblickend kann ich sagen, dass all meine Erwartungen erfüllt wurden und ich dankbar bin, diesen Kurs gewählt zu haben. Die Atmosphäre war von Beginn an von gegenseitiger Wertschätzung und Respekt geprägt. Die Vorbereitung der einzelnen Kurswochen war gut durchdacht und der Seminarraum einladend gestaltet. Der Austausch untereinander war nicht nur fachlich hilfreich, sondern auch persönlich sehr wertvoll.

Trotz der Fülle an Themen konnte ich die Zeit für mich auch zur Entschleunigung nutzen. Sowohl für meine Tätigkeit im ambulanten Hospizdienst als auch im privaten Bereich kann ich die neu gewonnenen Erkenntnisse sinnvoll einbringen. Hierzu haben vor allem die kreativen Selbsterfahrungsübungen beigetragen.

Ich danke Herrn Dr. Rostig und meinen Mitstreiterinnen für dir intensive Zeit.

Gestaltungsarbeit mit Märchen

Bernadette aus Rheinland-Pfalz

Der Kurs „Integrative Trauerbegleitung“ bei Herrn Rostig hat meine Erwartungen mehr als erfüllt. Da ich selbst in einem Kinderhospiz in der Trauerbegleitung von Kindern arbeite, war es mir besonders wichtig, mir mehr Hintergrundwissen zu diesem Thema anzueignen und mich mit anderen Menschen in diesem Tätigkeitsfeld auszutauschen.
Ein Schwerpunkt war für mich die achtsame Gesprächsführung, um die Menschen gut in ihrem Trauerprozess unterstützen zu können. Und das Wisse über Trauerphasen, -modelle und das Erkennen von normaler und komplizierter Trauerreaktion ist für meine Arbeit sehr hilfreich. Ebenfalls sehr dankbar bin ich für die Fülle von „Handwerkszeug“, um die Arbeit in Trauergruppen vielfältig zu gestalten.
Herr Rostig war ein angenehmer und sehr wertschätzender Kursleiter und auch die Atmosphäre im Kurs war sehr entspannt und tragend. In jeder Kurswoche haben wir die Möglichkeit wahrgenommen, kulturelle Angebote gemeinsam zu besuchen, was uns allen viel Spaß gebracht hat.

Für mich war das Konzept, eine ganze Woche gemeinsam zu verbringen ideal, und ich bin Herrn Rostig sehr dankbar für die Rahmenbedingungen. Insgesamt fühle ich mich jetzt bereichert für meine Arbeit.

Stille Zeit im Hochmoor, auch beim Picknick

Petra aus Sachsen

Zum einen habe ich mich durch verschiedene Theorien und Tests besser kennengelernt, meine Stärken und auch meine Schwächen entdeckt und mehr Verständnis im Umgang und in der Begegnung mit anderen Menschen gewonnen.

Auch die Gestaltungsübungen und Gespräche in kleinen Gruppen halfen mir, mich besser zu verstehen. Das Vertrauen in der Gruppe zwischen allen Teilnehmenden und die verständnisvolle annehmende Begleitung durch Dr. Rostig machten es mir möglich, mich zu öffnen. Dabei fühlte ich mich geborgen, sicher. Durch das behutsame Infragestellen von Dr. Rostig war es mir möglich, ein Stück weiter auf meinem Weg voranzukommen.

Außerdem brachte mich die intensive Auseinandersetzung mit meinem „inneren Kind“ und die theoretischen Erkenntnisse allgemein zum „inneren Kind“ in meiner Hausarbeit und dann die Vorstellung vor der Gruppe weiter.
Auch gesundheitlich geht es mir besser. Mein innerer Druck geht langsam zurück, ich werde gelassener und vertraue mehr mir selbst. Dies und der große Wissenszuwachs stärken mich für die Begleitung trauernder Menschen.

Während der intensiven Kurswochen halfen mir die verschiedenartigen kulturellen Veranstaltungen, mich zu entspannen. Das waren besondere Erlebnisse.
Die Energie für die Weiterbildung und die Beschäftigung mit mir aufzubringen, war eine große Herausforderung. Dabei war die Woche im Martin-Luther-King-Haus in Schmiedeberg eine gute Auszeit vom Alltag. Hier fühlte ich mich sehr gut versorgt und aufgenommen. Auch die äußeren Rahmenbedingungen wie Ort, Haus und Räume waren bestens ausgewählt.

Stille Zeit im Hochmoor

Die Weißeritztalbahn, die täglich an unserer Familienferienstätte vorbeifuhr, wurde im Lied " **´S Bimmelbahnel“ (Video)** gewürdigt.
Dieses Lied, das die Wirtin „Zur Schmiede“ uns zum Abschlussabend schenkte, fand dankbare Zuhörende. Ihnen, Frau Elke Englowsky, ein herzliches Dankeschön für diesen Abend in einer urigen und gemütlichen Gastwirtschaft !