

DOROTHEE DÖRING

Autorin, Referentin, Dozentin, Coach
Kommunikations- und Konfliktberatung

47906 Kempen, Rheinstr. 20 F
Tel.: 02845-9814147
Fax: 02845-9814168
Email: DorotheeMDoering@web.de
www.DorotheeDoering.de

Intensiv-Workshop - Mi, 02.11.2022 „Sensibler Umgang mit unverarbeiteten Lebenswunden“

Der unsichtbare Schmerz - Sensibler Umgang mit unverarbeiteten Lebenswunden (Ausschreibungstext Intensivworkshop)

In der Begleitung Sterbender wird oft erkennbar, dass sie nicht nur unter den Folgen einer unheilbaren Krankheit, sondern sehr häufig auch unter unsichtbaren, unverarbeiteten Lebenswunden leiden. Für Begleiter ist es wichtig, achtsam und sensibel mit unverarbeitete seelischen Wunden Sterbender umzugehen, aber auch zu wissen, dass jahrelang verborgene oder verdrängte Lebenswunden jederzeit durch nichtige Anlässe aktiviert und dann unkontrolliert aufbrechen können. Der Workshop wird Begleitern(innen) hilfreiche Impulse vermitteln, wie es mit sensiblem Umgang möglich ist, das zu vermeiden und empathisch und liebevoll zu begleiten.

KONZEPT (Intensivworkshop Hospizverein Eichsfeld, Mi, 02.11.2022 - 14-18 Uhr

THEMA: Sensibler Umgang mit unverarbeiteten Lebenswunden

1. Eröffnung: Vorstellungsrunde mit Erwartungsabfrage: „*Welche Fragen sollen heute auf jeden Fall geklärt werden?*“

2. Impulsvortrag als Einstieg in das Thema

3. Erarbeitungsphase: Selbsterfahrungen in Gruppen austauschen, sich daraus ergebende Fragestellungen erarbeiten, im Plenum vortragen und gemeinsam diskutieren und ergänzen.

3.1. Welche unbewältigten Lebenswunden tauchen in Begleitungen immer wieder auf? Wie geht es Ihnen in Begleitungen mit Lebenswunden, deren Hintergrund Sie nicht kennen?

3.2. Sind Sie - trotz des Leids, vom dem Sie erfahren - immer bei sich oder gab es schon mal Situationen, in denen Sie sich zu stark mit den Lebenswunden der zu Begleitenden identifiziert haben? Nennen Sie Beispiele, wodurch das ausgelöst wurde und wie es sich geäußert hat.

3.3. Wie ist es Ihnen möglich, Mitgefühl das Leid anderer zu zeigen, sich dabei aber nicht zu überfordern? Wie steht es mit Ihrer Achtsamkeit sich selbst gegenüber? Woran merken Sie, dass bzw. wann Sie eine Auszeit brauchen?

3.4. Nicht alle Lebenswunden können am Lebensende noch geheilt werden. Wie schwer fällt es Ihnen, das zu akzeptieren? Wie schaffen Sie den Spagat, einfühlsam zu sein und sich gleichzeitig abzugrenzen und professionelle Distanz einzuhalten?

4. Lösungsphase: Was kann helfen? Was muss man akzeptieren? Wo sind die Grenzen des Engagements? Wie weit geht die Verantwortung des Begleiters? Wie gelingt eine Abgrenzung, um sich nicht durch unterschiedliche Wünsche und

DOROTHEE DÖRING

Autorin, Referentin, Dozentin, Coach
Kommunikations- und Konfliktberatung

47906 Kempen, Rheinstr. 20 F
Tel.: 02845-9814147
Fax: 02845-9814168
Email: DorotheeMDoering@web.de
www.DorotheeDoering.de

Vorstellungen der betroffenen Konfliktparteien vereinnahmen zu lassen? Wie können Begleiter Sterbende darin unterstützen, versöhnt mit sich selbst, ihrem Leben und mit denen, die ihnen nahestehen, zu sterben? Welche Schritte sind dabei zu gehen?

* Die Auseinandersetzung mit sich selbst
* Der Perspektivwechsel
Relativierung
Biographiearbeit

* Die
*

5. Abschlussfeedback: Zusammenfassen der Ergebnisse: Erkenntnisgewinn:
„Welcher Impuls war für Sie hilfreich und warum? Was möchten Sie bei Ihren Begleitungen umsetzen?“