

## **Trauer besser verstehen: Trauernden begegnen und dabei einen guten Umgang mit dem eigenen Trauererleben finden**

Im Arbeitsalltag auf Pflegestationen, in Kliniken, betreuten Wohngemeinschaften, Pflegeheimen, Mobilen Diensten, Sozialen Einrichtungen, Betrieben u.a. sind Verluste und die daraus resultierenden bzw. folgenden Trauerreaktionen im weitesten Sinne allgegenwärtig. Trauer über Schicksalsschläge, Krankheit, Verlust und nahendem Tod. Den Betroffenen und deren Umfeld/Angehörigen bietet eine professionelle Trauerbegleitung die Möglichkeit, der eigenen Persönlichkeit und Situation entsprechend in ein neues Leben zu finden. Jene Personen die im beruflichen Kontext mit dem Thema Verlust konfrontiert werden, können bei der Arbeitsverrichtung oder bei der gezielten Begleitung solcher Erfahrungen neue Denk- und Handlungsweisen entwickeln und einen entsprechenden Umgang mit trauernden Menschen finden. Das unterstützt die Trauerverarbeitung der Betroffenen. Andererseits benötigen solche Arbeitserfahrungen auch einen eigenen professionellen Umgang mit diesen Situationen um mit ev. persönlich empfundenem Mitgefühl oder eigenem Trauererleben (Mittrauern) psychohygienisch Umzugehen und an diesen Erfahrungen persönlich zu wachsen.

- Was versteht man unter Trauer?
- Was gibt es zu bedenken, wenn wir trauernden Menschen begegnen?
- Handelt es sich um Trauer oder Betroffenheit am Arbeitsplatz?
- Was erleben Menschen auf ihrem Trauerweg?
- Was bedeuten Ende und Tod im Arbeitskontext?

Diese Fragestellungen stehen im Zentrum dieses praxis-orientierten Seminars:  
**Ziele:**

Einerseits lernen Sie in diesem Seminar was lebenslange Verlusterfahrungen im Arbeitskontext mit sich bringen und andererseits etwas über eigene Trauerfähigkeit und die Bedeutung möglicher Verflechtungen von Biographien. Sie lernen die Bedeutsamkeit von Traueraufgaben kennen und gewinnen Erkenntnisse über das Trauererleben von Menschen. Was können die Traueraufgaben auf wiederholte Sterbe- und Verlusterfahrung im beruflichen Kontext bedeuten und wie können sie nutzbar gemacht werden? Sie lernen einen entsprechenden Umgang mit dem Verlustgeschehen, sodass die Freude an ihrer Arbeit sowie ihre Gesundheit erhalten bleiben.

### **Inhalte:**

- Was ist Trauer und welche „Trauerphasen- aufgaben“ lassen sich erkennen?
- „Der Trauerweg und zugehörige Traueraufgaben“ nach W. J. Worden
- Die Konfrontation mit Trauer am Arbeitsplatz

- Mögliche Reaktionen bei MitarbeiterInnen
- Übertragung der Traueraufgaben auf den beruflichen Kontext
- Die Bedeutsamkeit von Vertrauen
- Psychodynamische Resonanzreaktionen bei MitarbeiterInnen
- Veränderung als Wachstums- und Entwicklungsprozess
- Erfahrungsaustausch und Kollegiale Beratung

### Methoden:

Fachinputs, Einzel- und Gruppenübungen, Diskussionen, Reflexion, Arbeit an persönlichen Bewältigungsstrategien, ev. Kurzvideos, Kollegiale Beratung;

**Dauer:** 1 Tag

*Alles wird gut, da letztendlich alles an diesen Punkt geführt wird. An diese Stelle und zu diesem Augenblick, wo ich schon immer ruhig und gelassen gewartet hatte, gewartet auf meine Ankunft.*

### Zielgruppen:

Für MitarbeiterInnen die (immer wieder) mit Trauer am Arbeitsplatz konfrontiert sind. Menschen, die im beruflichen Kontext mehr über Trauer und dem Erleben von Trauer erfahren möchten. Führungskräfte und Teams in spezifischen Branchen und Situationen.

*Schwerer werden, leichter sein. (Paul Celand)*



## INSTITUT FÜR FÜHRUNGSKOMPETENZ UND MOTIVATION EU

- LEHRGÄNGE UND SEMINARE
- TEAMENTWICKLUNG
- GESUNDHEITSFÖRDERUNG
- HUMOR UND INCENTIVES



ING. MAG. WERNER RAUCHENWALD







1210 Wien, Warhanekgasse 14  
Telefon: +43 (0) 664 162 48 86

E-Mail: [office@ifum.eu](mailto:office@ifum.eu)  
Web: <http://www.ifum.eu>

*Leid ist das schnellste Pferd auf dem Weg zur Erleuchtung (Meister Eckehart)*