

*Und gib,
was du zu geben hast:
Geduld.
Gelassenheit.
Wärme des Herzens.
Vielleicht ein Wort.
Vielleicht ein Zeichen.
Vielleicht eine Deutung.
Vielleicht einen Gedanken.
Hoffnung vor allem.
Das Vertrauen, dass nichts unüberwindbar ist,
nichts endgültig in dieser Welt.*

Jörg Zink



Ökumenische Hospizgruppe Walzbachtal/Weingarten

Begleitung schwerkranker, sterbender
und trauernder Menschen

Trauer lernen

Kurs für Interessierte

Träger und Spendenkonto:
Förderverein für caritativ-diakonische Dienste e.V.
Kreuzstr. 2, 75045 Walzbachtal

Kennwort „Hospiz“
Volksbank Weingarten/Walzbachtal
Konto-Nr.: 20 28 52 06
BLZ: 660 617 24

Kontaktperson: Claudia Rommel
Tel.-Nr.: 07203/922577 (Kath. Pfarramt)
oder priv. 07203/7255
Infos: www.cari-dia.de/hospizgruppe.htm

Walzbachtal-Jöhlingen, September 2010

Was ist Trauer denn überhaupt?

Trauer ist die angeborene Fähigkeit, auf einen Verlust zu reagieren. Die Gefühle die dabei entstehen, werden in der Regel als sehr schmerzhaft empfunden. Trauer kann nicht nur beim Verlust eines geliebten Menschen entstehen, sondern ebenso bei Veränderungen in unserem alltäglichen Leben. Auch schon während einer schweren Erkrankung kann es bedingt durch den drohenden Verlust heftige Trauer geben, sowohl bei den Betroffenen wie auch bei den Angehörigen.

In solchen Situationen ist es für Trauernde sehr hilfreich, wenn sie sich in einer familiären, nachbarschaftlichen Wärme gehalten fühlen, insbesondere wenn der Schmerz über den erlebten oder drohenden Verlust bodenlos scheint.

Nach William Worden sind Trauernde mit vier Aufgaben konfrontiert:

- Die Realität des Verlustes begreifen,
- die dazu gehörenden Schmerzen durchleben
- sich seiner Umwelt anpassen, in der der Verstorbene fehlt,
- dem Verstorbenen einen neuen Platz im Leben geben.

An wen ist unser Kursangebot gerichtet?

Bei der Begegnung mit trauernden Menschen erleben wir uns oft als unsicher und hilflos. Wir suchen nach den richtigen Worten und Gesten. Dabei werden wir mit unseren eigenen Gefühlen konfrontiert.

Der Kurs bietet die Gelegenheit sich mit der eigenen Trauer auseinander zu setzen, des Kennenlernens von verschiedenen Theorien über den Verlauf von Trauer und zeigt Handlungshilfen für die Begleitung von Trauernden auf.

Jeder der sich mit diesen Themen mehr beschäftigen möchte, ist herzlich eingeladen.

Trauer lernen - Kurs 2011

Inhalte des Kurses:

- Eigener Umgang mit Verlust und Trauererlebnissen
- Trauertheorien, Trauerabläufe - Kennen lernen verschiedener Theorien über den Verlauf von Trauer
- Handlungshilfen für die Begleitung
- Wahrnehmungs- und Ausdrucksmöglichkeiten für Trauernde, Gefühle und Stimmungen in der Trauer
- Eigene Begabungen, Fähigkeiten und Grenzen
- Rituale
- Grenzen
- Trauernden helfen, die eigenen Ressourcen zu entdecken
- „Werkzeugkoffer“ für den Begleiter

Arbeitsformen:

Zur Arbeitsweise gehören Selbsterfahrung in Fantasie- und Kreativübungen, der Wechsel von Einzel-, Klein- und Großgruppenarbeit und fachlichen Informationen. Die Lerninhalte werden während des Kurses praktisch erprobt, sind praxisnah, erfahrungsbezogen, lebendig und anschaulich.

Termine:

Freitag 17:00 – 21:00 Uhr	Samstag 9:00 – 17:00 Uhr
28.01.2011	29.01.2011
25.02.2011	26.02.2011
25.03.2011	26.03.2011

Eine Teilnahme ist nur insgesamt möglich, da die einzelnen Themen aufeinander aufbauen.

Leitung des Kurses: Hermann J. Bayer, Sozialpädagoge,

Kosten des Kurses: pro WE 35,00 € = 105,00 € insgesamt

Kontaktperson: Claudia Rommel
Tel.-Nr.: 0 72 03/92 25 77 (Kath. Pfarramt)
oder priv. 0 72 03/72 55

**Anmeldeabschnitt für den Kurs 2011
„Trauer lernen“:**

Ich melde mich zu dem o.g. Kurs an:

Name Vorname

Straße

Ort

Tel.-Nr. Geburtsdatum

Den Teilnehmerbeitrag von € 105,00 werde ich vor Beginn des Kurses überweisen.

Konto: Förderverein für caritativ-diakonische Dienste e.V.
Konto-Nr. 20 28 52 06 bei der Volksbank
Weingarten-Walzbachtal, BLZ 660 617 24

Vermerk: „Trauerkurs 2011“

Datum Unterschrift

**Anmeldeabschnitt für den Kurs 2011
„Trauer lernen“:**

Ich melde mich zu dem o.g. Kurs an:

Name Vorname

Straße

Ort

Tel.-Nr. Geburtsdatum

Den Teilnehmerbeitrag von € 105,00 werde ich vor Beginn des Kurses überweisen.

Konto: Förderverein für caritativ-diakonische Dienste e.V.
Konto-Nr. 20 28 52 06 bei der Volksbank
Weingarten-Walzbachtal, BLZ 660 617 24

Vermerk: „Trauerkurs 2011“

Datum Unterschrift