



## Grundqualifikation Trauer und Begleitung



Karin Grabenhorst 2025

Resilienz-orientierte Weiterbildung mit kreativen Impulsen

Nach den 7 Grundsätzen der Internationalen Rotkreuzbewegung/DRK-Kreisverband Bremen e.V.

Zertifizierung durch den Deutschen Hospiz- und PalliativVerband (DHPV) e.V. wird beantragt

Co-Leitung: Silke Meier-Sudmann, Dipl.-Pflegepädagogin/Leiterin Malteser Hospizverein Twistringen

### Beschreibung:

Die Themen rund um Abschied, Sterben, Tod und Trauer sind gesellschaftlich auf einem guten Weg. Gleichwohl gibt es noch viele Unsicherheiten, was vor, während und nach einem konkreten Trauerfall abläuft – persönlich, professionell, im sozialen Umfeld, im Hospiz- und Palliativbereich.

*Damit das Leben im Mittelpunkt bleibt* verstehen wir Trauer in all seinen Facetten als Möglichkeit, sich mit den Verstorbenen neu – anders – zu verbinden, um sie in ihrem veränderten Sein ins weitere Leben mitzunehmen.

Mit dem Ansatz der Resilienz-orientierten Begleitung in Verbindung mit gestalterischen Impulsen hat es sich gezeigt, wie Trauernde in ihrer heilenden Selbstwirksamkeit unterstützt werden können – insbesondere dann, wenn die Trauer sprachlos macht.

Als weitere Aspekte der Grundqualifikation richten wir den Focus auf die Trauerkultur am Arbeitsplatz, auf die Sensibilisierung des sozialen Umfeldes und auf die achtsame Selbstfürsorge, um uns als Begleitende gut im Blick zu behalten.

Die überkonfessionelle Weiterbildung vermittelt wissenschaftlich fundiertes Basiswissen aus Theorie und Praxis in kreativer Methodenvielfalt, die für die Einzel- und Gruppenbegleitung eingesetzt werden kann.

Die Bereitschaft zur Selbstreflexion und zur inhaltlichen Selbstbearbeitung im Rahmen einer Grundqualifikation wird vorausgesetzt.

### Zielgruppe:

- Haupt- und Ehrenamtliche aus dem Hospiz- und Palliativbereich
- Mitarbeitende aus dem psycho-sozialen Arbeitsfeld
- Firmen und Mitarbeitende, die sich thematisch orientieren möchten (Aspekte der Begleitung bei Tod und Trauer am Arbeitsplatz)
- Interessierte in der Angehörigenbegleitung und alle, die sich mit Fragen über das „Abschiedlich-Leben“ auseinandersetzen möchten

### Voraussetzungen:

- Mindestalter 23 Jahre
- Eine schwere Verlusterfahrung sollte mindestens 2 Jahre zurückliegen
- Nach der Anmeldung erfolgt ein Vorgespräch; danach die Bestätigung zur Teilnahme

### Organisatorisches:

- Die Grundqualifikation beinhaltet 80 Zeitstunden an 5 Wochenenden/incl. 20 Std. Selbststudium
- Mindest-Teilnehmerzahl: 7 TN, maximal 16 TN
- Die Weiterbildung wird im Tandem-Team, zum Teil mit externen Referent:innen, durchgeführt
- Die Gebühr beträgt 1.150 € pro TN plus Materialkosten



## Inhalte:

### I. Theoretische Grundlagen

- Abschiedlich leben in unserer Gesellschaft
  - Philosophisch/historisch/ethisch
  - Sterbebegleitung im Hospiz- und Palliativbereich
  - Bestattungsformen
- Vermittlung von Basiswissen
  - Was ist TRAUER – Trauer-Modelle/pers. Haltung/ Chancen und Grenzen der Trauerbegleitung
  - Trauer – Trauma Referentin: Julia Bialek, Traumapädagogin, UNI Bremen
  - Krisen – und Ermutigung?!
  - Grundlagen der Kommunikation
  - Grundlagen der Einzel- und Gruppenbegleitung
- Kreative Impulse in der Begleitung
  - Methodenvielfalt durch Schreibwerkstatt, Farben und Formen, Naturerfahrungen
  - Gestaltete Rituale in der Trauer

### II. Praxis der Trauerbegleitung

- Trauernde Familien nach dem Tod eines Kindes
- Kindertrauer
- Trauer am Arbeitsplatz
- Interkulturalität und Trauer Referentin: Golrokh Esmaili, Trauerbegleiterin, Journalistin

### III. Selbstreflexion/Selbstfürsorge

- Resilienz-orientierte Trauer-Biografie der TN
- Selbstfürsorge:
  - persönliche Kraftquellen, Ressourcen
- beruflicher Kontext
  - kollegialer Austausch, Supervision

### IV. Selbsterarbeitungsanteil

- Literaturbearbeitung
- Erarbeitung eigener Leitlinien zur Begleitung
- Erarbeitung einer Abschluss-Präsentation (5 – 8 Seiten)

Die einzelnen Module befinden sich aktuell in der Zusammenstellung.

Bei Nachfrage können weitere Schwerpunkt-Themen zu einem späteren Zeitpunkt als Aufbaumodul vertieft werden.

Karin Grabenhorst  
Beratung und Begleitung bei Familientrauer  
Referentin für Trauerbegleitung und Abschiedskultur



### Zeiten und Termine:

Der Unterricht findet an 5 Wochenenden, jeweils Samstag und Sonntag, in der Zeit von 9:00 – 16:15 Uhr in einer Einrichtung des DRK-Kreisverband Bremen e.V. statt.

### Die Wochenend-Termine:

1. 22./23.11.2025
2. 24./25.01.2026
3. 21./22.02.2026
4. 21./22.03.2026
5. 26./27.04.2025

Konzept und Leitung: Karin Grabenhorst  
Beratung und Begleitung bei Familientrauer  
Referentin für Trauerbegleitung und Abschiedskultur

Kunst- und Kreativitätstherapeutin  
Pädagogin, Trauerbegleiterin  
Weiterbildungsreferentin, Hospizlerin  
Entspannungspädagogin, Achtsamkeitstrainerin  
Autorin

Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e.V.  
The Compassionate Friends (TCF, internationales Netzwerk der trauernden Familien nach dem Tod eines Kindes)  
Mitglied bei Trauerland Bremen e.V.  
Mitglied beim DRK KV Bremen e.V.

### Kontakt:

Mobil: + 49 (0) 157 57 27 19 33  
Mail: [karinggrabenhorst@gmail.com](mailto:karinggrabenhorst@gmail.com)  
Web: [www.karinggrabenhorst.de](http://www.karinggrabenhorst.de)

### In Kooperation mit:



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

DRK-Kreisverband  
Bremen e.V.