

## Aus- und Fortbildungsseminare 2024

Nr.	Datum	Referent/in	Titel	Beschreibung	Ort 10.00 – ca. 17.00 Uhr
S1	13.04.24	Petra Brandes	Alles hat mindestens 2 Seiten Die 3 Säulen des verstehenden Gesprächs	In der begleitenden Gesprächsführung geht es um Empathie, Wertschätzung und Akzeptanz als innere Haltung. Das ist mal einfach, mal auch herausfordernd. In praktischen Übungen wollen wir uns mit den vielfältigen Aspekten der Grundhaltung des personenzentrierten Ansatzes nach Carl R. Rogers beschäftigen. Im Ausprobieren von unterschiedlichen Antworttendenzen wollen wir erspüren, was sich hilfreich anfühlt und was im begleitenden Gespräch nicht so passend ist. Ebenso lernen wir das „aktive Zuhören“ kennen und probieren es aus.	Hospizbüro
S2	25.05.24	Petra Brandes	Vertiefung / Aufbauseminar	Anknüpfend an die Einführung wollen wir vertiefend kennenlernen und üben: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kommunikation: mit welchem Ohr höre ich?</li> <li>- Das Selbst(konzept)</li> </ul> Gedanken, Gefühle, Bedürfnisse	Hospizbüro
S3	15.06.24	Dr. Carmen Birkholz	Trauer – die Landkarte eines heilsamen Lebensabschnitts	Ehrenamtliche Sterbebegleiter:innen begegnen Menschen, die sich von ihrem eigenem Leben mit allem, was dazu gehört, verabschieden. Sie begleiten An- und Zugehörige, die mit dem Sterben eines lieben, vertrauten und bedeutsamen Menschen konfrontiert sind. Abschied vom Leben gehört in diese Lebenszeit – und dann der Übergang für An- und Zugehörige in ein neues Leben hinein. Sterbebegleitung hat eine Trauer im Blick, die mit dem Sterben verbunden ist; Trauerberatung und – Begleitung geht mit in eine neue, andere Zukunft. Das sind unterschiedliche Prozesse.	Hospizbüro

## Aus- und Fortbildungsseminare 2024

Nr.	Datum	Referent:in	Titel	Beschreibung	Ort 10.00 – ca. 17.00 Uhr
S4	29.06.24	Dr. Carmen Birkholz	Demenz – eine neue Seinsweise und ein langsamer Weg aus dem Leben	<p>Ehrenamtliche Sterbebegleiter:innen begegnen Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen auf verschiedene Weise: Zum einen in der Begleitung selbst, sei es im Pflegeheim oder Zuhause und zum anderen sind Menschen mit Demenz Angehörige.</p> <p>Beide Begegnungsformen haben ihre Herausforderungen: Wie begleite ich einen Menschen mit Demenz und seine Angehörigen am Lebensende? Was ist hilfreich zu wissen? Und wie begleite ich einen Angehörigen, die oder der von Demenz betroffen ist, wenn sie oder er vergesslich geworden ist und so Trauer immer wieder offen neu erlebt? Wie können ehrenamtliche Sterbebegleiter:innen hilfreich sein und auch gut auf sich selbst achten?</p>	Hospizbüro
S5	06.07.24	Petra Brandes	Vertiefung/ Praxis	<p>In verschiedenen Settings wollen wir das begleitende Gespräch üben. Durch Rückmeldung auf die personenzentrierten Basisvariablen soll deutlich(er) werden, was hilfreich ist für unsere Gegenüber. An einzelnen Passagen von Klient:innenaussagen wollen wir Möglichkeiten der Verbalisierung ausprobieren und Möglichkeiten sammeln.</p>	Hospizbüro
S6	27.07.24	Corinna Bernshaus	Kunst als Kraftquelle und zur Bewältigung von Lebensübergängen	<p>Wir besuchen die Keramikkünstlerin Corinna Bernshaus in ihrem Atelier, um gemeinsam Kreativ zu sein.</p>	<p><b>Externe Räume!</b></p> <p>Behrenstraße 33 40233 Düsseldorf</p> <p>10.00 – ca. 14.00 Uhr</p>

## Aus- und Fortbildungsseminare 2024

Nr.	Datum	Referent:in	Titel	Beschreibung	Ort 10.00 – ca. 17.00 Uhr
S7	07.09.24	Gabriele Werden	Kommunikation ohne Worte Modul III nonverbale Interaktion	Für die Qualität einer jeden Begegnung sind die nonverbalen Ebenen entscheidend. Und vor allem im Umgang mit verbal eingeschränkten Menschen sind sie die einzige Möglichkeit zur Kommunikation. Wir wollen lernen, leicht und mit verschiedenen Möglichkeiten Kontakt herzustellen und zu gestalten. Wir üben uns in Beobachtung und Einschätzung, wir lernen Wege zu nonverbaler Abstimmung und Antwort kennen und erproben Wege für schwierige Situationen. Dadurch können wir ein Miteinander aufbauen, in dem auch der stark beeinträchtigte Mensch sich aktiv beteiligen kann und sich als Gegenüber erlebt.	Hospizbüro
S8	28.09.24	Bettina Kelm	Sitzen, Stehen, Gehen – Selbstfürsorge in der Sterbebegleitung Gruppensupervision	<p>Wenn ich Sterbende in ihrer schwierigen Situation begleiten möchte, lange bei Ihnen sitze, sie vielleicht auch berühre, stoße ich schnell an Grenzen: der eigene Körper schmerzt vom langen Sitzen, aber ich möchte den anderen nicht durch großes Herumrutschen in seiner Ruhe stören. Wie kann ich im Sitzen gut für mich selber sorgen und durch achtsamen Umgang mit mir selbst die Qualität der Begleitung verbessern.</p> <p>Kann es nicht nur im Sitzen, sondern auch im Stehen oder Gehen Möglichkeiten geben, sich selbst besser wahrzunehmen und in der dynamischen Situation der Begleitung fürsorglich mit sich selbst und dem Gegenüber zu sein.</p> <p>Mit Hilfe achtsam ausgeführter Bewegungserkundungen auf der Basis der Feldenkrais-Methode werden wir folgenden Fragen nach gehen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Voraussetzung für jede selbstfürsorgliche Handlung ist Selbstwahrnehmung</li> <li>- Kann diese Selbstfürsorge durch sehr konkrete Wahrnehmungen eingeleitet und durch kleine Bewegungen, vielleicht sogar nur vorgestellte Bewegungen umgesetzt werden?</li> <li>- kann Entlastung, Erleichterung und Entspannung für mich auch dem Gegenüber zu Gute kommen?</li> <li>- Übungssituationen werden diesmal schwerpunktmäßig Sitzen, Stehen und Gehen sein.</li> </ul>	Hospizbüro

## Aus- und Fortbildungsseminare 2024

Nr.	Datum	Referent:in	Titel	Beschreibung	Ort 10.00 – ca. 17.00 Uhr
S9	12.10.24	Ulla und Michael Goßen	Basale Stimulation und praktische Handreichungen in der Sterbebegleitung	<p>Nach dem Konzept der Basalen Stimulation werden wir durch Eigenerfahrung erarbeiten, welche Bedeutung <b>Wahrnehmung</b> und <b>Berührung</b> in der Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen hat. Die Beobachtung, Individualität der Person, Kommunikation und Aufmerksamkeit spielen dabei eine zentrale Rolle. Später werden wir diese Erfahrung auf Alltagssituationen übertragen mit Übungen zur Lagerung und Hilfe beim Essen und Trinken. Praktische Übungen und gegenseitige Handreichungen helfen dabei, eigene Erfahrungen zu machen – selbst zu spüren, wie sich das anfühlt, von anderen Menschen Unterstützung zu bekommen.</p>	<p><b>Externe Räume!</b></p> <p><b>DRK Bildungszentrum Grafenberger Allee 87 4. Obergeschoss</b></p>
S10	09.11.24	Eva Chiwaeze	Free Ager – golden Mentor oder forever young?	<p>Gelassen älter werden – mit diesem Bedürfnis und Anspruch beschäftigen sich Menschen, die ihren 50. oder 60. Geburtstag gefeiert haben.</p> <p>Hospizbegleiter oder Hospizbegleiterinnen begegnen regelmäßig sowohl Menschen, die ihren 50. Geburtstag nicht mehr feiern werden als auch Menschen, die ihren 80. Geburtstag hinter sich gelassen haben.</p> <p>Ein Sozialarbeiter, der hochaltrige, alleinlebende Menschen regelmäßig in ihren Wohnungen besucht, sagte am Ende eines Interviews über seine Aufgabe: ich habe Angst davor bekommen, alt zu werden. Dazu muss man mutig sein.</p> <p>Wieso eigentlich?</p> <p>Alt zu sein kann Angst machen, wenn die Bilder zum alt sein geprägt sind von Pflegebedürftigkeit, Verlust und Abhängigkeit.</p> <p>Alt zu werden kann allerdings auch bedeuten, diesen letzten Lebensabschnitt bewusst zu gestalten, zu leben und anzunehmen – auch körperliche Einschränkungen und Abhängigkeiten.</p> <p>Wie geht es den Hospizbegleiterinnen und -begleitern? Tragen die Begegnungen im Ehrenamt dazu bei, den eigenen Weg ins Alter und im Alter zu gestalten – oder schaut man eher weg?</p> <p>Was braucht es, um gelassen alt zu werden – um mit einer Kultur des gelassen alt Werdens“ die Angst vor dem Alter einzufrieden?</p> <p>Dazu gibt es eine Reihe von Ideen, die in dieser Fortbildung auf der Basis der persönlichen Erfahrungen und Fragen vorgestellt und ausgetauscht werden.</p>	