

Feedback Kurs Integrative Trauertherapie

20.04.2022 – 08.06.2023



Abschlussbild mit Rose, Freude und Wehmut



Gruppe im Rondotuch - verbunden und gehalten

Katrin Scholze (Berlin)

Aufregung und Vorfreude waren groß, als es hieß „Der Kurs kann beginnen“ und so startete eine Reise, die mich noch ein Stück mehr zu mir selbst und meiner beruflichen Arbeit führen sollte. Ich begleite Menschen in der Trauer und in diesen Gesprächen und Begegnungen war die Trauer oft ein Schlüssel für tieferliegende, ganz persönliche Lebensthemen.

Ich bin ein intuitiver Mensch und hatte das Gefühl, dass für meine Arbeit mein jetziger „Werkzeugkoffer“ nicht mehr ausreichte. Ich wollte mir mehr Handwerkszeug aneignen, meine therapeutischen Methoden erweitern und mein Wissen vertiefen. Im schönen Elbsandsteingebirge fühlte ich mich schnell wohl und die Atmosphäre in unserer kleinen Gruppe war von Anfang an geprägt von Vertrauen und Verbundenheit, sodass jeder offen über seine persönlichen Erfahrungen sprechen konnte.

Was sich hinter dem Begriff „Integrative Trauertherapie“ verbirgt wurde nun in der kommenden Zeit sichtbar.

Am Beginn stand eine Selbsterfahrungswoche, die sehr intensiv war und uns als Gruppe schnell verbunden hat. Dr. Rostig gestaltete die kommenden Wochen immer wieder abwechslungsreich, sodass die Tage mit vielen Informationen, kreativen Gestaltungsarbeiten, Meditationen und immer wieder gefüllt und dennoch kurzweilig waren. Die Persönlichkeitstypologie, die Licht- und Schattenbilder, die Biografie der Freude sowie die Märcheninterpretation haben mich sehr begeistert. Besonders wertvoll fand ich im Kurs die klientenzentrierte Gesprächsführung, auch wenn das Rollenspiel vor laufender Kamera zu Herzklopfen und einem gut durchbluteten Kopf geführt hat.

Ich fühle mich sehr bereichert von dieser Zeit, in der ich auch noch mal ein Stück gewachsen bin. Herzlichen Dank Dr. Rostig für Ihre ruhige Art, Ihren Humor und Ihre Ermutigungen.



Im Kreativraum beim Malen

Angela Tiede (Sachsen Anhalt)

7 Wochen Sachsen, 7 Wochen Sächsische Schweiz, 7 Wochen im Schutze des Kreuzes begab ich mich erneut in die Schule von Dr. Rostig. Was mich erwartet, wusste ich nicht - im Nachhinein war es hart, worauf ich mich einließ. Ganz tief musste ich in meine untersten Schichten der Seele vordringen, habe geheult, war verzweifelt, hab mich wieder aufgerappelt, weil ich das hier wollte - für mich selbst und vielleicht für die anderen, die Hilfe brauchen in ihrer akuten Trauer oder auch in ihrer späten Trauer. Ich wollte unbedingt mein Spektrum erweitern nicht nur Trauerredner sein, sondern auch Trauerbegleiter und schlussendlich auch Trauertherapeut. Den Menschen zur Seite stehen in einer Lebenssituation, in der andere wegsehen. Ich hatte das Glück, in eine Gruppe zu kommen, die vom ersten Tag an einfach passte.

Wir wurden eins mit S. Freud, C.G. Jung, Verena Kast und William Worden, wir saßen in der Schokoladenmanufaktur und studierten ... studierten Menschen – die depressiven, die zwanghaften, die histrionischen und die schizoiden am lebenden Modell und hatten auch 'ne Menge Spaß dabei. Wir schrieben unsere Biografien der Freude und der Krisen. Wir schlüpfen in die Rolle der Kröte im Krötenmärchen und kamen zu unglaublichen Erkenntnissen ... , die uns unsere Seele verriet. Wir malten uns selbst als Licht und als Schatten mit einzigartiger Symbolstärke. Wir therapierten uns gegenseitig - was ich am allerschwersten fand - immer mit Dr. Rostig's kritischem Blick von fern oder durch die Kamera, die keine noch so kleine Reaktion übersah.

Wir folgten blind einem imaginären Finger ins Nichts, ja es war ein Fallenlassen auf höchstem Niveau. Ein Fallen, um aufzustehen – gestärkt für die Zukunft, die eigene und gestärkt für die Klienten, denen wir vielleicht wieder eine Zukunft, ein lebenswertes Leben schenken können mit alldem, was wir hier gelernt haben. Jeder von uns wird einen anderen Weg gehen, aber jeder wird sein Bestes geben. Grundlage für alles Weitere war diese Ausbildung hier. Gut vorbereitet entlässt uns Dr. Rostig in unser Therapeutenleben, wo auch immer das sein wird, wann auch immer das anfängt.

„Leben heißt immer wieder neu anfangen.“ Mögen unsere zukünftigen Klienten eines Tages diesen Satz mit Freude sagen. Ich danke Dr. Rostig, dem „Seelenbohrer“ und „sächsischem Fremdenführer“, dass er mich in seinen Kurs aufgenommen und mit mir Geduld hatte. Ich danke meinen Trauertherapie-Schwestern Tina, Katrin, Steffi, Karina und Ines für das Aushalten und Heulen mit mir, für die tollen Gespräche in den Pausen und an den kurzen Abenden für das Teilhaben an Euren Leben.



Gruppengestaltaufnahme in der Schokoladenmanufaktur in Thürmsdorf

Karina Bohn (Thüringen)

Ich habe in der Ausbildung „Integrative Trauertherapie“ viele psychotherapeutische Verfahren kennengelernt. Dies entsprach auch meinen Wünschen und Erwartungen am Beginn der Ausbildung. Die Test's zur HP-Prüfung, zur Wahrnehmung und zum Freiburger Persönlichkeitsinventar (FPI) waren sehr hilfreich.

Gruppenübungen und den Austausch mit der Klasse fand ich besonders wertvoll. Sieben Wochen in einem geschützten Umfeld zu sein und über alle Dinge sprechen zu können, das war wirklich ein Geschenk.

Die Sächsische Schweiz ist ein wunderschöner Ort für diese Ausbildung. Danke an Dr. Rostig für seine Geduld und seine Fachkompetenz. Danke an die fünf tollen Frauen, die mich durch die Ausbildung begleitet haben.

Ich möchte gern eine Praxis für Trauertherapie eröffnen und fühle mich mit dieser Ausbildung gerüstet dafür. Das Thema „Trauer“ muss wieder ein Thema für unsere Gesellschaft werden. Wir brauchen mehr gut ausgebildete Trauerbegleiter und Trauertherapeuten, damit wir zielgerichtet helfen können.



Licht- und Schattenbild im Entstehen

Ines Gurske (Berlin)

In meiner ehrenamtlichen Tätigkeit im Besuchsdienst eines ambulanten Kinderhospizdienstes habe ich bemerkt, wie wichtig das Thema „Trauer“ ist und wie unterschiedlich damit umgegangen wird. Oftmals begegnete ich Sprachlosigkeit. Wie konnte ich damit besser umgehen? Ich war auf der Suche nach einer Weiterbildung, die das vermittelt. Beim ZTL in Dresden habe ich den Kurs zur „Integrativen Trauertherapie“ entdeckt, der viele Inhalte vermittelt: Trauerprozess und –modelle, unterschiedliche Verhaltenweisen von Kindern und Erwachsenen, trauertherapeutische Ansätze, das Kennenlernen unterschiedlicher psychotherapeutischer Verfahren, Gesprächsführung, Gestaltungstherapie und vieles mehr. Der Kurs war mit zahlreichen praktischen Übungen angereichert. Der Büchertisch vermittelte viele Anregungen, um sich selbst weiter intensiv mit dem Thema auseinanderzusetzen und neue Ideen zu entdecken und zu praktizieren.

Die Arbeit in der Gruppe war sehr bereichernd und vertrauensvoll. Auch die eigenen Verlustthemen hatten genügend Raum und wurden von den Kolleginnen mitgetragen. Der Kursleiter Dr. Rostig legte großen Wert darauf, dass all das ausgesprochen werden konnte, was uns bewegte, sodass wir ganz praktisch erlebten, dass Schmerz und Trauer sein Zeit hat und es Wege gibt aus der Trauer heraus. Ich komme durch die Trauer nur hindurch, indem ich Trauer zulasse und lebe.

Der behutsame Umgang miteinander wie das Lernen voneinander war für mich gleichermaßen bereichernd wie wohltuend. Bei aller Trauer wurde auch herzlich gelacht, Licht und Schatten nicht nur bei anderen gesucht, sondern auch in der eigenen Person wahrgenommen.

Am Anfang des Kurses standen für mich noch viele Fragen. Werde ich das finden, wonach ich suche, schaffe ich das überhaupt alles neben der Arbeit und wie kann ich mich später mit dem Erlernten einbringen?

Für mich selbst und über mich habe ich im Verlauf der Ausbildung sehr viel gelernt und bin dankbar dafür.



Auf der Aussichtsplattform der Bastei



Bummel durch die Pirnaer Altstadt

Stefanie Priwitzer (Berlin)

Meine **Ziele** zu Beginn der Ausbildung:

- mich öffnen können
- gut für mich zu sorgen
- Gesprächstechniken üben und erlernen
- neue berufliche Orientierung

Meine **Ängste**:

- nicht verstanden zu werden
- nicht gehört zu werden
- schlechtes Zeitmanagement
- es mir nicht zuzutrauen
- die Prüfung (mündlich) nicht zu bestehen

Ich habe alle meine Ziele erreicht und keine meiner Ängste hat mir die Luft zum Atmen genommen!!! Vielleicht ein wenig mein - immer noch – schlechtes Zeitmanagement, aber ich arbeite daran!

Diese Ausbildung ist der erste Schritt in ein neues berufliches Feld – ich werde mit Kindern und Erwachsenen als Heilpraktiker für Psychotherapie und Trauertherapeutin arbeiten, Kindertrauergruppen leiten und Einzelgespräche anbieten in meiner eigenen Praxis.

Die Ausbildung beinhaltet viel Wissensvermittlung über Trauer, Trauermodelle, Gesprächsführung, Psychotherapieverfahren, Krisenintervention und Achtsamkeit. Besonders inspirierten mich die vielen kreativen Angebote, die praktischen Übungen, Rollenspiele, das Malen, das Hochmoor in Zinnwald als stille Zeit, unzählige Anregungen, Gedichte, die Traumdeutung ... und vieles mehr.

Ich plane noch eine Weiterbildung in Gestaltungstherapie und das Bestehen meiner Prüfung zum „Kleinen Heilpraktiker“ für Psychotherapie im März 2024 (schriftlich und mündlich). Zudem werde ich in meine praktische Tätigkeit sehr vieles mitnehmen. Herrn Rostig war es immer wichtig, dass wir eine Haltung entwickeln und unseren eigenen therapeutischen Weg gehen und verantworten. Mit viel Selbsterfahrung habe ich meine eigenen Trauererlebnisse **nochmals** anders betrachten und verarbeiten können, eine große Bereicherung für mich. Zudem bin ich sicherer in Diagnostik & Gesprächstechniken geworden und habe einen Pool an Methoden in meinem „Koffer“, den ich mit nach Berlin nehmen werde.

Die wunderbare Umgebung hier in der Sächsischen Schweiz hat die schweren Themen von Tod, Sterben und Trauer in Einklang mit der Natur und mir gebracht. Das Schreiben der Hausarbeit „Kindertrauergruppen leiten und gestalten“ und die Präsentation dieser Arbeit haben mich einen großen Schritt weitergebracht. So konnte ich mein eigenes Konzept erarbeiten, zudem schon einmal mit viel Spaß und Humor eine Eingangsrunde mit der Gruppe gestalten und etliche Bücher vorstellen.

Herr Rostig hat mich jetzt fast eineinhalb Jahre mit seiner Fachlichkeit verständnisvoll begleitet. **Vielen Dank** für diese so gewinnbringende Zeit – auch an meine Gruppe Katrin, Angela, Tina, Karina und Ines! Ich bin sehr dankbar, nun in eine neue berufliche Richtung zu starten. Eine unvergessliche, sehr emotionale Zeit!



Präsentation der Hausarbeit



Grillabend in Sachsen mit Thüringer Bratwürsten

Martina Lämmer (Schleswig-Holstein)

Sieben Wochen liegen hinter mir mit vielen Höhen und Tiefen, Ängsten und Erwartungen, die mich begleitet haben. Meine Ängste, dass ich den Anforderungen nicht gerecht werde, aber auch eine neue Selbstsicherheit gewinne, all das war eine große Herausforderung und Hoffnung.

Ich besuchte ja ein zweites Mal einen Kurs bei Dr. Rostig. Er hat mir schon im „Intensivkurs Trauerredner“ viel mitgegeben. In der jetzigen Fortbildung war die Auseinandersersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte noch intensiver. Durch die gute Gruppendynamik vertrauten wir uns gegenseitig immer mehr und auch ich traute mir mehr zu, war mit mir im Einklang, gewann an Stärke, um herauszufinden, ob ich eine gute Therapeutin werde.

Jeder aus unserer Gruppe ist anders, jeder hatte andere Ängste und Erwartungen. In diesen sieben Wochen sind wir uns jedoch näher gekommen. Herr Rostig hatte immer ein gutes Auge auf uns, sodass wir miteinander weinen und herzlich lachen konnten.

Übungen, die wir machten, ergaben im Laufe des Tuns einen tieferen Sinn. Ein Märchen aus der Kindheit kann soviel bedeuten, Rollenspiele, die ich übrigens sehr liebe, waren für mich eine tolle Herausforderung, Bilder, die wir malten, wurden lebendig im Erzählen.

Träume und ihre Botschaften forderten uns heraus, aber auch Steine und andere Gegenstände wurden zu Symbolen im Prozess der Trauer. All das hat mir unheimlich geholfen. Jetzt sitze ich hier und schreibe mein Feedback und spüre, wie sehr ich das jetzt will, und ich weiß, dass in mir ganz viel steckt.

Meinen Mitstreiterinnen und Herrn Dr. Rostig danke ich für diese lehrreiche Zeit.



Vorstellung der Hausarbeit



Zum Abschluss - Kleine Wanderung zur Bastei