

Karina Kopp-Breinlinger

Ein Netzwerk der Trauerbegleitung

- I. Trauerbegleitung:
Konzept für eine Gruppe

- II. Trauerbegleitung:
M.I.T. in Kooperation mit Hospizvereinen

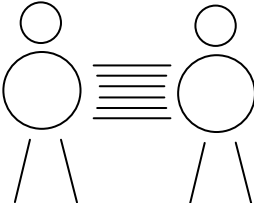
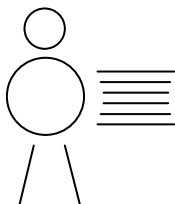

- III. Trauerweiterbildung:
M.I.T. in Kooperation mit Bayrischer Stiftung
Hospiz und Paula Kubitschek Stiftung

Trauer



- Trauer ist die Kehrseite unserer Liebes- und Bindungsfähigkeit
- Sie ist notwendig und Notwendend für körperliche und seelische Gesundheit
- Trauer ist nachgetragene Liebe (Verena Kast);
- Nur wer nicht liebt, kommt ohne Tränen aus (Jörg Zink)
- Trauer ist eine natürliche biologische Funktion
- Trauer ist keine Krankheit – aber nicht Trauern macht krank (Jorgos Canacakis)
- Die Trauerreaktion ist eine Krankheit: Trauernde selbst bezeichnen sich als verwundet und physisch verletzt
- (normale, unkomplizierte) Trauer ist eine Form der posttraumatischen Stresstörung (deutsch: PTBS) (Rando - zitiert nach Arnold Langenmayr – Einführung in die Trauerbegleitung)

Trauer als Wandlungsprozess

Modell nach Waldemar Pisarski	Modell nach Verena Kast
	<p>Wir entwickeln Beziehungselbst:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Begegnung - Wahrgenommen-Werden: "Es gibt dich!" "Ich werde gesehen" - Der Andere liebt etwas aus mir heraus <p>➔ Gefühl von Ganzheit</p>
	<p>Identitätskrise: Abbruch der Beziehungsfäden Wir werden aus dem <i>Beziehungselbst</i> geradezu herauskatapultiert</p> <p>➔ Erschütterung und Leere</p>
	<p>Ablösen vom Verlust / Vergangenen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>ErInnern</i> dessen, was <i>außen</i> war - Integrieren des Verlorenen <p>➔ Rückbesinnung, Weiterentwicklung unseres individuellen Selbst</p>

I. Trauerbegleitung:

Konzept für eine Gruppe

Im Vorfeld ist ein Vortrag zum Thema „*Weil die Zeit nicht alle Wunden heilt*“ günstig, bereits das Projekt vorstellen, möglichst mit einem **konkreten** Anfangstermin.

Name: Trauergruppe / Trauertreffen / Trauercafé soll Schwellenangst reduzieren, TN muss sich nicht verbindlich festlegen, ob / wie lange er kommt,

Form: Offen oder geschlossen, d.h. Neuzugänge nach Rücksprache mit Leitung; akute Trauererfahrung bedarf eines besonderen Schutzraumes; Belastbarkeit des Einzelnen, der Gruppe prüfen

Dauer der Teilnahme: evtl. festgelegte Anzahl von Treffen oder nach hinten offen, nach Selbsteinschätzung, oft 1-2 Jahre

Häufigkeit: bewährt hat sich ein Treffen alle 2 Wochen, Trauercafé 1x monatlich.

Kosten: oft kein festgelegter Preis, sondern freiwillige Spende

Finanzierung: über Hospizverein / Pfarrgemeinde / auch Kooperation mit Bestattern

Ort: Raum im Hospiz oder Pfarrsaal

Zeitpunkt: ältere Menschen eher tagsüber, Berufstätige abends.

Leitung: ehrenamtlich oder auf Honorarbasis in Höhe von ca. 40-80 EUR pro Treffen.

Teilnehmer: Menschen, die einen aktuellen Verlust erlitten haben, aber auch weiter zurückliegende Verluste (Im Hospiz sind es meist aktuelle Verluste).

Vorteil: in Hospiz o.ä. sind der Ort und evtl. auch Angehörige anderer Patienten aus der Zeit des Verlustes bereits vertraut.

Werbung: mit Flyer, Hinweise von Sozialdienst, Ankündigung in Pfarrbrief o.ä.

Mögliche Schwierigkeiten:

- sehr uneinheitliche Verluste und Trauer – aktuell und ältere – evtl. „konkurrierende Trauer“: z.B. Tod eines Elternteils im Alter versus Verlust eines Kindes
- evtl. wenig Gruppenerfahrung bei TN vorhanden
- Bekanntschaft / mangelnde Anonymität kann auch Schamgefühle fördern

Wichtig:

- geschützten Rahmen vorgeben
- Auch Schutz nach außen: keine persönlichen Informationen nach außen tragen.
- Wohlwollender / wertschätzender Umgang miteinander.
- Keine Ratschläge, keine Bevormundung, keine Konkurrenz.

➔ **Offene Form erfordert hohe Flexibilität von Seiten der Leitung**

II. Trauerbegleitung: M.I.T. in Kooperation mit Hospizvereinen

Das Konzept von M.I.T.

Abschied, Verlust und Trauer – persönlich und beruflich ein Thema

Angebote

- **Vorträge** zu trauerspezifischen Themen
- **Oasentage** ;
- **Supervision** für Teams und Gruppen
- **Weiterbildungsveranstaltungen** (auch als *Inhouse*-Maßnahmen)

Weitere Information unter: www.mit-institut.de

III. Trauerweiterbildung: M.I.T. in Kooperation mit Bayer. Stiftung Hospiz und Paula Kubitschek Stiftung

Mitglied im **Bundesverband Trauerbegleitung (BVT)** seit dem Jahr 2000

Die Weiterbildungen zur Großen Basisqualifizierung (Trauerbegleitung allgemein und Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche) sind vom BVT zertifiziert.

Die Kooperation läuft seit 2 Jahren. Insgesamt werden bisher 30 Teilnehmer bezuschusst und qualifiziert.

Große Basisqualifizierung zur Trauerbegleitung

		20 Std. Intervention	10 Std. Supervision	Literaturrezeppt
Basiskurs (4 Module à 3 Tage)	Modul 1	Trauerverständnis und Trauersymbole, Grundlagen der Trauerbegleitung, Aktiv zuhören, Selbstreflexion		
	Modul 2	Trauer und Konflikt im <i>Enneagramm</i> , vertiefte Selbsterfahrung (<i>Trauerwesen</i>), Trauerprozess, Wendepunkt		
	Modul 3	Unterschiedliche Charaktere der Trauer; Trauer bei Kindern und Jugendlichen, Gesprächsführung; Ritualgestaltung		
	Modul 4	besondere Verlusterfahrungen wie Trennung, Heimatverlust, etc.; Bestattung ; Spirituelle Aspekte; Selbststärkung; praktische Umsetzung		
Aufbaukurs (4 Module à 3 Tage)	Modul 5	eigener Trauerdurchgang im Trauerverwandlungsseminar, Klageritual, Meta-Ebene, Gesprächsführung		
	Modul 6	Umgang mit erschwerter Trauer; Hinterbliebene nach Suizid; Trauma und Verlust; Imaginationsarbeit		
	Modul 7	<i>Gender</i> -Aspekte; TZI und Gruppendynamik; Leitung einer Trauergruppe; Praxiserprobung und Videofeedback		
	Modul 8	Psychohygiene; Träume, Tod und Sterben in versch. Kulturen; Lebensflussmodell; Festgestaltung, Zertifizierung		
		20 Std. Intervention	10 Std. Supervision	Abschlussarbeit: Konzept/ Falldokumentation Kreative Umsetzung

Niemand kann einem anderen

Die Tränen trocknen,

ohne sich selbst

die Hände nass zu machen.

(Afrika)