

Ausbildungskurs Integrative Trauerbegleitung vom 13.03.2018 – 02.11.2018

Petra Mahncke (Niedersachsen)

Ich habe die Ausbildung absolviert, um herauszufinden, ob die Tätigkeit „Trauerbegleitung“ der richtige Weg für mich ist. Ich war auf der Suche nach einer sinnvollen Aufgabe nach dem Berufsleben. Die Weiterbildung hat mir neue Wege aufgezeigt, Verhaltensänderungen und eine große Dankbarkeit für das Leben in mir hervorgerufen.

Die Ausbildungsinhalte waren alle wichtig für diese Entwicklung. Fachliches Wissen, die Persönlichkeitstypologie, aber auch die Gesprächsführung haben mich weitergebracht. Die Gestaltungstherapie und der Umgang mit Märchen berührten mich am meisten. Die Meditation (stille Zeit) im Hochmoor war für mich ein besonderes Erlebnis, das in mir eine große Veränderung hervorgerufen hat. Mir geht es um die „bedingungslose Liebe“. Unter der Anleitung von Dr. Rostig und in Zusammenarbeit mit der Gruppe ist es mir gelungen, Trauernde so zu begleiten, dass es für die Hinterbliebenen in meinen Gruppen möglich geworden ist, den Weg in das neue andere Leben zu gehen. Die Hausarbeiten der anderen Teilnehmer und meine eigene, verbunden mit einer intensiven Auseinandersetzung mit meiner eigenen Trauer, ist ein großes Geschenk, das mir Kraft für mein weiteres Leben gegeben hat.



Spaziergang mit Blick auf Königstein

Cornelia (Sachsen)

Mein Wunsch, tiefer in das Thema „Trauer“ einzutauchen, um mich selbst, aber auch trauernde Menschen wirklich zu verstehen, hat sich erfüllt. Der klientenzentrierte gesprächstherapeutische Ansatz hat mich dabei besonders angesprochen.

Durch die vielen Übungen und den Austausch in der Gruppe war es möglich, ein Gespür dafür zu entwickeln, wer ich eigentlich bin. Ich denke, dass das nötig ist und eine Bedingung darstellt, auch andere Menschen zu verstehen. So bin ich während der Seminarzeit meiner eigenen Wahrheit ein Stück näher gekommen, vielleicht sogar auch der Wahrheit des Lebens.

Ein Aspekt davon ist, dass ich deutlicher spüre, was in meinem Leben wirklich wichtig ist und mit welchem Inhalt ich es füllen und gestalten möchte. Ich möchte Menschen, die trauern auf dem Weg zu sich selbst und hinein in ein neues Leben begleiten. Dass ich hier im Seminar lernen durfte, wie diese Begleitung aussehen kann, gibt mir Sicherheit und schenkt mir genügend Vertrauen, dass ich mein Ziel einer beruflichen Perspektive in diesem Bereich verwirklichen werde. Mein besonderer Dank geht an Sie, Dr. Rostig, für diese vielschichtige Reise in das „Trauerland“

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.

Carmen (Berlin)

Die Weiterbildung zur Trauerbegleitung war von hoher Fachkompetenz geprägt – sowohl menschlich als auch fachlich. Es gab tiefe und umfassende Einblicke in die Trauerbegleitung. Ein besonderer Schwerpunkt wurde auch auf die Gesprächsführung / Gesprächstherapie gelegt, was in der Begleitung von Trauernden ein wichtiger Aspekt ist.

Die Atmosphäre in der Gruppe war geprägt von großer Offenheit, Achtsamkeit, Akzeptanz und Toleranz bei aller Unterschiedenheit der Teilnehmerinnen. Dadurch waren wir als Gruppe / Gemeinschaft eng miteinander verbunden und jede konnte neue Perspektiven und Wege für sich entdecken.

Zum Schluss möchte ich allen Teilnehmerinnen und Herrn Rostig für die bereichernde gemeinsame Zeit von Herzen danken. Sie bleibt unvergessen und auch wenn wir jetzt Abschied nehmen, ihr wisst „Youll never walk alone“.



Gemeinsamer Grillabend

Diana Kremp (Sachsen)

Ich bin mit verschiedenen Erwartungen und Zielen nach Naundorf gefahren. Ich wollte besser verstehen, wirklich zuzuhören und festgefahrene Strukturen zu lockern, um trauernde Angehörige und deren Gefühlslage und –welten besser wahrzunehmen.

Dabei habe ich gelernt: ich muss erst einmal mich kennenlernen, mir selbst in meiner Tiefe begegnen und mich selbst verstehen, um für andere eine echte Hilfe sein zu können. Ich bin dabei in eine Tiefe vorgedrungen, die teilweise schmerzlich, aber ebenso ehrlich war.

Die Zeit im Hochmoor – die stille Zeit war eine echte Herausforderung für mich. Und doch erlebte ich Dinge, kam mir und der Natur so nah, wo mir im Alltagsleben einfach die Zeit fehlt.

Unsere reine Frauengruppe entwickelte sich gleich zu Beginn des Kurses zu einem eingeschworenen Team. Wir haben einander zugehört, uns gegenseitig respektiert, wir haben miteinander unsere Erfahrungen geteilt und miteinander gelacht und geweint. Es war eine sehr lehrreiche und intensive Zeit, die ich nicht missen möchte.

Dr. Rostig hat es auf seine einfühlsame und ehrliche Art geschafft, Dinge zu hinterfragen, die man selbst schon eine lange Zeit tief im Inneren verwahrt hatte. Ihm habe ich es zu verdanken, dass ich meine „eigene Kammer der Stille“ wieder entrümpelt und aufgeräumt habe. Diese „Kammer der Stille“ hilft mir nun, mich zurückzuziehen, wenn ich es selbst möchte. Auch diese Erfahrung empfand ich als sehr wertvoll.

Das Thema „Persönlichkeitstypologie“ empfand ich als sehr hilfreich, brachte es mich doch dazu, Menschen aus meinem persönlichen Umfeld besser zu verstehen und einzuordnen.

Birgit (Sachsen)

Ich wusste nicht, was mit der Trauerbegleiterausbildung auf mich zukommt. Mir war wichtig, jemandem zum Reden und zum Austausch zu finden. Mein Ziel war es, ein Stück meiner Persönlichkeit wiederzuentdecken. Diese Dinge habe ich in der Ausbildung, der wunderbaren Gruppe und in der Auseinandersetzung mit meiner Trauer erlebt und gefunden.

Durch die Themen in den Ausbildungswochen ist es mir jetzt besser möglich, Menschen in ihrer Trauer zu begleiten. Besonders wichtig ist mir die Gesprächsführung, die es mir ermöglicht, mich abzugrenzen zugleich aber auch mit meinem Gegenüber mitfühlend und respektvoll zu sein.

In der Zeit der Ausbildung ist mir noch einmal bewusst geworden, wie wichtig es ist, Hobbys zu pflegen und sich Ruhepausen zu gönnen, sich selbst Gutes zu tun, um gestärkt neue Aufgaben in der Trauerbegleitung gelassen zu anzugehen.



Gruppenbild mit Fachkundenachweis – Große Basisqualifikation