

Die Auswertung der Kurs-Impressionen zur **Integrativen Trauerbegleitung** verdeutlicht, dass diese Ausbildung über die reine Wissensvermittlung hinausgeht. Sie fungiert als ein transformativer Prozess, der die eigene Persönlichkeit schult, um Trauernden mit echter Gelassenheit zu begegnen.

1. Persönliche Auseinandersetzung (Selbstreflexion)

Der Kurs erfordert und fördert eine intensive Beschäftigung mit der eigenen Biografie, den Verlusten und Ressourcen.

- . **Intensität:** Die Seminarzeit wird als „intensiv, erkenntnis- und einsichtsreich“ beschrieben.
- . **Emotionale Tiefe:** Trauer wird oft als Schlüssel für tieferliegende, persönliche Lebensthemen erfahren.
- . **Selbstfürsorge:** Für viele ist es ein wichtiges Ziel, sich zu öffnen und gleichzeitig gut für sich selbst zu sorgen
- . **Eigenes Erleben:** Teilnehmende reflektieren ihre eigene Haltung zu Endlichkeit und Abschied, was die Voraussetzung ist, um die Ohnmacht anderer auszuhalten.
- . **Empathie durch Selbsterfahrung:** Durch den Austausch in der Gruppe, kreative Übungen und in Rollenspielen wird die eigene emotionale Durchlässigkeit gestärkt.

2. Stärkung des Selbstbewusstseins (Präsenz)

Sicherheit in der Begleitung entsteht aus der Gewissheit, auch in schweren Krisen und starken emotionalen Gefühlen (Wut, Verzweiflung) ein stabiler Anker zu sein.

- . **Rollenklarheit:** Die Fortbildung vermittelt ein klares Profil, was Begleitung leisten kann und wo Grenzen liegen, was den psychischen Selbstschutz stärkt.

. **Gelassenheit:** Die Erfahrung lehrt, dass Trauer ein natürlicher Heilungsprozess ist. Dieses Vertrauen in den Prozess der Trauer ermöglicht es Begleitenden, „einfach da zu sein“, ohne unter Handlungsdruck zu geraten.

3. Gruppendynamik & Atmosphäre

Die Lernumgebung trägt maßgeblich zum Erfolg bei.

. **Austausch:** Gemeinsame Aktivitäten (z.B. Abendessen außer Haus, Bowling und Stille Zeit im Hochmoor) fördern den persönlichen Austausch unter den Teilnehmern.

. **Rahmenbedingungen:** Ein Wechsel zwischen intensiven Lernphasen und notwendigen Ruhepausen (kleine Spaziergänge in der Natur) sorgt für eine gute Balance.

. **Dozenten:** Die Vermittlung durch geduldige und ausgeglichene Dozenten, die auch komplexe Themen verständlich wiederholen, wird geschätzt.

4. Fachliche Erweiterung (Mein Werkzeugkoffer)

Viele Teilnehmer nutzen den Kurs, um ihren beruflichen oder ehrenamtlichen Werkzeugkoffer zu füllen.

Integrativer Ansatz: Der Kurs verbindet theoretischen Input mit dem Einsatz verschiedener therapeutischer Verfahren, um Trauernde individuell durch den Trauerprozess zu begleiten (anwendungsbereites Wissen und Praktizieren).

Gesprächstherapie: Die Weiterbildung vermittelt Techniken und Haltungen der Gesprächsführung, um Trauerprozesse bewusst auszulösen und zu begleiten. Der Trauernde fühlt sich angenommen und verstanden. Zugleich wird er angeregt, seinen eigenen Weg durch die Trauer bewusster zu leben.

Gestaltungstherapeutische Elemente: Teilnehmer berichten, dass das Malen eigener Bilder für sie ein Schlüsselerlebnis war, um Emotionen und Verhaltensmuster wahrzunehmen.

Symbol- und Ritualarbeit: vermitteln konkrete Werkzeuge, die vorgestellt, reflektiert und selbst erprobt werden.

Burnout-Prophylaxe: Die Kursarbeit umfasst auch Strategien zur Selbstfürsorge, was für die langfristige Arbeit im Bereich der Sterbe- und Trauerbegleitung als „sehr sinnvoll“ bewertet wird.

5. Kursstruktur und Abschluss:

Dauer & Ort: Die Kurse finden als Wochenkurse im Martin-Luther-King-Haus in Schmiedeberg bei Dresden statt.

Leistungsnachweis: Zum Abschluss der Ausbildung wird eine Hausarbeit zu einem fachspezifischen oder autobiographischen Thema angefertigt und vorgestellt. Dieser Tag wird als ein Geschenk für die eigene Person wie für die Gruppe wahrgenommen.

Zertifizierung: Die Qualifikation entspricht den Standards des Bundesverbandes Trauerbegleitung (BVT), des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes (DHPV) wie der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP). Teilnehmer aus dem Arbeitsfeld der Hospiz- und Palliativarbeit begrüßten diese neue Zertifizierung sehr.