

Ausbildungskurs Integrative Trauerbegleitung vom 06.03.2017 – 31.01.2018



**Ausflug nach Rathen am Beginn unseres Kurses –
krankheitsbedingt konnten nicht alle den Kurs beenden.**

Cornelia Hindermann (Berlin)

Als ich mich zu dem Kurs angemeldet hatte, wusste ich damals überhaupt nicht, was mich erwartet und welche Erwartungen ich an den Kurs hatte. Mein Alltag hat es nicht zugelassen, mir Gedanken darüber zu machen. Positiv überrascht war ich zum ersten Mal über den Ort, an dem der Kurs stattgefunden hat. Ich dachte: „Ja, hier kann ich in mich gehen und mir darüber klar werden, was ich hier mache.“ Ein hübscher besinnlicher Ort in fast familiärer Atmosphäre. Wir wurden bestens mit viel Herz und Liebe umsorgt. Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist nicht zu toppen.

Sehr angenehm war die kleine Gruppe der Teilnehmerinnen. Schnell haben wir uns mit Unterstützung von Dr. Rostig intensiv kennengelernt und uns vertrauensvoll auf die gemeinsame Arbeit eingelassen, in der jede in ihren eigenen Prozess im Umgang mit dem Thema „Sterben, Tod und Trauer“ gekommen ist.

Ich muss sagen, ich hatte keinerlei Erwartungen, und ich war offen für alles, was auf mich zugekommen ist. Die anderen Teilnehmerinnen begegneten mir ebenso mit Offenheit und Vertrauen, sodass es mir leicht fiel, hier mitzugehen und tiefer in mein Inneres einzutauchen.

Dr. Rostig hat uns die Inhalte, die zu diesem Thema wissenswert sind, nahegebracht und sie mit praktischen Beispielen und Erfahrungen aus seiner Arbeit als Trauertherapeut unterlegt. Das Verhältnis von Theorie und Praxis war ausgewogen. Ich habe mich ein Stück besser kennengelernt. Eine große Bereicherung waren für mich die anderen Teilnehmerinnen, die alle sehr sehr unterschiedlich und einzigartig sind.

Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen unseren Persönlichkeiten sind bewusst geworden. Ebenso sind wir zu der Erkenntnis gekommen bzw. haben wir durch viele gestaltungstherapeutische Übungen feststellen können, dass jede von uns einen anderen Umgang benötigt. Wir konnten uns üben in der Gesprächsführung, in Rollenspielen und in der gestalterischen Arbeit. Dr. Rostig hatte genug Anschauungsmaterial und Filme, die das theoretische Material anschaulich gemacht haben. Ich nehme viele Anregungen mit.

Ich bin sehr dankbar für die Zeit, die ich hier hatte, dankbar für die Bekanntschaften mit tollen Teilnehmerinnen und dankbar für alle Impulse, die ich bekommen habe.

„Den Führerschein habe ich nun, fahren muss ich wohl jetzt allein.“

In Dankbarkeit !



Kreativarbeiten im Kurs

M. Wohnhaas-Ziegler (Hessen)

Als ich mich auf den weiten Weg nach Naundorf machte, überlegte ich mir auf meiner 7-stündigen Fahrt zuerst einmal, was mich wohl erwarten würde. Ich war zuallererst überrascht von der guten Unterbringung und der guten Verköstigung. Da muss ich sagen stimmt das Preis-Leistungsverhältnis wirklich gut überein. Ebenso positiv war ich von den Teilnehmern überrascht, jeder war einzigartig und wir haben in kürzester Zeit einen guten freundschaftlichen Umgang miteinander gehabt. Unser gegenseitiges Vertrauen wuchs von Woche zu Woche, schon alleine dafür bin ich dankbar, dass ich so wunderbare Menschen kennenlernen durfte.

Ich kam in Naundorf an und war wissensdurstig auf den neuen Input. Herr Dr. Rostig hat mit Souveränität den gut gefüllten theoretischen Stoff übermittelt. Durch gutes Filmmaterial wurden die erlernten Inhalte deutlich anschaulich rübergebracht. Normalerweise bin ich nicht besonders kreativ und meine gestalterische Ader ist nicht gerade meine Stärke. Das bedeutet, ich male und bastle eigentlich kaum. Umso mehr hat es mich überrascht, dass mir die gestaltungstherapeutischen Maßnahmen und Aufgaben, die Dr. Rostig uns stellte, mich innerlich beseelt haben. Ich empfand Freude an meiner eigenen Kreativität und war oftmals über das Ergebnis überrascht. Besonders diese Inhalte haben mich bereichert und dafür danke ich.

Beeindruckt war ich aber auch von der Klientenzentrierten Gesprächstherapie und genau diese möchte ich in Zukunft noch mehr verinnerlichen. Es hat mich beeindruckt, wie man mit Wertschätzung und Achtung und entsprechender Wortwahl dem Gegenüber seine Probleme, Ängste oder Befürchtungen widerspiegeln kann.

Ich nehme viel für mich und meine Arbeit in meinem „Koffer“ mit. Anregungen für Teamsitzungen (DISG-Modell, themenzentrierte Interaktion nach Ruth Cohn, Stressbewältigung) Angehörigen- und Patientengespräche.

Für mich war es zwar immer eine lange Autofahrt in den „Osten“, aber es hat sich gelohnt. Ich habe viel gelernt und tolle Menschen kennengelernt.

Danke



im Kreativraum

Sylvia (Sachsen)

Mich für den Trauerbegleiter-Kurs im März 2017 einzutragen, war eine natürliche Konsequenz aus den Schritten, die ich beruflich bis dahin gegangen war. Nachdem ich in den Jahren zuvor viele Jahre im geriatrischen Bereich gearbeitet und dort verschiedene Berührungspunkte mit der Endlichkeit des Lebens und den „Rahmenbedingungen“ am Lebensende hatte, begann ich einige Monate vor meiner Ausbildung eine Tätigkeit in einem stationären Hospiz.

So konstant „nahe“ an palliativen Themen, wie ich mich nun befand, entstand in mir der Wunsch, mir Grundlagen für die Begleitung sterbenskranker Menschen und der ihnen nahestehenden Personen anzueignen. Noch war ich unsicher, wie ich am besten diesen Personen unterstützend zur Seite stehen könnte. Ich brauchte „Handwerkszeug“ für eine gute Sterbe- und Trauerbegleitung und interessierte mich besonders für die „Begleitung bei Suizidgedanken“ und „Begleitung von Kindern in Sterbesituationen deren Eltern, Großeltern und Geschwister“. Mir war es wichtig, eine Übersicht zu bekommen über Handlungsmöglichkeiten, aber auch Grenzen wahrzunehmen. Mit Beginn unserer Ausbildung sah ich mich glücklicherweise in einer sehr kleinen und überschaubaren Gruppe. Es entstand schnell eine vertraute Nähe mit den Kursteilnehmerinnen, was einerseits intimen Details zu verdanken war, die wir voneinander erfuhren, und andererseits auch durch eine sehr hilfreiche Methodik gefördert wurde. Die gemeinsamen Übungen und Aufgaben, die in Kleingruppen zu erarbeiten waren, brachten mir einen guten Überblick über methodische Ansätze, die ich in meinem Arbeitsalltag gut umsetzen kann. Mir gefiel sehr, wie auf diese Weise das Entstehen von Gruppenprozessen unterstützt und gestaltet wurde.

Dieses Vorgehen behielt der Kursleiter auch in der zweiten Kurswoche bei. Dadurch gelang es mir, auch theoretische Inhalte schnell und gut zu verinnerlichen. Gerade die gestaltungstherapeutischen Aufgaben brachten mir z.B. die tiefenpsychologische Persönlichkeitstypologie auf eine Weise nahe, die Verständnis erlebbar machte auf verschiedenen Ebenen. Eine ebenso hilfreiche Unterstützung stellten die Übungen dar,

die wir zu gesprächstherapeutischen Inhalten in der Gruppe anwandten. Hier konnte Theorie noch mal greifbar werden und veranschaulichte uns auch unsere Schwachstellen und Stärken, die wir mitbrachten und die unsere Handlungen auch beeinflussten. Dieses Vorgehen ermöglichte eine gute Reflexion wie auch der Austausch in der Gruppe zu den Übungen.

Methoden, die ich hier erfuhr und auf die Weise auch „be“-greifen konnte, ließen sich im Laufe der zehn Monate auch in meinem Arbeitskontext schon erfolgreich umsetzen. Dass der Kursleiter für unsere Ausbildung die Familienferienstätte in Naundorf wählte, zeigte sich als ein „wahrer Segen“. An diesem Ort, der Frieden ausstrahlte, fiel es leicht, anzukommen und zu entschleunigen. Das von Schwestern liebevoll-fürsorglich geführte Haus strahlte ein Ruhe aus, die wohl tat. Die Verpflegung im Haus war hervorragend.

In den Ausbildungswochen gab es immer auch genügend Zeit, ins Freie zu gehen und Gruppenerleben in der Natur – oft vom Kursleiter gestaltet – weckte die Sinne und schuf Abwechslung.

Von den vermittelten Inhalten nehme ich viel mit auf meinen weiteren beruflichen Weg wie auch in mein privates Leben. Ich fühle mich von der Zeit in Naundorf fachlich und persönlich bereichert und bin sehr dankbar für die Erfahrungen, die ich machen durfte.

So wie mir die Gruppenteilnehmer irgendwann lieb und vertraut waren – fast wie Verwandte, so freute ich mich auf jede neue Ausbildungswoche als eine Zeit wertvoller Anregungen und Erfahrungen. Der Lernstoff, der vermittelt wurde, war umfassend und abwechslungsreich. Die Zeit während der Ausbildungswochen wird mir unvergessen bleiben.



Abschlussbild im Januar 2018