Kurs Integrative Trauerbegleitung
vom 25.05.2021 – 18.03.2022

Freude, Wehmut und – ... es gibt ein Wiedersehen

Sabine Gauerke (Brandenburg)

Die Teilnahme am Kurs zur „Integrativen Trauerbegleitung“ hat mich in persönlicher wie beruflicher Hinsicht stark bereichert. Ich hatte mir zum Ziel gesetzt, mein Handeln als Musiktherapeutin in der Palliativ- und Hospizarbeit mehr zu reflektieren und zu vertiefen, im Besonderen einen freieren Umgang im Umgang mit Patienten / Gästen und ihren Angehörigen zu entwickeln.
In den Seminaren wurde eine Fülle an hilfreichen Methoden und Übungen in der Trauerbegleitung vermittelt, aus denen ich nach und nach beginne mehr zu schöpfen. Auch die Techniken zur Gesprächsführung, die im Kurs praktisch angewendet und verinnerlicht wurden, bieten mir Halt in den therapeutischen Gesprächen und helfen mir, meine Haltung zum Gegenüber besser zu reflektieren.
Ich habe durch die vielen kreativen Impulse und Selbsterfahrungsmomente des Kurses im Privaten mehr Freiraum für mich geschaffen, was mich ungemein stärkt. Umgeben von den anderen Teilnehmer*innen, die im Gegensatz zu mir teils heftige Verlusterfahrungen in ihrem Leben hatten, habe ich mich getragen und gut begleitet gefühlt und konnte trotz dieses Unterschieds ein Gespür dafür entwickeln, wie Trauer gelebt werden kann und auch, wie ich mit ihr aktiv und kreativ umgehen könnte.
Dr. Rostig hat den Kurs durch seine hohe fachliche Kompetenz, seine einfühlende und aufmerksame Haltung, den großen Erfahrungsschatz und die richtige Prise an Humor auf beeindruckende Weise angeleitet.
Vielen Dank für diese wertvolle Erfahrung und die tolle Zeit!

Nadine (Berlin-Brandenburg)

Ich hatte mich bewusst für eine Fortbildung mit verschiedenen Ausrichtungen/Methoden (VT, Gestaltungstherapie und Gesprächstherapie nach C. Rogers) entschieden und meine Erwartungen wurden mehr als übertroffen.
Darüber hinaus bietet diese Fortbildung viel Raum und Zeit für Selbsterfahrung, für neue Erkenntnisse und neue Wege im eigenen Leben. Theoretisches Wissen wird lebendig und praxisnah vermittelt, so dass sich viele neue Impulse / Ideen für die eigene Arbeit entwickeln konnten.
Darüber hinaus ist das gemeinsame Lernen, Wachsen und Lachen in der kleinen Gruppe geprägt von viel Wertschätzung und Vertrauen. Diese Atmosphäre ist der Gruppenleitung von Herrn Rostig zu verdanken. Neben einer hohen Fachkompetenz vermittelt Herr Rostig eine emphatische wertschätzende Haltung.
Privat und beruflich war diese Fortbildung ein Geschenk. Ich sage von Herzen Danke!

Erste gemeinsame kreative Gestaltungsarbeit

Silke (Thüringen)

Ich habe mir von der Weiterbildung zum Trauerbegleiter mehr Sicherheit im Umgang mit Trauernden gewünscht. Besonders hilfreich fand ich dafür das Üben der Gesprächsführung. Die Wahl der Worte hat einen großen Einfluss darauf, dass sich der Trauernde verstanden fühlt und sich vertrauensvoll auf die Begleitung einlassen kann.
Neben den vielen fachlichen Informationen waren für mich die Elemente der Selbsterfahrung besonders einprägsam. Gerade die Erinnerung an die „Biografie der Freude“ und das „Krisendiagramm“ sind mir in schwierigen Zeiten sehr hilfreich. Viel Frede und vor allem viele Erkenntnisse konnte ich beim Malen erfahren, das ich während der Fortbildung als wertvolles Werkzeug für mich entdeckt habe.

Daniela (Sachsen)

Nun ist es der letzte Kursbaustein und ich fühle mich glücklich und auch etwas wehmütig, dass diese gemeinsame Zeit zu Ende geht. Über meine Erwartungen hinaus bin ich in verschiedensten Ebenen bereichert worden.
Die Leitung des Kurses durch Herrn Rostig hat Raum gegeben für alle unterschiedlichen Gedanken und Empfindungen der einzelnen Teilnehmer. Es ging darum, sofort die Möglichkeit zu erhalten – etwas und nicht gleich alles von dem neuen Wissen – auch umsetzungsbereit in zukünftige Gespräche einfließen zu lassen. Ich fühle mich tiefgründig mit Hintergrundwissen vorbereitet und mit unterschiedlichen Malvarianten bereichert. Es gab einen Schatz an vielfältigen Übungen, die ein großes Potenzial an Selbsterkenntnis förderten.
Es war eine überraschende und glückliche Erfahrung, mit den unterschiedlichen Menschen in dieser doch kurzen Zeit in engen Kontakt gekommen zu sein, der es möglich machte, gemeinsam zu lernen, zu wachsen, zu lachen, zu weinen und viel Freude am Zusammensein zu erfahren.

Herbstliche “ Stille Zeit“ im Hochmoor

Dr. Hildegard König (Sachsen)

Zum Kurs meldete ich mich an, weil mich das Thema Trauer und Trauerbegleitung in den vergangenen Jahren zunehmend tangiert hatte. Ich belegte den Kurs mit dem Ziel, Kompetenz im Umgang mit Trauernden zu vertiefen, den Prozess der Trauer zu durchschauen und meine eigene Trauer, sowie meine Haltung dazu, wahrzunehmen.
Im Verlauf des Kurses gewann ich Einsicht in meine eigene Trauergeschichte. Die Gruppe, die sich formiert hatte, ermöglichte mir, darüber auch zu sprechen.
Neben den erwarteten Informationen zu unterschiedlichen Aspekten um Sterben und Tod, waren insbesondere Aufgaben zum kreativen Umgang mit der Thematik Herausforderung und Inspiration zugleich.
Dem Kursleiter gelang es mit seiner warmherzigen Art, die Beziehung der Gruppenmitglieder untereinander zu fördern, sodass gegenseitiges Vertrauen wachsen konnte.
Neben manchen Tränen gehörten auch Freude und Lachen zu den gemeinsamen Erfahrungen.

Claudia (Bayern)

Meine Erwartungen an den Weiterbildungskurs zum Trauerbegleiter, vielfältige Methoden zur Begleitung von Trauernden kennenzulernen, wurden erfüllt. Besonders gut haben mir die gestaltungstherapeutischen Elemente gefallen. Sehr bereichernd empfand ich es zu erleben, wie Märchen bei Trauer helfen können. Hilfreich für mich waren neben theoretischer Wissensvermittlung auch die praktischen Übungen (z.B. zur klientenzentrierten Gesprächsführung).
Ich habe mich bei Herrn Rostig immer gut aufgehoben gefühlt. In der Gruppe hatten wir zu jeder Zeit einen offenen und vertrauensvollen Umgang miteinander.

Andreas (Baden-Württemberg)

Zu diesem Kurs „Trauerbegleitung“ habe ich mich angemeldet, weil ich in der Arbeit als Schulsozialarbeiter souverän und kompetenter mit den Themen Verlusterfahrungen, Tod und Trauer umgehen möchte. Gleichzeitig fühlte ich mich bei privaten Situationen, wenn es um Tod und Trauer ging etwas hilflos und unsicher. Die Erwartungen waren deshalb, durch Theorie und praktische Übungen dazuzulernen.
Meine Erwartungen wurden voll erfüllt. Es war eine gute Mischung der verschiedenen Methoden. Es war genügend Zeit, um nachzufragen und sich auszutauschen. Ich habe jede Menge an theoretischem Hintergrund bekommen, Angaben zu Fachliteratur, praktischen Beispielen und Übungen. Die Gruppe war sehr angenehm. Nach kurzer Zeit ist eine vertrauensvolle und wertschätzende Atmosphäre entstanden. Dadurch, dass wir 5 Tage zusammen in der Fortbildungseinrichtung „wohnten“, wurde dies noch unterstützt. Unseren Dozenten, Herrn Rostig, erlebte ich als sehr kompetenten, praxiserfahrenen Menschen, der emphatisch und wohlwollend jeder(m) Teilnehmer/in begegnete.
Auch ergreifende Momente und ehrliche eigene Trauererfahrungen hatten ihren Platz. So blieb die persönliche Auseinandersetzung mit diesem Thema nicht aus. Es war für mich auch ein Stück „Selbsterfahrung“, für die ich trotz mancher Schwere dankbar bin.
Ich beende diesen Kurs mit vielen Handlungsoptionen und einem gefüllten Methodenkoffer. Dadurch bin ich jetzt mutiger geworden, diese Themen anzusprechen und Situationen, in denen es um Verluste, Tod und Trauer geht, nicht auszuweichen .
Die Räumlichkeiten und Versorgung im Tagungshaus fand ich sehr angenehm und ungezwungen. Ich bedanke mich nicht nur beim Dozenten, Herrn Rostig, sondern auch bei allen KursteilnehmerInnen für die Offenheit und die vertrauensvolle Gemeinschaft.

Wichteln im Advent

Claudia Worch (Sachsen)

Mit ziemlich vagen Vorstellungen bin ich in die Basisqualifikation Trauerbegleitung gestartet. Wohl hatte ich großes Interesse am Thema, allerdings war mir nicht klar, welche große Rolle die eigenen Erfahrungen im Umgang mit Tod und Trauer haben würden. Und das ist eine wesentliche Erkenntnis – auch haben müssen.
Die Selbsterfahrungsanteile des Kurses haben in mir viel bewegt, so viel, dass ich es manchmal nicht aushielt. Das war aber nicht schlimm, weil die Gruppe ein wunderbares Klima von Vertrauen und Angenommensein geschaffen hat.
Ergänzt um das umfangreiche Angebot an theoretischem Wissen und tollen Methoden – sind meine vagen Vorstellungen vom Anfang zu konkretem Wissen geworden, so dass ich mir tatsächlich vorstellen kann in naher Zukunft Trauernde auf ihrem Weg zu begleiten. Für all das vielen Dank Dr. Rostig.

Iris (Brandenburg)

Als ich mich zur Weiterbildung „Integrative Trauerbegleitung“ anmeldete, suchte ich nach mehr Sicherheit im Umgang bzw. in den Gesprächen mit Trauernden. Ich wollte mehr über Möglichkeiten der Begleitung in Trauergruppen, aber vorrangig in der Begleitung von einzelnen Trauernden erfahren, da dies ein Teil meiner Arbeit im AHD ist. Der Austausch mit anderen Menschen war für mich dabei ein wichtiger Aspekt.
Ich traf hier auf eine wunderbare Gruppe und einen respektvollen Umgang mit persönlich erfahrenen und beruflich erlebten Anteilen.
Herrn Dr. Rostig möchte ich sehr für diese umfangreiche und vor allen Dingen auch praktisch unterlegte Vermittlung von Möglichkeiten in der Begleitung von Trauernden danken.
Es waren für mich positiv anstrengende Wochen, die mich nicht nur im beruflichen, sondern auch im privaten Kontext gestärkt, aber auch verändert haben. Vielen Dank dafür!

Märchen als Medium in der Begleitung Trauernder

Sebastian Brückner (Sachsen)

Mein Ziel, diesen Kurs zu besuchen, lautete: Sicherheit zu gewinnen im Umgang mit trauernden Menschen. Dies erachte ich als erfüllt. Der Kurs stärkte mich enorm für meine Arbeit als Einrichtungsleiter in einem Trauerzentrum für Kinder und Jugendliche. Besonders im Umgang mit den zu begleitenden Angehörigen fühlte ich mich unsicher. Dieses Gefühl gehört nun der Vergangenheit an und für die Arbeit erwies sich die Teilnahme an diesem Kurs als sehr hilfreich. Als wichtigster Aspekt, Gefühle und Bedürfnisse meines Gegenüber wahrzunehmen, zu spüren und darauf einzugehen, sind im wahrsten Sinne des Wortes in „Fleisch und Blut übergegangen“.
Ich bedanke mich auch für die herzliche und einfühlsame Art von Herrn Rostig. Krankheitsbedingt musste ich den Kurs unterbrechen. Noch immer sind mir seine Worte im Kopf und seine Karte hat einen Ehrenplatz in meinem Büro. Weitergeführt wurde der Kurs in einer anderen Gruppe. Der Wechsel bzw. die Weiterführung war toll und herzlich. Insgesamt bin ich froh, diesen Kurs besucht zu haben. Er hat mich weitergebracht und ich bin sehr dankbar dafür. Ich kann mit gutem Gewissen den Kurs weiterempfehlen und bin mir ziemlich sicher, dass er jedem etwas bringt und ein persönlicher Zugewinn ist.

Eine Stadtführung mit dem Pirnschen Nachtwächter Herrn W. Bieberstein

Heike (Baden Württemberg)

Ich habe mich zur „Integrativen Trauerbegleitung“ entschieden, um anderen Menschen mit Verlusterfahrungen kompetent beistehen zu können. Außerdem wollte ich für mein eigenes Älterwerden vorsorgen.
Genauere Erwartungen und Ziele hatte ich bis dahin noch nicht. Schon beim ersten Gruppentreffen wurde mir klar, dass es um mich geht. Durch das Erkennen meiner Haltungen, Überzeugungen und Verhaltensweisen wie verschiedener Selbsterfahrungsübungen kam ich nicht nur mir näher, sondern konnte auch andere besser verstehen. Ich wurde offener und verstand, wie wichtig es ist, dass jeder seinen Weg findet und geht!
Ich konnte verschiedene Perspektiven kennenlernen und lernte, wie wichtig es ist, zuzuhören und auf andere einzugehen. Das Theoretische kam deshalb nicht zu kurz.
Von der Gruppe fühlte ich mich einerseits getragen, andererseits eröffnete sie mir ein großes Lern- und Erfahrungsfeld. Meine Befürchtung, unangenehmen Situationen ausgesetzt zu werden, war grundlos. Ich fühle mich mit all dem Gelernten, den vielfältigen Methoden einfach souverän, um Trauernde in ihrem Trauerprozess zu begleiten.

P.S. Allen KursteilnehmerInnen bis zum Wiedersehen 2023 in Erfurt eine gute und erfüllte Zeit!