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 zur Befähigung in der Sterbebegleitung 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:	7 Schritte

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 Sterbebgleitung

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 Gemeindekollegs 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 supervisorischer Fallgruppenarbeit 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. Schmerz - Palliative Care - Handreichungen
3. Biografiearbeit - Begleitung von Menschen mit Demenz
4. Körpersprache - Sprache
5. Feed back - Helferstile - Burn-out-Prophylaxe
6. Trauer
7. Rituale - Kondolenz

>>> Zertifikat Sterbebegleiterin
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 Trauerbegleitung

Dieser Kurs ist zur Spezialisierung im professionellen Ehrenamt geeignet.
Günstigstenfalls liegt ein bereits durchlaufener Kurs zur Sterbebegleitung schon vor. Diese zwei Qualifikationen finden jeweils unabhängig voneinander statt, bestenfalls in der Reihenfolge nacheinander.

Das Konzept orientiert sich an „Der eigenen Trauer begegnen" von Peter Godzik und verschränkt sich mit den Schritten der Befähigung Hospizbegleiter 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. Pachl-Eberhardt.

Die Befähigung zur Leitung von Trauergruppen wird im gruppendynamischen 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, Kreitmeir 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 Trauerbegleiterin
bei mindestens 80% Teilnahme am Kurs

Seminarleitung

Susanne List: Koordinatorin, Sterbe- und Trauerbegleiterin, Multiplikatorin, Moderatorin, Supervisorin (DGSv). Durch ihre berufliche Nähe zu Hospiz, Palliative Care und Supervision werden wichtige Erfahrungswerte in die Ausbildung eingebracht.

Referenten der jeweiligen Fachgebiete können verschiedentlich thematisch ergänzen; der Austausch mit für den Hospizdienst tätigen Ehrenamtlichen wird angestrebt.

Mögliche Veranstaltungsorte

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

- Hospizdienst Sondershausen, Crucisstraße 8 - Cruciskirche
- Hospizdienst Sömmerda, Wenigensömmersche Straße 28
- Hospizdienst Artern, Harzstraße 16
- Supervision Susanne List Praxis Am Bahnhofsberg 4, 99706 Sondershausen und Praxis Crucisstraße 8

Im Rahmen der Ausbildung werden die Teilnehmenden die Standorte des Ambulanten Hospiz- und Palliativberatungsdienstes kennen lernen. DiOrganisation 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.
Die in der Hospizarbeit und -ausbildung verpflichtende Supervision ist kostenfrei; Fahrtkosten sind selbst zu tragen.
Es werden keine speziellen Kenntnisse vorausgesetzt. Die Zugehörigkeit zu einer Glaubensrichtung oder Religion ist nicht erforderlich. 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. 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 12 Personen limitiert. Eine Anmeldung auf Warteliste ist möglich.

Anmeldung, Auskünfte und Informationen

auch über E-Mail: susanne.list@novalis-diakonie.de

ebenso unter Rufbereitschaft 0170 - 370 35 06

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

Sondershausen, 1. September 2025