

## **Inhalte und Ablauf des Vorbereitungskurses**

### **1. Ziele:**

- Der Kurs dient der Befähigung, sterbende Menschen und ihre Angehörigen situationsgerecht zu begleiten. Dies geschieht durch
- Verbesserung der eigenen Gesprächsfähigkeit angesichts von Leiden, Sterben und Trauer,
- Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit,
- Reflexion von praktischer Erfahrung,
- Erwerb von fachlichem Wissen im Zusammenhang von Tod und Sterben.

### **2. Inhalte (in Auswahl):**

- der Hospizgedanke
- Bedingungen von Sterben in unserer Gesellschaft
- Umgang mit lebensbedrohlichen Erkrankungen
- Bedürfnisse sterbender Menschen
- Kommunikation mit Schwerkranken und Sterbenden
- Phasen des Sterbens und der Trauer
- Spiritualität in der Sterbebegleitung
- Möglichkeiten und Grenzen der Schmerztherapie
- Grundlagen der Pflege sterbender Menschen
- die Situation von Angehörigen
- ethische und rechtliche Fragen

An diesen und weiteren Themen arbeiten wir mit hilfreichen Geschichten, Liedern und Texten sowie Übungen zur Achtsamkeit und Selbstreflektion. Die Frage nach der Bedeutung des eigenen Glaubens und der persönlichen Lebenshoffnung in der Begleitung von Sterbenden wird uns ebenfalls beschäftigen.

### **3. Voraussetzungen:**

- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der eigenen Sterblichkeit und eigenen Verlusterfahrungen,
- Bereitschaft, sich entsprechend der eigenen Möglichkeiten für andere in einer besonders schwierigen Lebenssituation aktiv und zuverlässig einzusetzen,
- Bereitschaft, sich auf andere Menschen einzulassen und mit ihnen zusammenzuarbeiten,
- Ein gutes Maß an psychischer Stabilität nach eigener Einschätzung

### **4. Aufbau des Kurses:**

Der Vorbereitungskurs ist dreigeteilt:

1. Grundkurs (GK): Grundlagen und Kenntnisse in Bezug auf „Tod und Sterben“
2. Praktikum (P): Begleit- und Gesprächspraktikum im Hospiz mit regelmäßigen Gruppentreffen
3. Vertiefungskurs (VK): Erfahrungsvertiefung und weitere Praxis

Der Kurs beginnt im Februar und findet i.d.R. jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat jeweils von 18 bis 21 Uhr statt. Geleitet wird der Kurs von den beiden Koordinatorinnen des Hospizdienstes Kristina Kraeusel und Heidi Krull.

Über Art und Inhalt des absolvierten Kurses erhält jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer am Ende eine Bescheinigung. Die Anzahl von drei Fehlzeiten sollte dazu möglichst nicht überschritten werden. Die Teilnahme ist kostenlos, wir wünschen uns jedoch im Anschluss an den Kurs eine zweijährige ehrenamtliche Mitarbeit im Hospizdienst.

Wenn Sie sich für den Kurs interessieren, können Sie von der Homepage einen **Fragebogen** herunterladen. Schicken Sie diesen dann ausgefüllt per Post oder Mail an uns zurück. Er dient als Grundlage für ein persönliches Kennlerngespräch, das wir vorbereitend mit jedem Kursinteressierten führen. Ihre Angaben werden vertraulich behandelt! Zur konkreten Terminvereinbarung für ein Einzelgespräch setzen wir uns mit Ihnen in Verbindung.

Wenn Sie Fragen zum Vorbereitungskurs haben, wenden Sie sich bitte an Kristina Kraeusel, Telefon: 5472 5713, E-Mail: k.kraeusel@keh-berlin.de.

Wir freuen uns über Ihr Interesse an einer Mitarbeit.