

Ausbildungskurs Integrative Trauerbegleitung vom 19.02.2016 – 05.11.2016

Kerstin Michel (Sachsen)

Meine Erwartung war mehr Kompetenzen in der Trauerbegleitung zu erlangen – um diese in meinen Beruf als Lebensberaterin zu integrieren. Durch eine persönliche Situation bin ich im Kurs so etwas wie meinen eigenen Trauerweg gegangen mit Rebellion, Verlust, Annahme und Neuorientierung. Dafür bin ich sehr dankbar, da die Ausbildung in einem sehr wertschätzenden Umfeld stattgefunden hat.

Es war eine gute Wissensvermittlung; sehr nachvollziehbar. Durch die gestalterischen Aufgaben habe ich auch mehr Mut, diese selbst anzuwenden in der Begleitung Trauernder. Die verstärkte Erkenntnis, wie wichtig und gut Begleitung bei Trauer ist, hat mich neu motiviert für diese Aufgabe. Sehr bereichernd empfand ich die Gruppensituation und die Chance in „neue Lebensgeschichten“ intensiv eintauchen zu können.

Mit dem erweiterten Wissen und der Zugehörigkeit selbst in „Gottes Hand“ zu sein, habe ich auch wieder verstärkt Mut, auch unverständliche und schwere Lebens- und Verlustsituationen mit anderen auszuhalten.



Marie-Luise Thiele (Sachsen-Anhalt)

Ich bin mit großen Erwartungen, aber auch mit Ängsten in die Ausbildung gestartet. Kann die Gruppe funktionieren? Kann ich noch etwas dazulernen? Werde ich in meiner Person selbst auf einen Punkt stoßen, an dem ich nicht weiterkomme? Meine Befürchtungen waren unbegründet, doch meine Erwartungen wurden mehr als erfüllt.

In diesen Wochen wurde mir ein Rüstzeug an Materialien, Methoden und Sensibilität mitgegeben, was mich für eine Begleitung Trauernder ermutigt hat. Vor allem das Wissen um das Gestalten einer Trauerbegleitung, d.h. ein ganz konkreter Ablaufplan, vermittelte mir die Freude und den Wunsch, dies baldmöglichst real umzusetzen. Ebenso wurde mein Blickwinkel erweitert für Themen, die mir bis dato noch recht verschlossen waren, dabei denke ich an das Thema „Kind und Tod“. Rein fachlich gesehen wurden wir mit viel Input und einem hohen Maß an Empathie ausgestattet.

Der Kurs war strukturiert aufgebaut und gut gemischt mit einer ausgewogenen Balance zwischen Theorie – Selbstreflexion – Praxis und vielen wertvollen Denkanstößen. Gerade in Hinsicht auf die eigene Person wurde ich angeregt auch außerhalb des Kurses weiter nachzudenken. Ich wurde stärker sensibilisiert, meine Stärken und Schwächen wahrzunehmen und lernte, meine Grenzen zu erkennen, auch wenn ich momentan über sie hinauswachse.

Am Anfang hatte ich auch Bedenken, dass „wir“ als Gruppe eventuell nicht funktionieren könnten – doch auch dies bestätigte sich nicht. Trotz all der Unterschiede konnten wir harmonisch miteinander den Ausbildungsweg beschreiten. Sicherlich ist auch mein Weg noch nicht 100% festgelegt, doch wird diese Ausbildung immer ein Grundpfeiler für meine weiteren Wege bleiben.

Ich bedanke mich ganz herzlich für diese intensive und außergewöhnliche Zeit!

Ich wünsche allen auf ihren weiteren Wegen alles Gute, viel Erfolg, Gesundheit und dass bei all der Trauer das eigene Lächeln nicht verloren geht!

Sven Richter (Sachsen)

Meine Erwartungen richteten sich auf den Ausbau meiner Trauerarbeit als Trauerredner, die Verbesserung meiner Gesprächsführung und auf neue inhaltliche Aspekte, um Trauernde in ihrer Situation besser zu verstehen.

Meine Ziele: Erreichen des Abschlusses als Trauerbegleiter nach Schreiben der Hausarbeit und Vorbereitung auf das Prüfungsgespräch, um gut gewappnet zu sein.

Für die Zukunft erhoffe ich mir, das Wissen in meiner Arbeit als Trauerredner anzuwenden und Hilfe in schwierigen Trauersituationen professionell leisten zu können, Trauernde in Einzelgesprächen zu unterstützen und später Trauergruppen zu leiten.

Ängste vor dem Seminar äußerten sich darin, nicht genügend Vorwissen mitzubringen, die Komplexität des Stoffes umfassend zu lernen und zu verinnerlichen und in der Befürchtung, mich zu überfordern.

Meine Wünsche und Hoffnungen galten meiner positiven Entwicklung, sodass meine Angebote angenommen werden und trauernde Angehörige Unterstützung finden.

Fazit: Rückblickend war es eine gute Entscheidung, mich dieser Aufgabe zu stellen. Mit dem Zertifikat „Integrativer Trauerbegleiter“ sehe ich mich in der Lage, Menschen in schwierigen Situationen Hilfen anzubieten und sie auf ihrem Weg zu begleiten.

Helga Friese (Sachsen)

Die Ausbildung bot ein breites Spektrum an Wissen zum Thema „Tod und Trauer“. Nicht nur theoretisch, sondern auch in persönlicher Reflektion begegneten wir immer wieder unseren eigenen Erfahrungen, um sie besser zu verstehen. Das war hilfreich bei der Auseinandersetzung mit diesem Thema und erleichtert die zukünftige Begegnung mit Trauernden.

In vielen gemeinsamen Übungen fanden Begegnungen innerhalb der Gruppe statt und brachten so die einzelnen Teilnehmer einander näher. Das gemeinsame Malen und gegenseitige Reflektieren beförderte das Verstehen unbewusster Prozesse. Ich habe einmal mehr erkannt, wie hilfreich das Malen sein kann und was für hilfreiche Prozesse angestoßen werden.

Das „Untersetzen“ des theoretischen Unterrichtes mit Filmmaterial war eine gute Mischung und zeigte die praktische Umsetzung anschaulich. Das Thema „Märchen“ ist für mich nun auch eine gute Möglichkeit, die eigene Lebensgeschichte besser zu begreifen. Hier sehe ich für mich durchaus auch noch eine Möglichkeit, das zu vertiefen und auszubauen. Ich kann mir jetzt gut vorstellen, auf diesem Weg noch mehr die unbewussten Wünsche und Ängste Betroffener wahrzunehmen.

Die regelmäßigen Treffen der Gruppenmitglieder war eine vertraute und schöne Bereicherung. Relativ rasch hatte sich die Gruppe gefunden und die Atmosphäre war sehr entspannt, offen und ehrlich, sodass es häufig zu sehr persönlichen Gesprächen kam.

Für meine weitere Arbeit in einem ambulanten Hospizdienst und auch als Heilpraktikerin für Psychotherapie konnte ich weitere solide Bausteine kennenlernen, aber auch für meine persönliche Entwicklung konnte ich neue Schritte wagen. Zweifellos trug dazu auch die von mir angefertigte Hausarbeit bei.

Das von mir gewählte, sehr persönliche Thema, förderte doch intensive innere Arbeit, auch Trauerarbeit, und Auseinandersetzung mit den theoretischen Hintergründen heraus. Ich bin dankbar, dass es diese Möglichkeit der Ausbildung gibt und froh, dass ich diesen Schritt getan habe.



Claudia Broedermann (Brandenburg)

Ein intensives Jahr liegt hinter mir – anstrengend, ob der Tiefe des Lernstoffes, der vormals als großer „Berg“ vor mir lag und den es zu erklimmen galt. Nähe aushalten – Distanz zu bewahren sind und waren wesentliche Eckpunkte, denen es sich zu stellen galt.

Ich habe so tieferen Einblick gewinnen dürfen, was in der Trauerbegleitung möglich und wesentlich ist. Hierfür ist für mich ganz besonders die Gesprächsführung und Gesprächstherapie von Bedeutung. Was kann ich anstoßen – was erreichen? Was darf bleiben und ist gut so für die Trauernden? Zu erfahren, dass ich die Traueraufgaben der zu Begleitenden nicht lösen muss, aber den Weg mit ihnen gehen darf – ist eine wesentliche Erkenntnis, die mich zukünftig „mutiger“ und gelassen an meine Begleitungsarbeit mit Trauernden denken lässt. Als großes Geschenk betrachte ich ebenfalls die vielseitigen fachlichen Informationen für diese Aufgabe.

Ich bin dankbar für das Miteinander in der Gruppe und für die vertrauensvolle Öffnung jedes einzelnen mit einem hohen Maß an gegenseitiger Akzeptanz.

Mit einem lachenden Auge, dass es nun vollbracht ist und einem tränenden Auge, dass es auch schon vorbei ist – gehe ich – zurück in mein Leben mit meiner neuen Aufgabe, an der ich weiter wachsen darf.

Herzlichen Dank, Dr. Rostig, für Ihr Feedback und der steten Ermutigung, meinen Weg weiter zu verfolgen.

Ute Langrock (Brandenburg)

Die Beschäftigung mit unterschiedlichen Trauermodellen, die Gestaltungs- und Maltherapie selbst zu praktizieren, Filme, die anschaulich Trauerverläufe beleuchteten, trugen dazu bei, meine innere Welt bewusster wahrzunehmen.

Mein Wunsch nach mehr Rüstzeug für die Begleitung von Trauernden wurde sehr umfangreich realisiert.

Während der Ausbildung kam ich mit sehr vielen selbst erlebten Verlusten in Berührung, die durch fehlendes Wissen der Generation vor mir, ungenügend oder schlecht begleitet worden. Der rege Austausch, viele Fallbeispiele zum Thema „Trauer“ trugen dazu bei, die psychischen Herausforderung, die sich in der Trauer zeigen, besser einzuordnen. Für meine eigene Entwicklung habe ich sehr viel mitgenommen.

Meine Ängste hinsichtlich der Hausarbeit und mein selbst gewähltes Thema brachten mich noch einmal in tiefen Kontakt mit meiner Lebensgeschichte. Diese meine Lebensgeschichte in der Gruppe vorzustellen, zeigte mir deutlich, dass eine vertrauliche, offene Atmosphäre (ein geschützter Raum/ Rahmen) erst eine wirkliche Öffnung jedes einzelnen ermöglichte. Ich danke allen, die diese Ausbildung mittragen und leiten.