
Tagesseminar

Schuld und Scham – Herausfordernde Gefühle in der Begleitung schwerstkranker Menschen an deren Lebensende

Referent: **Dr. Felix Grützner**

Felix Grützner arbeitet bei ALPHA – Ansprechstelle im Land NRW zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung in Bonn. Er ist zertifizierter Kursleiter Palliative Care und fortgebildet in Spiritual Care.

Samstag, **21. Oktober 2023, 9.30–ca. 16.30 Uhr**

Die Auseinandersetzung mit herausfordernden Gefühlen begegnet uns immer wieder in Begleitungen schwersterkrankter Menschen an deren Lebensende.

Schwere Krankheit, Sterben, Tod und Trauer lösen vielfältige Gefühle aus. Häufige Begleiter sind Schuld- und Schamgefühle: „Hätte ich doch nur ...!“ „Warum habe ich nicht ...!“ „So soll mich niemand sehen!“ „Wie sehe ich bloß aus?“ „Was denken wohl die Anderen?“ – Diese und andere Äußerungen, auch ohne Worte sprechen von diesen zum Teil als belastend empfundenen Emotionen. Betroffen von ihnen sind alle: Patient:innen, An- und Zugehörige ebenso wie die haupt- und ehrenamtlichen Begleiter:innen.

Das Seminar fragt nach den Ursachen und Funktionen von Schuld- und Schamgefühlen. Es werden Wege für einen hilfreichen Umgang mit ihnen gesucht und für den (Begleitungs-)Alltag entwickelt.

Wochenendseminar

Mit Zustimmung leben: Umgang mit Leiden

Referentin: **Dr. Kerstin Volland**

Philosophin, Existenzanalytische Beraterin/Logotherapeutin, Psychoonkologische Qualifikation

Wann: **7. Juli, 18–21 Uhr, und 8. Juli, 9.30–16 Uhr**

Das Leben ist ein ständiges Werden und Vergehen. Nichts lässt sich für immer festhalten. Wir alle hoffen auf ein Leben ohne Leiden, erwarten dürfen wir es nicht. Leiden und Vergänglichkeit gehören zum Leben dazu.

Was trägt unser Leben und was bedeutet es, mit Zustimmung zu leben? Woran leiden wir, wenn wir leiden, und kann aus Leid vielleicht etwas Sinnvolles

erwachsen? Unter anderem um diese Fragen geht es in diesem Seminar. Und es geht um mögliche Antworten, Gedanken und den gemeinsamen Austausch.

Tagesseminar

Kriegstraumata in der Hospizbegleitung: Wie Kriegserlebnisse noch heute in ehemaligen Kriegskindern wirken

Referentin: **Sabine Tewes**
Ärztin und Familientherapeutin

Wann: **24. Juni 2023, 9.30–16.30 Uhr**

Der Zweite Weltkrieg ist vorbei. Mehr als 75 Jahre nach Ende sollte man das meinen. Die Realität aber sieht anders aus. Die Menschen, die den Krieg als Kind erlebt haben, befinden sich heute in ihrem letzten Lebensabschnitt. Oft sind sie auf Unterstützung oder Pflege angewiesen. Viele von ihnen wurden im Krieg oder in der Nachkriegszeit traumatisiert – durch Bombenangriffe, Gewalt, Flucht oder Vertreibung. Verdrängte Traumata werden in der letzten Lebensphase häufig reaktiviert. Für Außenstehende zeigen sie sich in zunächst unerklärlichen Reaktionen: Panik bei lauten Geräuschen, Angst in der Dunkelheit oder Aggression bei Berührung.

Das Seminar schafft die Grundlagen dafür, Traumatisierungen zu erkennen, einführend darauf zu reagieren und Betroffene und Angehörige gut zu begleiten.

Halbtagesseminar

Selbstfürsorge: Ein Seminar mit Farben für ehrenamtliche Sterbebegleiter:innen

Referentin: **Patricia Gottbehüt**
Die Kunst- und Entspannungstherapeutin ist seit vielen Jahren in der künstlerischen Begleitung von schwer kranken und sterbenden Menschen tätig.

Wann: **18. Juni 2023, 9.30–13.30 Uhr**

Die Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen kann belastend und herausfordernd erlebt werden. Manche Schicksale gehen besonders nah, machen hilflos, überfordern bisweilen. Für Begleiter:innen ist es wichtig, auf eigene Grenzen zu achten und sich selbst Gutes zu tun. Im Rahmen des Seminars beschäftigen sich die Teilnehmenden mit Achtsamkeitsübungen, mit Farben und anderen Dingen, die Kraft geben und unterstützen, gut für sich selbst zu sorgen.

Tagesseminar

Würdebewahrende Begleitung Schwerstkranker: Was hat das eigentlich mit uns zu tun?

Referent: **Sascha Weber**

Der Arzt Sascha Weber wurde zu einem Thema der frühen Integration der Palliativversorgung in die Behandlung schwerstkranker Krebspatient:innen an der Universitätsklinik Mainz promoviert. Seit 2017 arbeitet er als Assistenzarzt in der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik und der Klinik für Palliativmedizin des Universitätsklinikums RWTH Aachen.

Wann: **17. Juni 2023, 9.30–ca. 16.30 Uhr**

Im Rahmen des Seminars werden die Teilnehmenden das Konzept „Würdebewahren im Gesundheitswesen“ nach Chochinov („Dignity in Care“) kennenlernen.

Programm | Lernziele:

- Grundlagen von „Würdebewahren im Gesundheitswesen“
- Reflektion der eigenen Haltung
- Kennenlernen von Werkzeugen zur Stärkung des Würdeempfindens und Erprobung in Einzel- und Gruppenarbeit

(Vortrag | Online-Veranstaltung via Zoom)

Der Krieg ist vorbei?! Kriegstraumata in der Sterbe- und Trauerbegleitung

Referentin: **Sabine Tewes**, Ärztin und Familientherapeutin

Moderation: **Dr. Elisabeth Kohrt**, Systemische Therapeutin (SG), Logotherapeutin & existenzanalytische Beraterin (GLE-D), Vorstandsmitglied Hospiz Leverkusen e. V.

Wann: **25. Mai 2023, 18.30–20.30 Uhr**

Die Menschen, die den Zweiten Weltkrieg in Deutschland als Kinder erlebt haben, sind heute in ihrer letzten Lebensphase. Viele von ihnen wurden im Krieg oder in der Nachkriegszeit traumatisiert – durch Bombenangriffe, Gewalt, Flucht, Vertreibung oder Kinderlandverschickung. Viele von ihnen sind jetzt in Ihrer letzten Lebensphase.

Wir wissen, dass nicht verarbeitete Traumata oft im Alter reaktiviert werden. Die Generation der Kriegskinder leidet häufig unter den traumatischen Erlebnissen, ohne dass eine bewusste Auseinandersetzung erfolgt ist. In den meisten Fällen werden die alten Traumatisierungen nicht als solche erkannt.

- Wie können wir als ehrenamtliche Begleiter:innen oder Angehörige Menschen in dieser Phase gut begleiten?
- Was brauchen diese Menschen, damit sie ihr Leben gut abschließen können?

Die Ärztin und Familientherapeutin Sabine Tewes gibt Antworten. Sie zeigt auf, wie sich solche Traumata bei begleiteten Menschen äußern, und erläutert, wie Sterbe- und Trauerbegleiter:innen darauf reagieren können.

Im Anschluss an den Online-Vortrag haben alle Teilnehmenden die Möglichkeit, Fragen zu stellen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Tagesseminar

Verzweiflung, Hoffnung, Zuversicht – Widerstreitende Stimmungen und Haltungen in Krankheit, Sterben, Tod und Trauer

Referent: **Dr. Felix Grützner**

Felix Grützner arbeitet bei ALPHA – Ansprechstelle im Land NRW zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung in Bonn. Er ist zertifizierter Kursleiter Palliative Care und fortgebildet in Spiritual Care.

Samstag, 6. Mai 2023, 9.30–ca. 16.30 Uhr

Von schwerer Krankheit oder dem nahen Lebensende betroffene Menschen erfahren ebenso wie Trauernde häufig stark wechselnde Stimmungen und Haltungen. Mal überwiegt die Verzweiflung und alles erscheint hoffnungslos. Dann wieder gibt es Hoffnung und Zuversicht. Alle an der Versorgung und Begleitung schwerstkranker Menschen Beteiligte kennen diese wechselnden Stimmungen.

Das Seminar betrachtet Verzweiflung, Hoffnung und Zuversicht eingehender. Woher kommen sie? Woraus speisen sie sich? Welche Möglichkeiten gibt es zu unterstützen und Hoffnung sowie Zuversicht zu stärken? Dies wird im Seminar erarbeitet.

Tagesseminar

„Was immer ich sage und tue, ich möchte in ‚Übereinstimmung mit mir selbst‘ sein.“ Friedemann Schulz von Thun

Referentin: **Dr. Birgitta Schuler**, Mediatorin BM®, Supervisorin DGSv, SG, Coach DGSv

Samstag, **18. März 2023, 9.30–ca. 16.30 Uhr**

Im Rahmen des Seminars beschäftigen wir uns mit dem Modell des inneren Teams. Dieses Modell geht davon aus, dass die Dynamik im Seelenleben eines Menschen in weiten Teilen der Dynamik entspricht, die auch in realen Teams vorhanden ist.

Innere Widersprüche dürften den meisten Menschen bekannt sein. Wie kann es gelingen, diese Widersprüche in Harmonie umzuwandeln, um kraftvoll kommunizieren zu können? Das Modell des inneren Teams unterstützt dabei, seelische Ausgeglichenheit, Authentizität und Rollenklarheit in der ehrenamtlichen Sterbebegleitung zu erlangen.

Das Seminar beinhaltet theoretischen Input sowie praktische Übungen im Plenum, in Kleingruppen und in Einzelarbeit.

Inhalte:

- „Wer spricht denn da?“ – (Selbst-)Führung mit Hilfe des inneren Team
 - „Was treibt mich an?“ – die inneren Antreiber
 - Rollenklarheit in der Triade aus Person, Ehrenamt und Organisation
-