

## ***Die Struktur des Grundkurses***

### **Wahrnehmen**

Sich gegenseitig kennenlernen, Erfahrungen austauschen, Grundmuster der Wahrnehmung erkennen

Wahrnehmen, wann ein Mensch ein „Sterbender ist“

### **Mitgehen**

Spüren, wie wohltuend Begleitung sein kann

Die vor uns liegende Wegstrecke betrachten

Den Weg des Sterbenden verstehen, ihn begleiten auf seinem Weg

### **Zuhören**

Aufeinander hören können

Die Bedürfnisse Sterbender beachten

Aktives Zuhören lernen

### **Verstehen**

Sich gegenseitig besser verstehen

Verstehen können, was einer nicht sagt

Die Sprache der Sterbenden verstehen

Sich einfühlen können

### **Weitergehen**

Wie geht es weiter?

Welchen Weg gehen wir?

Krisen wahrnehmen

Eigene Kräfte realistisch einschätzen

Etwas für sich selber tun

### **Bleiben**

Einander nahe sein können

Beim Sterbenden bleiben

Pflegen, trösten, beistehen, da-sein

### **Loslassen**

Voneinander Abschied nehmen und loslassen

Abschiede im Leben und im Sterben wahrnehmen und einüben

Abschied gestalten

### **Aufstehen**

Aufstehen können

Einen Weg weitergehen

Auf Veränderungen achten

Hoffen, trauern, verändern

## ***Die Struktur des Aufbaukurses***

### **Gerufen**

Als Helferin und Helfer gerufen in die Aufgabe, Schwerkranke und Sterbende zu begleiten  
Abklären der eigenen Motivation  
Berufen zum seelsorgerlichen Dienst im weiteren Sinne

### **Gefragt**

Gefragt sein als Begleiterin und Begleiter in Gemeinschaft mit anderen  
Zugesprochene und angefragte Kompetenz  
Fragen aushalten nach Wahrheit und Sinn  
Authentisch antworten können

### **Bedacht**

Das eigene Lebensende bedenken  
Anderen beim Bedenken des eigenen Lebensweges nahe sein  
Beim Erledigen letzter Dinge behilflich sein

### **Bekannt**

Schmerzliche und belastende Erinnerungen ins Gedächtnis rufen  
Sich einem anderen Menschen anvertrauen  
Belastendes aussprechen  
Eigene Schuld bekennen können

### **Gelöst**

Von Lasten befreit sein  
Verzeihen und vergeben  
„Lösung“ zusprechen

### **Erfüllt**

Innere Kraft haben, danken zu können  
Anderen helfen, auf das Wesentliche zu achten und dankbar zu sein für ein erfülltes Leben

### **Gesegnet**

Anderen zum Segen werden  
Das Zeitliche segnen  
Einen Verstorbenen zum Abschied segnen  
Um Segen bitten

### **Begabt**

Eine Gabe empfangen, bestärkt werden im Tun  
Miteinander feiern, das Abendmahl empfangen  
Eine Aufgabe erhalten  
Zuversichtlich ans Werk gehen