

# Kurs Integrative Trauerbegleitung vom 10.02.2021 – 19.11.2021



Glücklicher Abschluss in Naundorf (Wehlen)

## Manja (Berlin)

Meine ursprüngliche Angst, dass mir das Thema eventuell „zu groß“ sein würde, hat sich glücklicherweise nicht bestätigt. Ganz im Gegenteil – nach Abschluss des Kurses habe ich Lust, mit dem neuen Wissen weiter zu gehen und es weiter zu geben. Besonders berührt und interessiert hat mich der Themenschwerpunkt „Tiefenpsychologische Persönlichkeitstypologie“ mit der anschließenden gestaltungstherapeutischen Wahrnehmungsübung (neben der einzelnen Persönlichkeit). Hier habe ich viel über mich selbst gelernt und konnte meine Wahrnehmung anderer hinterfragen und neu justieren (mehr Verständnis aufbringen). Die „stille Zeit im Hochmoor“ war eine schöne Gelegenheit zum Reflektieren. Unsere Gruppe empfand ich als ungewöhnlich harmonisch – wertfreies Zuhören, Empathie und Zugewandtheit innerhalb der Gruppe machte es mir leicht, mich zu öffnen und durch die Zeit zu tragen.

## **Stephanie (Bayern)**

Als ich mich zum Kurs „Integrative Trauerbegleitung“ angemeldet habe, erhoffte ich mir zum einen Handwerkszeug für meine trauernden Patienten als auch Antworten auf manche Fragen in meinem eigenen Trauerprozess.

Beide Anliegen bekamen Antworten im Kurs, der durch Herrn Dr. Rostig abwechslungsreich mit Filmen und praktischen Übungen neben der Theorie gestaltet wurde. Vor allem die Tipps und Übungen in der Gesprächsführung fand ich sehr erhellend und für Gespräche nicht nur mit Trauernden weiterführend. Gerade das Thema „Suizid“ sensibilisierte mich noch mehr für betroffene Angehörige.

Für mich selbst habe ich festgestellt, dass ich in meiner eigenen Trauer auf einem guten Weg bin und mir oft intuitiv die richtigen Hilfen gesucht habe bzw. das für mich Stimmige gelebt habe.

Die Stille Zeit im Hochmoor wird für mich unvergessen bleiben und wenn ich daran denke, wirkt sie noch immer nach.

Der Austausch mit den anderen Kursteilnehmern war horizontweiternd. Schön war der wertschätzende, wertungsfreie Umgang miteinander, den ich von anderen Fortbildungen so nicht kannte.

Ermutigt und gestärkt gehe ich auf meinem Weg nun weiter mit mehr Sicherheit im Umgang mit von Verlusten und schwierigen Lebenssituationen Betroffenen.

## **Eva (Sachsen)**

Vor Beginn des Kurses war ich von großer Vorfreude auf diesen geprägt. Herr Dr. Rostig hat einen großen Erfahrungsschatz und viel Wissen, das er den Teilnehmern vermittelte. Die Gruppenaktivitäten waren ein wesentlicher und wichtiger Punkt im Fortbildungskurs.

Die Unterkunft in Naundorf liegt landschaftlich sehr schön und bietet Raum, um sich zu entspannen, die Natur zu genießen.

Hilfreich waren die unterschiedlichen Ansätze, um Trauer zu erkennen und Trauernde auf ihrem Weg zu begleiten über Märchen, Malen, Symbolarbeit, aber auch kognitive Ansätze. Der Methodenkoffer (auch Materialien), um eine Kursarbeit zu starten, ist sehr gut gefüllt, um die eigene Trauerbegleitung zu beginnen.

## **Petra (Niedersachsen)**

„Tiefe Erkenntnisse“ und „Entscheidungshilfen“ waren meine zu Beginn aufgeschriebenen Erwartungen an die Fortbildung. Am Ende des Kurses kann ich sagen, dass sich diese Erwartungen erfüllt haben. Ich bin in meinem eigenen Trauerprozess vorangekommen und auf neue Spuren gebracht worden. Durch das dazu gewonnene Wissen fühle ich mich in meinen eigenen Trauerbegleitungen gestärkt und kann jetzt besser einschätzen, wohin meine Reise als Trauerbegleiterin gehen könnte. Toll war so viele offene und einfühlsame Menschen getroffen zu haben, auf die man sich immer wieder freuen konnte. Danke dafür.

## **Betina (Sachsen)**

Die Fortbildung zur „Integrativen Trauerbegleiterin“ war für mich eine sehr wertvolle Zeit, die mir Rüstzeug für meine Arbeit gegeben hat.. Eine Entscheidung, ein Trauercafe oder eine Trauergruppe in unserem Dienst zu etablieren, konnte ich so bewusst treffen.

Die Themen der Qualifizierung fand ich sehr umfassend über Suizid, Kindtod und Gesprächsführung, um nur einige zu nennen.

Selbsthygiene war in allen Kurswochen ein Thema, was den Stellenwert für unsere Arbeit in den sozialen Arbeitsfeldern widerspiegelt.

Ein großes Dankeschön an Herrn Dr. Rostig für diese umfangreiche und wertvolle Weiterbildung, mit der ich gestärkt und sicherer in Trauergespräche gehen kann.



Nach der Stillen Zeit im Hochmoor in Zinnwald

## **Ronny Richter (Sachsen)**

Bei Dr. Rostig hatte ich bereits Ende Oktober 2020 den Kurs „Trauerredner“ belegt und erfolgreich absolviert. Dabei bin ich auf das Angebot zur Integrativen Trauerbegleitung gestoßen. Mein ursprüngliches Ziel bestand darin, noch tiefer in das Thema „Trauer“ einzudringen. Ich wollte Trauernde in den Vorgesprächen zur Trauerfeier besser verstehen, um in meinen Trauerreden noch besser darauf eingehen zu können.

Im Laufe des Kurses hat sich eine Wandlung ergeben. Mit der Kenntnis der Persönlichkeitstypologie und dem Wissen über Trauerprozesse in all ihren Facetten reifte der Gedanke, selbst aktiv als Trauerbegleiter tätig zu werden. Darauf richtete ich in den Kurseinheiten von da an gezielt meinen Blick.

Nach anfänglichen Sorgen über meine kreativen Fähigkeiten habe ich erkannt, worauf es tatsächlich ankommt: Ich bin auf meine Art kreativ und drücke es in meinen Bildern aus.

Der Kurs hat mir die Vielfältigkeit des Trauerweges gezeigt. Er hat mich ermutigt, Trauernde emphatisch anzusprechen und sie in ihrem Prozess einer tiefen Verlusterfahrung zu begleiten.

## **Martina (Sachsen)**

Der Austausch in der Gruppe war für mich sehr wertvoll. Durch die unterschiedlichen Bereiche, aus denen wir alle kommen, entstand ein Kaleidoskop an Möglichkeiten zur praktischen Umsetzung.

Obwohl ich das Erstellen und Präsentieren der Hausarbeit zeitlich und technisch als sehr aufwändig und nervig empfand, hat es mich weitergebracht. Ich konnte für mich tiefe Zusammenhänge entdecken und neue Ideen entwickeln.

Besonders die Themen mit Praxisbezug wie Gesprächsführung, Gestaltungstherapie und „Methodenkoffer“ haben mir geholfen, mich im Hinblick auf meine zukünftige Arbeit als Trauerbegleiterin sicherer zu fühlen.

## **Nicole (Sachsen)**

Ich wollte gern am Kurs teilnehmen, um mir Fachwissen und methodische Ansätze anzueignen, die mir für künftige Angebote mit trauernden Menschen weiterhelfen und mich für die Arbeit mit ihnen sensibilisieren. Ich habe mich über ein breites Spektrum an Themen und Inhalten sowie über verschiedene Methoden gefreut, die wir auch praktisch ausprobieren durften.

Dabei habe ich auch Methoden schätzen gelernt, denen ich skeptisch gegenüberstand (z.B. Kunsttherapie). Um mich auf verschiedene Übungen (z.B. Gesprächsführung mit Kamera) einlassen zu können, hat mir die Offenheit und Vertrautheit in unserer Seminargruppe sehr wohl getan.

Die Pausen zur Erholung in einer schönen Umgebung waren hilfreich, das Arbeitspensum gut bewältigen zu können.

Vielen Dank für die abwechslungsreiche Kursgestaltung und an unsere tolle Seminargruppe.

## **Corinna (Sachsen)**

Nach ersten Erfahrungen in der Hospiz-Sterbe-Begleitung wollte ich mir sehr gern auch Wissen in der Trauerbegleitung aneignen. Der Kurs hat mir viel Rüstzeug gegeben. Es war gut, dass das theoretische Wissen mit praktischen Beispielen hinterlegt wurde. So schauten wir uns Filme an, konnten uns in der Gestaltungstherapie (Malen) selbst ausprobieren und entdecken und unternahmen eine Sinnesreise in das Hochmoor nach Zinnwald.

Meine anfänglichen Erwartungen, Unterschiede zwischen trauernden Kindern und Erwachsenen kennenzulernen oder „Türöffner“ zu Trauernden zu finden, haben sich erfüllt.

Der Austausch in der Gruppe während des Seminars und an den Abenden – bei einem guten Glas Wein – rundeten die Weiterbildung ab.

Vielen Dank Herr Rostig – vielen Dank auch den Teilnehmer(innen)  
Danke für die Offenheit und Freundschaft!



Kurswoche in Freital