

Seminarkonzept

Qualifizierte Vorbereitung im Umgang mit Abschied, Sterben, Tod und Trauer

Zielgruppe

Freiwillige, die im Bereich der ambulanten Hospizarbeit tätig werden wollen, auch Menschen, die sich mit der Thematik zu ihrem persönlichen Erkenntnisgewinn auseinandersetzen möchten.

Ziel

Ziel der Hospizarbeit ist es, schwerkranke und sterbende Menschen und deren Angehörige zu begleiten. Einfühlsam, fürsorglich und menschenwürdig – mit allen Fragen, Ängsten und Sehnsüchten. Hospizbegleitung vermittelt Sicherheit, Geborgenheit und Mut – trotz absehbar gefährdeter Lebensexistenz.

Durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben und seiner Endlichkeit, mit Erfahrungen von Leiden und Sterben sollen die Seminarteilnehmenden sensibel werden im Umgang mit Abschied, Sterben, Tod und Trauer. Theorie und praktische Übungen mit den Methoden der Erwachsenenbildung vermitteln Kenntnisse und Fähigkeiten, um Schwerkranke und Sterbende sowie deren Angehörige gut zu begleiten.

Das zentrale Anliegen dieser qualifizierten Vorbereitung ist die Umsetzung des Hospizgedankens in die Praxis!

Dauer

Der Weg durch ein Seminar führt entweder zur Befähigung Sterbebegleiter*in und / oder ein weiteres zur Befähigung Trauerbegleiter*in im Sinne einer ganzheitlichen Hospizbegleitung. Zwei Kurse zur Sterbebegleitung legen die Grundlage. Zwei weitere Kurse zur Trauerbegleitung sind zur Spezialisierung im professionellen Ehrenamt geeignet. Diese zwei Qualifikationen finden jeweils unabhängig voneinander statt, bestenfalls in der Reihenfolge nacheinander. Jeder Kurs hat verschiedene Schrittfolgen. Jeder Schritt umfasst drei Zeitstunden zuzüglich Pausenzeiten.

Grundkurs:	8 Schritte
Parallel:	Praktikum als mindestens 20 Stunden Besuchsdienst (nicht bei sterbenden Menschen) mit 20 Stunden Reflektion und Gruppenaustausch
Vertiefungskurs:	5 Schritte plus 1 Trauerwochenende

Die Termine werden gemeinsam mit den Teilnehmenden vereinbart. Die einzelnen Schritte finden ca. aller zwei bis drei Wochen statt, die letzten beiden Schritte jeweils im Grund- als auch im Vertiefungskurs als Ganztagsveranstaltung. Arbeitsmaterialien und Unterlagen werden von der Kursleitung bereitgestellt.

Die Anwesenheit darf 80% nicht unterschreiten. Sollte dies dennoch der Fall sein, so kann die Ausbildung nicht mehr positiv abgeschlossen werden; eine Teilnahmebescheinigung wird ausgestellt. Fehlzeiten können ggf. in folgenden Seminaren nachgeholt werden. Bei positivem Abschluss wird die Ausbildung zertifiziert nach den Empfehlungen des Bundesministeriums für Arbeit und Sozialordnung (BMA) und besitzt deutschlandweit Gültigkeit.

Inhalt Sterbegleiter*in

Das Konzept des Seminars thematisiert verbindliche anerkannte Inhalte nach den Richtlinien des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes (DHPV, Stand 10/2017) und orientiert sich an den Empfehlungen für Vorbereitungskurse von Hospizbegleiter*innen des Bundesministeriums für Arbeit und Sozialordnung (BMA) ebenso wie an den Empfehlungen für die Durchführung von Vorbereitungskursen in Thüringen vom Thüringer Hospiz- und Palliativverband (THPV); Grundlage ist das Konzept des Gemeindegeldes der Vereinigten Evangelisch-Lutherischen Kirche Deutschlands (VELKD) „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“, sowie das Vorbereitungs- und Kurskonzept der Ansprechstelle im Land Nordrhein Westfalen zur Pflege Sterbender, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung (ALPHA).

Grundkurs „Sensibel werden mit mir und mit meinem Gegenüber“

Dem Grundkurs vorgeschaltet ist ein Einführungsabend zur Annäherung an die Thematik, zur Klärung von Fragen zu Struktur und Inhalt des Seminars und zum gegenseitigen Kennenlernen. Der Schwerpunkt im Grundkurs liegt auf Selbstfindung, auf Erkennen eigener Fähigkeiten und Grenzen und Einstellungen zu Abschied, Sterben, Tod und Trauer. In acht Schritten (Einheiten) werden thematisiert:

1. Wahrnehmen
 - Bewusst wahrnehmen lernen
 - Unsere Gefühle
 - Themenzentrierte Interaktion
2. Mitgehen
 - Lebenswege und Verluste
 - Die sterbende Valentine
 - Vertrauen
 - Phasenmodelle
3. Zuhören
 - Aktives Zuhören
 - Kommunikation
 - Zuhören auf verschiedenen Ebenen
 - Verbalisieren von Gefühlen
4. Verstehen
 - ... was der andere sagt und was er meint
 - Etwas für die Seele
 - Einfühlsame Antworten
5. Weitergehen
 - Bewegung in meinem Leben
 - Aufstellung (m) einer Situation in einer Gruppe, in Familie und / oder Beruf
 - Ich: damals und heute
 - Unsere Gruppe – im Prozess
6. Bleiben
 - ... beim Sterbenden, bei Hospiz, bei mir selbst
 - Erspüren von Nähe und Distanz
 - Grenzerfahrungen und Kraftquellen
7. Loslassen
 - Sich-Öffnen
 - Abschiede im Leben und im Sterben wahrnehmen, einüben, gestalten
 - Bewahren
8. Aufstehen ...
 - Dasein und Nahesein
 - Meine Beerdigung
 - Aufstehen und Zurückblicken

Praktikum

9. ... ins Praktikum

- Einen Weg weitergehen
- Möglichkeiten am Krankenbett
- Hospiz und ich – ich und Hospiz

Das Praktikum wird in Form eines 20-stündigen Besuchsdienstes bei Menschen im häuslichen Milieu oder in einem Pflegeheim absolviert – nicht bei Sterbenden und keinesfalls im eigenen Arbeitsbereich. Die Teilnahme an Fallgruppenarbeit im Rahmen von Supervision ist obligatorisch.

Vertiefungskurs „Was können wir noch tun?“

Die Erfahrungen aus Grundkurs und Praktikum werden vertieft und jetzt mit Wissen untersetzt.

1. Rechtliche Grundlagen - Vorsorgende und Patientenverfügung - und Struktur der Hospizarbeit
 2. Kommunikationsmodelle und Gesprächsführung in Krisensituationen
 3. Biografiearbeit und Begleitung von Menschen mit Demenz
 4. Die letzten Dinge
 5. Abschied, Sterben, Tod und Trauer in anderen Ländern und Kulturen
 6. Helferstile und Burn-out-Prophylaxe
- Einzelne Einheiten werden mit Themen auf Anregung der Teilnehmenden ergänzt.
7. Das Trauerwochenende bietet die Arbeit mit folgenden Themen an: Körpersprache / Ein Trauerspiel / Trauer-leben / Angehörigenarbeit / Hospizarbeit & Humor / Handreichungen und Palliative Care / Rituale / Das Ehrenamt
- (Änderungen bei Stundenaufteilung vorbehalten)

>>> Zertifikat Sterbebegleiter*in

bei mindestens 80% Teilnahme am Kurs und erfolgreich abgeschlossenem Praktikum

Kosten

Pro Kurs 120 €, die bei anschließendem Einsatz im Hospiz erstattet werden. Bitte sprechen Sie uns an, wenn es Ihnen schwerfällt, diesen Betrag zu zahlen, Sie aber trotzdem teilnehmen möchten!

Inhalt Trauerbegleiter*in

Das Konzept orientiert sich an „Der eigenen Trauer begegnen“ von Peter Godzik und verschränkt sich mit den Schritten der Befähigung Hospizbegleiter*in nach dem Celler Modell „Verlass mich nicht, wenn ich schwach werde“. Ergänzt wurde der Basiskurs mit Inhalten aus „Märchen von der Trauerbewältigung“ nach Monika Müller; „Besonderheiten der Kommunikation nach dem DISG-Modell“ nach Dr. S. Brathuhn; „Überflutende Trauer und Oberwellenphänomen“ nach J. Canacakis; „Trauerwege durch´s Labyrinth“ und durch die Lektüre und Auseinandersetzung mit „Vier minus drei“ von B. Pahl-Eberhardt.

Die Befähigung zur Leitung von Trauergruppen wird im gruppensystemischen Lernsystem mit wechselnder Leitung und Co-Leitung der Teilnehmenden erworben und als Prüfungseinheit von 120 min abgelegt. Dazu werden Elemente verwendet aus „Ein Quell in unserer Wüste – Wegbegleitung in einem Trauerkreis“ von Kaufmann, Kreitmair und Wagner. Thematisch wird außerdem gearbeitet mit „Beratung und Therapie in Trauerfällen“, W. J. Worden; „Dynamisches Phasenmodell“ nach Dr. E. Zech; „Schuld Macht Sinn“, von Chris Paul; „Sternenkinder“, Prof. Dr. V. Ragosch und „Wie Kinder trauern“. Erfahrungen aus eigenen Trauerbegleitungen werden regelmäßig eingebracht und reflektiert.

Basiskurs: 8 Schritte
Parallel dazu: Supervision in unterschiedlichen Gruppen
Aufbaukurs: mehrere Schritte, mindestens 6 (je nach Anzahl der Teilnehmenden)

Basiskurs „Sei nahe in schweren Zeiten“

Umgang mit der eigenen und der fremden Trauer:
klagen / fragen / bedenken / erkennen / lösen / danken / segnen / geben.

Aufbaukurs „Trauernde Menschen begleiten“

Der Trauer Ausdruck geben:
Gruppendynamische Prozesse / Das DISG-Modell / Erschwerte Trauer und Mehrfachverluste / Suizid und Umgang mit Schuld / Trauer bei Kindern / Sternenkinder / Themenwahl auf Wunsch der Teilnehmenden.

Die Leitung einer eigenen Gruppe wird erlernt und in geschütztem Rahmen eingeübt.

>>> Zertifikat Trauerbegleiter*in

bei mindestens 80% Teilnahme am Kurs

>>> Zertifikat Hospizbegleiter*in

bei mindestens 80% Teilnahme am Kurs und vorliegendem Zertifikat Sterbebegleiter*in

Seminarleitung

Susanne List: Koordinatorin, Sterbe- und Trauerbegleiterin, Multiplikatorin, Moderatorin, Supervisorin (DGSv)

Silvana Scholz: Koordinatorin, Sterbebegleiterin, Sozialmanagerin

Durch ihre berufliche Nähe zu Hospiz und Palliative Care werden wichtige Erfahrungswerte in die Ausbildung eingebracht.

Referenten der jeweiligen Fachgebiete können verschiedentlich thematisch ergänzen; der Austausch mit für den Hospizdienst tätigen ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen wird angestrebt.

Mögliche Veranstaltungsorte

richten sich nach den eingehenden Anmeldungen der Region und werden danach bekanntgegeben:

- Hospizdienst Sondershausen, Crucisstraße 8 - Cruciskirche
- Hospizdienst Sömmerda, Thälmannstraße 57
- Hospizdienst Artern, Harzstraße 16
- Supervision Susanne List – Praxis, Am Bahnhofsberg 4, 99706 Sondershausen

Im Rahmen der Ausbildung werden die Teilnehmenden die Standorte des Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes kennen lernen. Die Organisation der Fahrten ist über Fahrgemeinschaften gewünscht.

Zugang zur Ausbildung

Voraussetzung zur Teilnahme am Seminar sind die verbindliche schriftliche Anmeldung nach einem persönlichen Eignungsgespräch mit der Seminarleitung und die gezahlte Gebühr für das jeweilige Modul. Diese Kosten sind gestaffelt nach Gruppengröße und Selbstzahlerbeitrag. Sie beinhalten sämtliche Skripte und Arbeitsunterlagen. Ermäßigungen der Seminargebühr sind nach Anfrage und Absprache möglich. Die in der Hospizarbeit und -ausbildung verpflichtende Supervision ist kostenfrei; Fahrtkosten sind selbst zu tragen. Die Seminargebühr beträgt je nach Gruppengröße pro Modul circa 100 Euro. Bei einer Erklärung und Vereinbarung zur anschließenden Mitarbeit im Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienst Sondershausen - Sömmerda - Artern werden gezahlte Beiträge für Vertiefungs- und Aufbaukurs zurück erstattet. Als Mindestalter wird das vollendete 18. Lebensjahr empfohlen. Die Teilnehmenden sollten psychisch stabil und körperlich belastbar sein. Zu einem eigenen Verlust sollten Sie schon etwas Abstand haben. Es werden keine speziellen Kenntnisse vorausgesetzt. Die Zugehörigkeit zu einer Glaubensrichtung oder Religion ist nicht erforderlich. Motivation und Lust am Entdecken werden ebenso erwartet wie Zuverlässigkeit und ernsthaftes Interesse an den Themen Abschied, Sterben, Tod und Trauer.

Die Teilnehmerzahl pro Seminar ist auf 14 Personen limitiert. Eine Anmeldung auf Warteliste ist möglich.

Anmeldung, Auskünfte und Informationen

auch über E-Mail: susanne.list@novalis-diakonie.de / silvana.scholz@novalis-doakonie.de

ebenso unter Rufbereitschaft 0170 - 370 35 06

Nach ihrer Anmeldung erhalten die Teilnehmenden eine persönliche Einladung zum Beginn des nächsten Kurses.

Sondershausen, 30. Januar 2024