



Basiskurs für selbstbetroffene Mütter und Väter: Wie mir Eigenreflexion hilft, andere Eltern hilfreich zu begleiten

Menschen, welche sich beruflich oder ehrenamtlich mit dem frühen Verlust eines Kindes befassen und mit verwaisten Eltern arbeiten, sind manchmal selbst Betroffene und haben einen eigenen Verlust in ihrer Geschichte. Oft führt genau diese Erfahrung zur Motivation, sich auch selbst ehrenamtlich oder beruflich für andere Eltern zu engagieren. Als Betroffene sind wir den Eltern durch die gemeinsame oder ähnliche Erfahrung verbunden und zugleich auch Unterstützende, welche den Trauerprozess anderer betroffener Eltern hilfreich gestalten und dafür Verantwortung tragen. Dies erfordert einen sehr sorgsamen Umgang mit uns und den Eltern, die wir begleiten.

Der eigene Verlust muss so versorgt sein, dass ich mich auf den Schmerz betroffener Eltern einlassen und ihn mittragen kann, ohne selbst aus der inneren Balance zu kommen. Das Begleiten darf nicht meiner eigenen Heilung dienen. Fachwissen und Selbstreflexion helfen uns in diesem anspruchsvollen Prozess.

Was ist meine Motivation, den Eltern zu helfen? Bin ich schon bereit, um anderen beizustehen? Wie kann ich gut für mich und meinen Verlust sorgen, auch wenn dieser nicht so akut ist wie bei den Betroffenen, denen ich begegne? Wie kann ich mitschwingen und berührt sein und gleichzeitig bei mir bleiben? Wieviel meiner persönlichen Erfahrung bringe ich aktiv ein in die Begleitung? Diese und andere Fragen werden wir in diesem Workshop gemeinsam reflektieren und uns mit unserer Rolle und unseren Bedürfnissen als Betroffene und als beruflich oder ehrenamtlich aktive Fachpersonen auseinandersetzen. Wir erarbeiten Instrumente, um mit uns selbst selbstfürsorglich umzugehen.

Zielgruppe

- Selbstbetroffene Mütter und Väter, die sich wünschen, andere betroffene Familien im Trauerprozess zu unterstützen.
- Betroffene, die in Selbsthilfeorganisationen oder privat andere verwaiste Eltern begleiten.
- Auch vom Verlust eines Kindes persönlich betroffene Fachpersonen aus den Bereichen Geburtshilfe, Gynäkologie, Neonatologie, Pädiatrie, Psychologie, Psychotherapie, Psychiatrie, Kinderspitex, Mütter- und Väterberatung, Familienplanung, Seelsorge, Trauerbegleitung, Bestattung, Therapie, Beratung können von dieser Weiterbildung profitieren und sich stärken.



Ziele

Die Teilnehmenden

- sind sensibilisiert auf die speziellen Herausforderungen bei eigener Betroffenheit.
- wissen um die Wichtigkeit der Selbstfürsorge und haben Möglichkeiten, selbstfürsorglich mit sich umzugehen.
- sind sich bewusst, wie sich ihre eigene Geschichte auf ihre berufliche / ehrenamtliche Tätigkeit auswirkt.
- haben ein klares Rollenverständnis.

Inhalt

- psychologisches Hintergrundwissen, welches hilft, sich und die spezielle Situation zu verstehen und professionell damit umzugehen
- Reflexion des eigenen Erlebens und der eigenen Motivation
- Theoretisches Wissen zur Selbstfürsorge
- Methoden zur Selbstfürsorge
- Raum für individuelle Fragen
- Raum für supervisorische Anliegen zum Thema

Leitung

Lic. phil. Swantje Brüscheweiler-Burger, eidg. anerkannte Psychotherapeutin, Transaktionsanalytikerin für Psychotherapie CTA- P, zertifizierte Hypnotherapeutin SIMH, betroffene Mutter

Datum/Ort

10. September 2026, 09.30 – 17.00 Uhr

In Bern (genaue Angaben folgen mit der Anmeldebestätigung)

Kosten

Für Mitglieder: CHF 280.-

Für Nicht-Mitglieder: CHF 350.-

Anzahl Teilnehmende

12 bis 18 Personen

Anmeldeschluss

10. August 2026

Anmeldung unter www.kindsverlust.ch

Bitte beachten Sie die Geschäftsbedingungen.