

# Professionalisierte Trauerbegleitung und Verlustbewältigung 2019 / 2020

Ein Qualifizierungsprogramm der Universität Duisburg-Essen  
und der Ruhr Campus Academy (RCA) gGmbH

November 2018

Gesellschaft von Freunden und Förderern  
der Universität Duisburg-Essen e.V.



UNIVERSITÄT  
DUISBURG  
ESSEN

*rca* Ruhr Campus  
Academy gGmbH

Ruhr Campus Academy (RCA) gGmbH  
Förderung von wissenschaftlicher Weiterbildung und Forschung

Trauer stellt die typische Reaktion auf den Verlust eines geliebten Menschen dar. Ihr Ausdruck kann gesellschaftlich, kulturell und individuell verschieden gestaltet sein. Besonders belastende Faktoren im unmittelbaren oder weiter zurückliegenden Erleben einer Person können Trauer sehr erschweren. Wer steht uns bei, wenn wir jemanden verlieren? Wer ist da, wenn wir einen persönlichen Verlust erleiden? Wie geht das: Trauern? Welche Gesten, welche Rituale oder Bräuche können den Abschied erleichtern? Moderne Familien als Orte der Trauer sind klein geworden ... auch gute Freunde weichen Konflikten eher aus ... Bekannte lassen sich auf traurige Gefühle meist ungern ein ... Sprachlosigkeit und Hilflosigkeit bestimmen oft genug den Umgang mit Personen, die durch den Tod von Familienangehörigen als auch durch Trennung von Partnern betroffen sind.

## Trauer – nur bei Todesfällen?

Trauergefühle und deren Ausdruck sind in unserer Gesellschaft weithin nicht akzeptabel. Der Umgang mit dem Sterben, mit dem – plötzlichen – Tod und eben auch mit der Trauer über den Tod eines anderen Menschen hat sich gewandelt. Ähnlich verhält es sich mit den Reaktionen auf den Verlust eines Partners durch Trennung oder Scheidung, eines Freundes oder Bekannten durch Orts- und Wohnungswechsel, eines Haustieres ... Aber auch ein Arbeitsplatzverlust, die Einbuße von Fähigkeiten im Alter oder durch Krankheit, das Verlieren von Gliedmaßen oder Körperfunktionen bei Unfällen zieht Trauerreaktionen und Depression nach sich.

## Trauer – ein Tabu?

Nicht nur das Verhältnis zum Sterben und zum Tod hat sich verändert. Modernes Trauern ist quasi „privatisiert“, verdrängt oder zum Tabu geworden. Die Spaßgesellschaft fordert ihren Tribut in Form von Distanzierung, Verleugnung, Isolation. Die Ellenbogengesellschaft ignoriert derartige Gefühlssituationen und diffamiert den Einzelnen mitunter eher als „Sensibelchen“ oder „Weichei“.

## Trauer – eine Gefahr?

So fühlen Trauernde sich oft allein gelassen, werden von Sehnsucht nach dem verlorenen Partner oder dem geliebten Kind, von Verzweiflung, mitunter auch von Aggressionen überwältigt. Zum Gefühlsproblem kommt noch eine soziale Problematik, neben der Trauerreaktion muss auch die eigene Verlassenheit bewältigt werden. Es existiert weder ein konkreter Ort noch eine konkrete Person, wo derartige Gefühle benannt, ausgesprochen, durchlebt, diskutiert oder ausgetauscht, wo auch Selbstmordgedanken und Aggressionen Thema werden können. Die Folge sind oft Rückzug, Krankheit, Konzentrationschwierigkeiten, Lebensunlust, Arbeitsprobleme, d.h. zunehmende Vereinsamung und das Gefühl, nicht verstanden zu werden.

## Trauer – und dann?

Darüber hinaus erreicht die klassische Seelsorge heutzutage viele nicht mehr ... und erfordert so auch außerhalb der Kirchen ein Engagement einfühlsamer, mitschwingender, verständnisvoller und wirklichkeitsbezogener Art, eine Form psychologische Seel-Sorge sozusagen. Einerseits geht es um ein Weiterleben ohne den anderen, um ein – manchmal sehr verspätetes – Zulassen von Trauer und Durcharbeiten verpasster Gelegenheiten, ungelebter Beziehungswünsche und unausgesprochener Gefühle. Vielleicht muss auch der Schock des unerwarteten Verlusts oder eines Ereignisses, muss die Infragestellung des bisherigen Lebensplans begleitet und bewältigt werden. Es muss Abschied genommen werden von einer Person, einem selbstverständlichen Miteinander, einer Sicherheit im anderen, einer Hoffnung oder einer lang geplanten Lebensperspektive. Andererseits bedarf es der Wiederbelebung ungeübter Fähigkeiten, vergessener Wünsche, abgedrängter Gefühle. Es geht um eine Ermutigung zur Begegnung mit Schmerz, Zweifel oder Angst sowie mit Wut, Zorn und Hass. Welchen Sinn darf das Leben jetzt noch haben? Und: Welchen Sinn kann dieses Leben jetzt erst recht haben oder wieder bekommen?

## Trauerbegleitung – warum?

Anfang der siebziger Jahre diagnostizierten der Psychoanalytiker Alexander und Margarete Mitscherlich, die gesellschaftliche Wirklichkeit sei in Deutschland durch eine „Unfähigkeit zu trauern“ geprägt. Stattdessen fordern sie, das Verdrängte müsse erinnernd noch einmal erlebt werden, um nicht ständig krampfhaft wiederholt und schmerzlich erlitten werden zu müssen. Um diese Trauerarbeit geht es also einerseits gesellschaftlich, andererseits individuell, um vom Verlust, von der Scheidung oder Trennung zur Aussöhnung, zur Bewahrung in der Erinnerung, zu Ausgeglichenheit und Lebendigkeit zu gelangen. Beratung soll also ermöglichen, Trauer zuzulassen, sie ohne dauerhafte Schäden zu verarbeiten und die notwendigen Konsequenzen aus den eingetretenen Veränderungen zu ziehen. So soll ein Leben ohne Verdrängung, Verleugnung oder Vermeidung, aber unter Wahrnehmung aller verbliebenen oder neu entstandenen Möglichkeiten erreicht werden.

## Trauerbegleitung – kann man das lernen?

Diesen Bedarf nach Wissen um Trauerprozesse und Trauerphasen, um Möglichkeiten der fachgerechten Begleitung, um die angemessene Einstellung und um einfühlsame, konstruktive Reaktionen im Umgang mit Trauernden versucht ein Psychologenteam der Universität Duisburg-Essen zu decken: Die am Projekt beteiligten Dozenten haben ein Konzept entwickelt und weiter entwickelt, mit dem sie Fachleute zu erfahrenen Trauerbegleitern weiterbilden. Ihr Weiterbildungsangebot am Campus Essen der Universität Duisburg-Essen richtet sich an Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen verschiedenster Berufsgruppen, die in ihrer Praxis mit Trauersituationen, mit Tod und Trennung konfrontiert sind. Mit diesem Seminar soll umfassendes Wissen über Trauerprozesse erlangt werden, um einen reflektierten Umgang mit Trauernden zu ermöglichen, der die persönlichen, familiären und religiöse Voraussetzungen ebenso berücksichtigt wie soziale, kulturelle und andere Rahmenbedingungen. Das beinhaltet sensible Wahrnehmung und diagnostische Differenzierung des Trauerprozesses, Erkennung von Blockaden und Ressourcen, Befähigung zur aktiven Trauerbegleitung wie Unterstützen, Konfrontieren, Klären, Erlauben, Halten und Aushalten von Gefühlen.

## Trauerbegleitung – wer sollte das lernen?

Wenn die seelsorgerische Lücke im sozialen Netz zu der Frage führt, wer die Aufgabe der Sorge und Zuwendung in dieser Situation ausfüllen kann, so fällt dies in unserer modernen Gesellschaft ganz bestimmten Berufsgruppen zu: Pfarrer, Ärzte, Psychologen, Pädagogen, Sozialarbeiter, Sozialpädagogen sind auf unterschiedliche Weise mit den entstandenen Belastungssituationen des Einzelnen konfrontiert. Am frühesten werden in der Regel Pfarrer oder Diakone in der Situation oft schon vor dem Sterben mit den Sorgen und Nöten der Angehörigen vertraut. Ärzte versorgen mitunter Sterbende und begleiten dabei auch die Angehörigen. Psychologen und Pädagogen sowie Sozialarbeiter und Sozialpädagogen begegnen Trauernden in Beratungssituationen. Aber auch für andere Berufsgruppen aus den Arbeitsfeldern sterbebegleitender Kliniktaetigkeit, trauerbegleitender Beratungsarbeit oder fürsorgender Angehörigenarbeit bei Partnerverlust oder Kindstod ist Trauerbegleitung ein wichtiger Aspekt der beruflichen Tätigkeit.

Wenn diese Berufsgruppen ihrer Verantwortung gerecht werden wollen, können sie ihre Arbeit nicht auf eine sachbezogene Problemebene oder auf praktische Hilfen beschränken, sondern müssen sich den Gefühlen der Trauernden stellen. Dass hierfür der gesunde Menschenverstand nicht ausreicht, erlebt jeder selbst, der meist unvorbereitet mit Verlust und Trauer umgehen muss.

## Trauerbegleitung – wie kann man das lernen?

Das Weiterbildungsangebot konzentriert sich nicht nur auf theoretische Wissensvermittlung, sondern es umfasst zugleich praktische Begleitungen von Trauerberatungen der Teilnehmer in Form von Supervision,

ergänzt durch eine intensive Selbsterfahrung eigener Betroffenheit und persönlicher Verarbeitung von Verlust, Abschied, Kummer und Leid.

## Trauerbegleitung – wo kann man das lernen?

Mit diesem Weiterbildungsprogramm bieten die verantwortlichen psychologischen Experten in Verbindung mit der Ruhr Campus Academy ein Universitätsseminar für Praktiker an. Ausgehend von ihren Arbeitsschwerpunkten in Trauerpsychologie, Sozialpsychologie, Tiefenpsychologie und klinischer Psychologie verstehen die Seminarleiter diese moderne Form trauerbegleitender Seel-Sorge keineswegs als Konkurrenz zur kirchlichen Seelsorge, sondern als Ergänzung, Fortsetzung oder eigenständige Fürsorge in emotionalen Trauer- und Abschiedsprozessen sowie persönlichen Übergangssituationen.

**Die Teilnehmer erhalten nach Abschluss des Seminars ein Universitäts-Zertifikat.**

## Berufsregister für Soziale Arbeit im DBSH

Die Fortbildung ist im Berufsregister für Soziale Arbeit des Deutschen Berufsverbandes für Soziale Arbeit e.V. zertifiziert. Dort können 42 Punkte für den Bereich Fort- und Weiterbildung und 18 Punkte für den Bereich Berufliche Reflexion/Supervision erlangt werden.

## Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung

Die Fortbildung richtet sich nach den Grundsätzen und Richtlinien der Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung (BAG) und entspricht der großen Basisqualifikation. Die BAG ([www.bag-trauerbegleitung.de](http://www.bag-trauerbegleitung.de)) ist ein freier Zusammenschluss von Instituten und Lehrenden, die Angebote zur Qualifizierung von Menschen durchführen, die mit der Begleitung Sterbender und Trauernder in Beruf, ehrenamtlichem Engagement oder privaten Beziehungen konfrontiert sind; die in Erwachsenenbildung und individueller Trauerbegleitung tätig sind. Prof. Dr. Langenmayr ist Mitglied der BAG.

## Dozent\*innen

**Prof. Dr. Arnold Langenmayr**

Tel.: 0201/183-2222

Fax: 0201/183-4270

[arnold.langenmayr@uni-due.de](mailto:arnold.langenmayr@uni-due.de)

**Dipl.-Psych.**

**Nao Honekamp-Yamamoto**

Tel.: 0203-29887790

Fax: 0203-3635779

[nao@honekamp.com](mailto:nao@honekamp.com)

**Dipl.-Psych.**

**Samira Akasmou**

[samira.akas@yahoo.de](mailto:samira.akas@yahoo.de)

## Gebühren

Die Teilnahmegebühren betragen **2.700,- €**.

Zudem werden Einschreibgebühren als besondere Gasthörer\*in der Universität Duisburg-Essen in Höhe von insgesamt **90,- €** berechnet.

Teilzahlungen können gesondert vereinbart werden.

## Weitere Infos und Organisation

Konkrete Angaben zu den Weiterbildungsinhalten und organisatorische Auskünfte finden Sie unter [www.rca.uni-due.de/trauerbegleitung](http://www.rca.uni-due.de/trauerbegleitung)

oder direkt bei der

Ruhr Campus Academy (RCA) gGmbH  
Frau Miriam Pohle  
Universitätsstr. 2  
45141 Essen  
Tel.: 0201/183-7340  
Fax: 0201/183-7392  
E-Mail: [miriam.pohle@rca.uni-due.de](mailto:miriam.pohle@rca.uni-due.de)  
[www.rca.uni-due.de](http://www.rca.uni-due.de)

## Termine

Die Weiterbildung wird nach dem Einführungsnachmittag an 13 Terminen durchgeführt (etwa alle 4 Wochen).

### Unterrichtszeiten:

Freitag: 09.00-16.00 Uhr

Samstag: 09.00-16.00 Uhr

### Dauer (genaue Termine folgen etwa im Februar 2019):

September 2019 (Kennenlernnachmittag)

Oktober 2019 (Unterrichtsbeginn) bis Juli 2020

ca. 10 Monate mit insgesamt 200 Unterrichtsstunden