

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



Brigitte Mayr

- Dipl. Krankenschwester
- Dipl. Supervisorin und
- Coachin Trauerkoordinatorin im Mobilen Palliativteam – Caritas

Kosten:

€ 210,00*
zzgl. 10 % Ust.

Termin:

Do., 03. April 2025
09:00 - 17:00 Uhr

* Pausenverpflegung, Mittagessen und Skripten inbegriffen

Im Arbeitsalltag in sozialen Einrichtungen, betreuten Wohngemeinschaften, Kliniken, u. a., sind Schicksalsschläge, Krankheit, Verlust, nahender Tod und die daraus resultierenden Trauerreaktionen im weitesten Sinne allgegenwärtig. Professionelle Trauerbegleitung ermöglicht Betroffenen, entsprechend ihrer Situation 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 und dieses bei der Trauerverarbeitung unterstützen. Gleichzeitig ist ein professioneller Umgang mit eigenen Emotionen (Mitgefühl, Mittrauer,...) wichtig, um psychische Gesundheit zu wahren und an diesen Erfahrungen zu wachsen.

Diese Fragestellungen stehen im Zentrum dieses praxisorientierten Seminars:

- 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?

Ziele:

In diesem Seminar erfahren Sie, welche Auswirkungen lebenslange Verlusterfahrungen im Arbeitskontext haben und wie Ihre eigene Trauerfähigkeit sowie biografische Verflechtungen eine Rolle spielen. Sie lernen die Bedeutung von Traueraufgaben kennen und gewinnen Einblicke in das Trauererleben anderer. Zudem erfahren Sie, wie Sie mit wiederholten Sterbe- und Verlusterfahrungen umgehen können, um Ihre Freude an der Arbeit und Ihre Gesundheit zu erhalten.

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 Mitarbeiter:innen
- Übertragung der Traueraufgaben auf den beruflichen Kontext
- Die Bedeutsamkeit von Vertrauen
- Psychodynamische Resonanzreaktionen bei Mitarbeiter:innen
- Veränderung als Wachstums- und Entwicklungsprozess
- Erfahrungsaustausch und Kollegiale Beratung

Methoden:

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

Zielgruppen:

Menschen, die im beruflichen Kontext mehr über Trauer und dem Erleben von Trauer erfahren möchten. Für Mitarbeiter:innen die (immer wieder) mit Trauer am Arbeitsplatz konfrontiert sind.