

Workshop 1:

"Resilienz stärken - Leben mit der Trauer"

Samstag 09:00 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 12 Teilnehmer

Inhalt:

Dieser Workshop soll zeigen, was Trauernde für eine Kompetenz entwickeln können anderen Menschen zu helfen.

- Was ist Resilienz?
- Unterschiede der Trauerwege
- Eigenschaften und Haltung zur Resilienzförderung
- Risiko und Schutzfaktoren
- Personale Ressourcen
- Woher kommt die Widerstandskraft?
- Bedeutung der Umwelt für die Resilienz
- Trauer und Resilienz
- Kompetenz durch eigene Betroffenheit in der Trauerbegleitung

Referentin:

Petra Hohn

HP Psychotherapie

Trauerbegleiterin

Systemische Familienberaterin

Autorin

Workshop 2:
„Letzte Hilfe Kurs“

Samstag 09:00 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 20 Personen

Inhalt:

Das Lebensende und Sterben unserer Angehörigen, Freunde und Nachbarn macht uns oft hilflos, denn uraltes Wissen zum Sterbegeleit ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen. Um dieses Wissen zurückzugewinnen, bieten wir einen Kurs zur „Letzten Hilfe“ an. In diesen Letzte-Hilfe-Kursen lernen Sie, was Sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können. Wir vermitteln Basiswissen und Orientierungen und einfache Handgriffe. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern ist auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich. Wir möchten Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Die letzte Hilfe, die einem Menschen in seinem Leben zuteil wird, darf keine sein, die ihn tötet. Der Abschied vom Leben ist der schwerste, den die Lebensreise für einen Menschen bereithält. Deshalb braucht es, wie auf allen schweren Wegen, jemanden der dem Sterbenden die Hand reicht. Diese Hand zu reichen erfordert nur ein bisschen Mut und Wissen. In unseren Letzte Hilfe - Kursen vermitteln wir beides. Zielgruppe: Der Workshop richtet sich an Interessierte, die mehr über Sterbebegleitung erfahren möchten.

Referentin:

Anja Patzak arbeitet als Krankenschwester Palliative Care Fachkraft für das Ambulante Hospiz- und Palliativberatungszentrum Caritas Saar-Hochwald in Beckingen. Ehrenamtlich unterstützt sie durch das Angebot von sogenannten „Letzte Hilfe - Kursen“ das Projekt Letzte Hilfe Deutschland uG (www.letztehilfe.info).

Workshop 3:
„Bewegen Erfahren Erlernen!“ Workshop nur für Männer

Samstag 09:00 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Inhalt:

Bei einem Spaziergang durch den Park wollen wir nicht nur die Natur genießen, sondern Energie in uns aufnehmen und mit verschiedenen Übungen Erfahrungen sammeln. Die Übungen können bei der Arbeit mit Trauernden oder auch nur für sich selbst angewendet werden. Im Einzelnen wollen wir Übungen zur Energieaufnahme, zur Körpererfahrung und zum Thema „Zulassen“ erlernen und uns danach über das Erlebte austauschen.

Zielgruppe:

Der Workshop richtet sich an alle Männer, die Trauerbegleiter und/oder Interessierte sind.

Referenten:

Dieter Kuske: „Als IT-Berater erlebe ich täglich Stresssituationen, die gemeistert werden müssen. Hierfür suchte ich lange nach einem Ausgleich, den ich zuerst in den Kampfsportarten JiuJitsu und TaekWonDo zu finden glaubte. Da ich oft unterwegs bin, konnte ich keine feste Bindung zu einem Verein aufbauen und suchte deshalb nach einer Alternative. Mit meiner Frau zusammen absolvierte ich zusammen eine 3-jährige Ausbildung zum Qi Gong Lehrer (2004 2006) in Zürich bei Qi Gong Meister und TCM Mediziner Zheng Zhang. Seit 2014 gebe ich meine Erfahrungen mit Qi Gong in verschiedenen Vereinen weiter. Nach dem Tod unserer 19-jährigen Tochter im Mai 2009 (Allergieschock auf der Abi Abschlussfahrt in Spanien) gab mir die Meditation, das Qi Gong und viele Gespräche mit Trauerbegleitern und in Trauergruppen die Kraft, das Leben wieder als lebenswert zu empfinden. Durch diese Erfahrungen in meiner Trauer, war es mir ein Bedürfnis ebenfalls Trauernden zu helfen und absolvierte erfolgreich die Ausbildung zum Trauerbegleiter im Jahr 2011. Zugleich gründeten wir den Verein "Trauernde Eltern und Kinder" zusammen mit dem Bistum Fulda, der seit 2019 als Trauergruppe "Trauernde Eltern und Kinder" konfessionsfrei Trauernde begleitet. Seit 2011 betreue ich Männer in einer offenen Männergesprächsgruppe wie auch in Einzelgesprächen.“

Rolf Neustraß; Trauerbegleiter

Workshop 4

„Trauerbegleitung besonderer (beeinträchtiger) Kinder“

Samstag 09:00 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 20 Teilnehmer

Inhalt:

1. Körpersprache in der Trauerarbeit – ein wichtiger Aspekt
2. Die Macht der Worte – ein großartiges Tool
3. Vorstellung ihres Buches „Verwaiste Eltern begleiten“
4. Trauern um die Gesundheit eines Kindes – verabschieden vom normalen Leben
5. Wir partizipieren durch die Akzeptanz der Trauer besonderer Kinder
6. Trauerbegleitung besonderer (beeinträchtiger) Kinder – praktische Beispiele

Referentin:

Ulrike Meindl

Ich bin 1966 geboren, seit neun Jahren glücklich verheiratet und habe zwei Kinder. Ich bin ausgebildete Auditorin, Datenschutzbeauftragte, Kommunikationstrainerin, Sterbebegleiterin und Trauerbegleiterin (BVT). Seit mehr als 20 Jahren arbeite ich im Vertrieb einer großen Apotheke und entwickelte ein Grundgerüst für ein webbasiertes Qualitätsmanagement-System für Kinder- und Jugendärzte. Meine große Leidenschaft gehört der Kommunikation.

Zum Thema „Teambuilding“, „Macht der Worte“, „Körpersprache“, „Wertschätzende Kommunikation“ und „Verwaiste Eltern begleiten“, halte ich für Praxisteams, medizinische Fachangestellte, Ärzte und Ärztinnen Workshops und Vorträge. Mein Spezialgebiet ist Stärkung des Selbstwertgefühls sowie wertschätzende Kommunikation bei Krankheit, Tod und Trauer.

Mein Sohn kam 1987 mit einem inoperablen Gehirntumor zur Welt, er starb mit 26 Jahren infolge einer schweren Hirnblutung. Meine Tochter kam 1989 zur Welt, damals sagten die Ärzte, dass meine Tochter nie laufen lernen würde und nie ein eigenständiges Leben führen kann. Dieses hat sich zum Glück nicht bewahrheitet, sie lebt heute ganz selbständig in Hamburg in ihrer Wohnung und arbeitet sehr erfolgreich in einer Kita.

Nach dem Tod meines Sohnes hätten wir auf den ersten Metern unseres neuen Lebensweges dringend Begleitung, Beratung und Informationen gebraucht. Durch Mangel an wichtigen Informationen, sind uns unwiederbringliche Momente verwehrt geblieben. Dies hat mich dazu ermutigt ein Buch zu schreiben mit dem Titel: „Verwaiste Eltern begleiten“. Es handelt sich um ein Praxisbuch für medizinisches Fachpersonal.

Ehrenamtlich arbeite ich im Hospizverein als Trauerbegleiterin.

Mein Anliegen ist es, Mut zu machen: Egal welche Schwierigkeiten das Leben bereithält, es ist immer möglich, ein erfolgreiches, glückliches Leben zu führen. Trotz und mit schwerer Krankheit, Trauer oder Tod.

Workshop 5

„Psychologische Betreuung trauernder Familien Trauer-Reha in der Reha-Klinik Tannheim“

Samstag, 09:00 bis 12:30 Uhr

Teilnehmerzahl:

Inhalt:

Seit dem Jahr 2001 bietet die Nachsorgeklinik Tannheim vierwöchige Rehabilitationsmaßnahmen für verwaiste Familien an. Auf Basis des familienorientierten Ansatzes, den die Klinik in ihrem Kernangebot für Familien mit chronisch kranken Kindern entwickelt hat, werden bis zu 8 betroffene Familien in einem gruppenorientierten und interdisziplinären Angebot intensiv therapeutisch und medizinisch begleitet. Vor allem der Abstand vom Alltag und die Möglichkeit, sich mit ähnlich Betroffenen intensiv austauschen zu können, machen diese ganzheitliche Maßnahme zu einem einmaligen Angebot in der Rehabilitationslandschaft.

In diesem Workshop wird der Leiter der „verwaisten Rehabilitation“ in Tannheim, Diplom-Psychologe Jochen Künzel, einen Überblick über die Historie, den konkreten Ablauf und die verschiedenen Angebote sowie den unterschiedlichsten Erfahrungen der fast 18-jährigen Tätigkeit geben.

Referent:

Jochen Künzel, Diplom-Psychologe und Leiter der psychosozialen Abteilung der Nachsorgeklinik Tannheim, ist seit 2002 in der familienorientierten Rehabilitationseinrichtung beschäftigt und seit dieser Zeit maßgeblich in der Konzeptionierung und Durchführung der Verwaisten Rehabilitationsmaßnahmen involviert. Er verbindet in seiner Arbeit Inhalte aus verschiedenen psychotherapeutischen Weiterbildungen. Jochen Künzel hat 3 gesunde Kinder im Alter zwischen 20 und 6 Jahren und lebt mit seiner Familie in der Nähe von Freiburg.

Workshop 6

„Die eigene Sprache wiederfinden - Heilsames Schreiben für Trauernde“

Samstag 09:00 bis 12:30 Uhr

Teilnehmerzahl:

Inhalt:

Ein Stück Papier und ein Kugelschreiber können Wunder bewirken: Schmerzen heilen, Träume in Erfüllung gehen lassen, verlorene Hoffnung wiederbringen. Im Wort liegt Kraft. (Paulo Coelho). Der Tod eines Kindes macht sprachlos und lässt viele Angehörige in Trauer und Schmerz erstarren. Umso wichtiger sind („gute“) Worte. Denn sie können Mut machen, entlasten, klären. Sie bringen wichtige Themen auf den Punkt, sie verhindern, dass wir uns „wundschweigen“ und verstummen. Und sie helfen, dass Gefühle wie die Trauer ihren angemessenen Platz bekommen aber nicht übermächtig werden. Dieser Workshop macht mit Methoden der sogenannten Poesie- und Bibliothherapie bekannt. Wir hören ausgewählte Texte, das heilsame Schreiben in Resonanz darauf unterstützt Bewältigungsprozesse und eigene Ressourcen. Es ist für unser Befinden lebenswichtig, die eigene Sprache (wieder) zu finden, zu hören und gehört zu werden. Und zu erleben, dass auch Unsagbares und Unsägliches ausgedrückt werden kann. Die Dichterin Hilde Domin fasst dies in zwei Worte: „Benennen befreit.“

Atem- und Entspannungsübungen, evtl. auch Meditationen ergänzen das Angebot.

Zielgruppe:

Es werden keinerlei literarische Kenntnisse oder Erfahrungen im Schreiben vorausgesetzt. Es wird sich alles von alleine ergeben, wenn Sie sich darauf einlassen und offen für Worte sind.

Und: Niemand muss etwas!

Referentin:

Sabine Stahl, *1959, studierte Germanistik und Philosophie, arbeitet als Autorin und Journalistin (SWR) sowie als zertifizierte Leiterin in „Poesie- und Bibliothherapie“ (schreibtherapeutisch) mit Krebserkrankten und Angehörigen sowie für den Förderverein krebskranker Kinder Tübingen mit Eltern schwerkranker Kinder und trauernden Eltern. Seit meiner Poesie- und Bibliothherapie-Ausbildung am Fritz-Perls-Institut begleite ich als zertifizierte Leiterin vor allem Menschen, die mit schweren Krankheiten konfrontiert wurden: Betroffene, Angehörige, Trauernde.

Workshop 7

„Die Faszination der Klangschalen“

Samstag 09:00 bis 12:30 Uhr

Teilnehmerzahl:

Inhalt:

Eintauchen in die Welt der Klangschalen, die Kraft und Wirkung der Klangschalen erleben, spüren und genießen. Sie erhalten die Möglichkeit mit verschiedenen Klangschalen zu arbeiten (Einzel- und Partnerarbeit) und sich über die Erfahrungen und Wirkungen auszutauschen. Gleichzeitig erhalten Sie Informationen, wie Klangschalen in der Trauerarbeit eingesetzt werden können.

Zielgruppe:

Der Workshop richtet sich an Interessierte, die mehr als nur eine Klangschale in der Hand halten möchten.

Referentin:

Tatjana Kuske: „Als ausgebildete Diplom Feng-Shui Beraterin suchte ich nach weiteren Wegen Krankheiten entgegenzutreten und eine Gesundheitsvorsorge ganzheitlich zu betrachten. Die Faszination für die asiatischen Menschen und ihrer Kultur brachten mich auf den Weg zu Qi Gong. Meine 3-jährige Ausbildung (2004 bis 2006) zur Qi Gong Lehrerin absolvierte ich in Zürich bei Qi Gong Meister und TCM Mediziner Zheng Zhang. Seit dieser Zeit unterrichte ich in eigenen Räumen („Mani Padme“), einem Gesundheitszentrum und einem Verein Qi Gong, leite Meditationen und gebe seit meiner Ausbildung (2014) Klangschalenmassagen. Nach dem Tod unserer 19-jährigen Tochter im Mai 2009 (Allergieschock auf der Abi-Abschlussfahrt in Spanien) gab mir die Meditation, das Qi Gong und viele Gespräche mit Trauerbegleitern die Kraft, das Leben wieder als lebenswert zu empfinden. Durch diese Erfahrungen in meiner Trauer, war es mir ein Bedürfnis ebenfalls Trauernden zu helfen und absolvierte erfolgreich die Ausbildung zur Trauerbegleiterin im Jahr 2011. Zugleich gründeten wir den Verein "Trauernde Eltern und Kinder" zusammen mit dem Bistum Fulda, der seit 2019 als Trauergruppe "Trauernde Eltern und Kinder" konfessionsfrei Trauernde begleitet. Seit 2011 betreue ich Eltern, Mütter und Frauen in offenen Gesprächsgruppen, wie auch in Einzelgesprächen.“

Workshop 8

„Trauer am Arbeitsplatz“

Wissenstransfer, Erfahrungsaustausch und Reflektionsmöglichkeiten

Samstag 09:00 bis 12:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 10 – max. 25

Inhalt:

Trauer am Arbeitsplatz, das ist in Deutschland noch immer ein stiefmütterlich behandeltes Thema. Gesetzlich gesehen stehen dem Mitarbeiter, der von einem Trauerfall betroffen ist, ein bis zwei freie Tage zur Verfügung. Danach geht der Alltag wieder weiter. Doch es tut sich hier und dort etwas, was das Thema Trauer am Arbeitsplatz angeht. Sei es in England, wo die Betroffenheit von verwaisten Eltern eine neue Aufmerksamkeit erfahren hat, oder in Österreich, wo bereits eine Muster-Betriebsvereinbarung zum Thema Trauer am Arbeitsplatz erarbeitet worden ist.

Gemeinsam wollen wir uns selbst neuen Raum für das Thema und für unsere eigenen Möglichkeiten erarbeiten: Was gibt es alles bereits, was könnte möglich sein, was wäre wünschenswert, was nicht?

- **Impulsvortrag/Informationen:** Trauer am Arbeitsplatz, wo stehen wir, was gibt es alles?
- **Gruppenreflektion 1:** Trauer am Arbeitsplatz, was hätte mir gutgetan, was war hinderlich?
- **Gruppenreflektion 2:** Trauer am Arbeitsplatz, was wären unsere Wünsche und Ziele?
- **Austausch und Impulse:** Wie könnte es weitergehen, was sollte/könnte noch geschehen?

Zielgruppe: Menschen, die im Berufsleben stehen

Referent:

Thomas Achenbach

Trauerbegleiter (BVT). Blogger. Redakteur. Buchautor. Mitglied im Bundesverband

Trauerbegleitung

Workshop 9

„Steine der Erinnerung kreativ verarbeiten“

Samstag 14:30 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Inhalt:

Trauer liegt wie Steine auf der Seele. Wir Trauernde haben das Gefühl, dass diese Seelensteine uns immer weiter im Strudel der Erinnerungen nach unten ziehen. Eine Meditation mit Steinen stimmt uns auf das Thema ein. Danach widmen wir uns im Workshop der kreativen Verwandlung dieser Seelensteine. Wir werden Bilder mit Steinen gestalten, Skulpturen schaffen...

Gemeinsam entwickeln wir während dieser Selbsterfahrung Ideen, wie diese kreative und auch meditative Arbeit mit Seelensteinen uns in der Begleitung Trauernder helfen kann. Mitgebracht werden sollen Steine jeder Größe und Form, die vielleicht noch eine Erinnerung mit dem Verstorbenen beinhalten. Sprüche oder kurze Gedichte, die sie berühren. Auch Muscheln oder Wurzelstücke können eingebunden werden. Eine Heißklebepistole erleichtert die Arbeit (bitte mitbringen wer hat). Weitere Materialien wie Bilderrahmen, Stifte, Leim etc. wird zur Verfügung gestellt.

Zielgruppe:

Alle, die gerne ihre eigene Trauer verarbeiten oder für die Begleitung Trauernder die Gestaltung von Seelensteinen selbst erfahren wollen. Besonderes handwerkliches Geschick oder Kreativität sind nicht erforderlich.

Referenten:

Gabi Hagen

„Im Mai 2021 habe ich meine Große Basisqualifikation zur Trauerbegleitung abgeschlossen. Aus eigener Betroffenheit weiß ich, wie wichtig die Begleitung trauernder Eltern und Geschwisterkinder ist. Mit Eigenerfahrung und einer professionellen Ausbildung leite ich ehrenamtlich in der Elterninitiative krebskranker Kinder im Saarland e. V. geschlossene Elternseminare sowie offene Gruppen.“

Carina Hagen

Tochter von Gabi Hagen, 32 Jahre, betroffene Schwester, Friseurmeisterin, Studium Soziale Arbeit in Saarbrücken, Inhaberin der Juleica (Jugend-Leiter-Card), hat als Bildungsbegleiterin und Sozialpädagogin beim Internationalen Bund in Pirmasens gearbeitet und ist aktuell als Sozialpädagogische Familienhilfe bei den Johannitern in Pirmasens beschäftigt.

Workshop 10

„Besuchshunde im Einsatz bei Palliativpatienten“

Samstag 14:30 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Inhalt:

Besuchshunde bei Palliativpatienten und was sie alles bewirken können

Besuchshunde sind wertvolle Begleiter und Unterstützer in dieser oft schwierigen Zeit des Abschiednehmens. Sie können auf körperlicher und psychischer Ebene für Entspannung und auch Ablenkung sorgen, oft sind sie „Türöffner“ für intensive Gespräche.

Der Workshop besteht im ersten Teil aus Theorie und im zweiten Teil werden Sie Lucy und Bella in Aktion erleben.

- Welche Voraussetzungen und Ausbildung braucht ein Mensch-Hund-Team in diesem Bereich?
- Was macht ein Besuchshund?
- Wann zeigt der Hund Stresszeichen und was tue ich dann?

Referentin:

Margit Düpre

Palliativ Care Fachkraft

Intensiv- und Anästhesiekrankenschwester

Heilpraktikerin

Besitzerin der Besuchshunde Lucy und Bella

Lucy – Labradoodlehündin ,12 Jahre, ausgebildete Besuchshündin

Bella- Goldendoodlehündin, 4 Jahre, ausgebildete Besuchshündin



Workshop 11

„Sternenkind-Begleitung in der Akutsituation“

Samstag 14:30 bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: max. 20 Teilnehmer

Inhalt:

Sternenkinder nennt man die Kinder, die während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt versterben. Für die betroffenen Eltern bricht oft von der einen auf die andere Sekunde eine Welt zusammen. Eben noch voller Vorfreude auf das Baby, sehen sie sich plötzlich mit Fragestellungen konfrontiert, über die sie sich bisher noch nie Gedanken machen mussten. Auf die Besonderheiten in der (Trauer-)Begleitung von Sternenelementern soll dieser Workshop eingehen. Thematisiert werden u. a. auch rechtliche Fragestellungen wie Bestattungsrecht/Bestattungspflicht und das Thema Mutterschutz. In einem praktischen Teil soll das Anfertigen von Erinnerungsstücken, wie das Herstellen von 3D-Abdrücken von Händen und Füßen, sowie Grundzüge der Sternenkinderfotografie erlernt werden.

Referentinnen:

Sandra Kern, SternenElternSaarland

Dr. Rebecca Körner