



Dr. Birgit Steinke; Trauerbegleiterin_Dozentin
Bornstr. 4; 20146 Hamburg; Tel.-Nr.: 0176-21185015; E-Mail: kontakt@birgit-steinke.de

Grundlagenkurs Trauerbegleitung

Tagungsort

Hamburg Leuchtfeuer Lotsenhaus

Struktur der Einheiten

5 x montags, 10:00 – 17:30 Uhr (8 UE) und dienstags, 10:00 – 17:30 Uhr (8 UE), über fünf Monate hinweg (80 UE)

Modul 1: Montag, 7. Oktober 2024, 10.00 – 17.30 Uhr
Dienstag, 8. Oktober 2024, 10.00 – 17.30 Uhr

Modul 2: Montag, 18. November 2024, 10.00 – 17.30 Uhr
Dienstag, 19. November 2024, 10.00 – 17.30 Uhr

Modul 3: Montag, 6. Januar 2025, 10.00 – 17.30 Uhr
Dienstag, 7. Januar 2025, 10.00 – 17.30 Uhr

Modul 4: Montag, 10. Februar 2025, 10.00 – 17.30 Uhr
Dienstag, 11. Februar 2025, 10.00 – 17.30 Uhr

Modul 5: Montag, 7. April 2025, 10.00 – 17.30 Uhr
Dienstag, 8. April 2025, 10.00 – 17.30 Uhr

Vorbemerkungen und Ziele für den Grundkurs

Trauer ist nicht nur eine natürliche Reaktion auf einen Verlust. Gleichwohl wird Trauer als eine schwerwiegende Erfahrung wahrgenommen, die unterschiedliche Auswirkungen in verschiedenen Bereichen des Lebens haben kann.

In der Zeit von 5 Monaten kann ein Gruppenprozess entstehen, in dem mit Vertrauen und Achtsamkeit miteinander gearbeitet werden kann. Lerninhalte können nicht nur reflektiert, sondern in ihren verschiedenen Facetten und ihrer Relevanz in allen Modulen integriert werden. So dass sich am Ende ein umfassendes Bild von der Tätigkeit als Trauerbegleiter*in und ein Eindruck von der eigenen Qualität als Trauerbegleiter*in herausgebildet hat. Dabei ist es wichtig, dass die Teilnehmer*innen bei den verschiedenen praktischen Gesprächsübungen immer mehr an Sicherheit gewinnen, um im Anschluss Gespräche mit Trauernden zu gestalten und dabei die eigenen Grenzen und Ressourcen im Blick behalten können.

Der Grundkurs Trauerbegleitung hat grundsätzlich eine resilienz- und methodenorientierte Ausrichtung, wenngleich die Teilnehmer*innen darüber hinaus ihre eigene Sozial- und Handlungskompetenz entdecken und diese einzuschätzen wissen. Mit trauernden Menschen in Resonanz zu gehen ist ein wesentliches Element in der Trauerbegleitung. Weshalb



Dr. Birgit Steinke; Trauerbegleiterin_Dozentin

Bornstr. 4; 20146 Hamburg; Tel.-Nr.: 0176-21185015; E-Mail: kontakt@birgit-steinke.de

die Themen der Haltung und der Gesprächsführung sich durch den gesamten Befähigungskurs in all ihren Facetten ziehen.

Gruppengröße

- ca. 18 Personen

Der Grundlagenkurs umfasst 96 Unterrichtseinheiten (UE=45 Minuten) und setzt sich wie folgt zusammen:

- 80 Unterrichtseinheiten (UE) á 2 Tage (Vermittlung von Theorien, Methoden und intensiven Praxisübungen)
- 10 UE Intervisionsgruppentreffen (Anfertigung eines Kurzprotokolls von jedem Treffen)
- 6 UE (Selbststudium anhand von Literatur und Hausaufgaben)

Möglicher Aufbau des Grundkurses

Modul 1: Trauer verstehen und individuelle Trauerprozesse erkennen

- gegenseitiges Kennenlernen in der Gruppe
- Erarbeiten des persönlichen Lernziels
- Ressourcenaktivierung
- Arbeit an der eigenen Verlustbiografie
- Haltung in der Trauerbegleitung
- Trauertheorien
- Trauermodelle

Modul 2: Gesprächsführung und Methodenkompetenz

- Bedeutung und Aufgabe des Erstgesprächs
- systemische Elemente in der Trauerbegleitung
- Systemische Zusammenhänge / Verlustsystem
- Einführung in die ressourcenorientierte Gesprächstechnik
- unterschiedliche Fragetechniken
- Einführung in das Arbeiten mit Symbolen
- Einführung in die Erinnerungsarbeit

Modul 3: Physische Reaktionen des Körpers, Rituale und Trauer von Kindern

- body2brain nach Claudia Croos-Müller
- Körper und Gehirn = zwei Kraftquellen
- Bedeutung, Anwendung und Herausforderungen von Ritualen
- Umgang mit Jahrestagen



Dr. Birgit Steinke; Trauerbegleiterin_Dozentin

Bornstr. 4; 20146 Hamburg; Tel.-Nr.: 0176-21185015; E-Mail: kontakt@birgit-steinke.de

- Trauer in verschiedenen Lebensabschnitten (Kindheit, Jugend, Erwachsenenalter)

Modul 4: Schuld, Arbeit in Gruppen und Spiritualität

- Bedeutung und Funktion des Phänomens Schuld in der Trauerbegleitung
- Arbeiten mit Schuldfragen im Trauerprozess
- Grundlagen in der Gruppendynamik
- Spiritualität als bedeutendes Element in der Trauerbewältigung

Modul 5: Antizipatorische Trauer und Selbstfürsorge

- Zeitfenster Tod und die Tage danach und die daraus resultierenden Herausforderungen für die Begleitenden
- eigene Vorsorge
- Beenden von Begleitungen
- Reflexion zum Thema Selbstfürsorge der Begleitenden
- Rückblick auf den Prozess des Grundkurses und die eigene Qualität als Trauerbegleiter*in