

# DIE EIGENE SPRACHE (WIEDER)FINDEN: HEILSAMES SCHREIBEN – EINE KREATIVE METHODE IN DER TRAUERBEGLEITUNG



21. MAI 2026 (KURS 701-26)

Ein Wort reicht oft schon, um tiefgehende körperliche und seelische Reaktionen in uns auszulösen. Das eine schnürt einem den Hals zu, beim anderen wird es uns warm und weit ums Herz. Worte zählen zu den stärksten und konkretesten Ausdrucksmöglichkeiten des Menschen. Sie können nachhaltig verletzen, vor allem aber – und das ist elementar in der Trauer- und Krankheitsbegleitung – können sie trösten, Mut machen, erhellen, entlasten und Erstarrungen lösen. Sehr wirksam sind die geschriebenen: die, die in Gedichten, Briefen, Psalmen oder Prosa in uns wirken, und besonders die, die wir selbst aufs Papier bringen. Von Max Frisch stammt der Satz: „Schreiben heißt, sich selber lesen.“ Es hilft uns, klarer zu sehen, es verleiht wichtigen Gefühlen und Gedanken einen angemessenen Raum, und es unterstützt dabei, sich in existenziell schwierigen Zeiten nicht „wundzuschweigen“ und zu verstummen. Zudem bietet es hilfreiche Techniken, damit Gedankenkarusselle und dunkle Gefühle nicht übermächtig werden. Beim Schreiben kommen wir in einen

schöpferischen und lebendigen Prozess, in dem wir wichtige Anliegen auf den Punkt bringen und auch Unsägliches in Worte fassen können. Eine individuelle Sprache, einen persönlichen Ausdruck zu entwickeln und zu pflegen, dient also der psychosozialen Gesundheit und kann in vielen Lebenssituationen, auch am Ende eines Lebens, heilsam sein. Die Dichterin Hilde Domin fasst das kurz zusammen: „Benennen befreit.“ Dieses Seminar ist ein Angebot: Sie hören ausgewählte Texte und dann gehen Sie im assoziativen Schreiben in Resonanz dazu. In angeleiteten kreativen Schreibübungen und Schreibspielen können Sie über Ihre eigenen poetischen Sätze staunen und erfahren, wie solche Impulse zur Ressourcenstärkung, zur Biografiearbeit und zur Schaffung von wohltuender Atmosphäre eingesetzt werden können. Gemeinsam können wir zudem Möglichkeiten für Ihre Arbeit in der Trauerbegleitung und in Palliative Care ausloten. Literarische Vorkenntnisse oder Erfahrungen im Schreiben sind nicht nötig. Nur die Lust, sich darauf einzulassen.

## KURSLEITUNG

Sabine Stahl

## HINWEIS

Für Getränke, Obst und Kekse ist gesorgt. In unmittelbarer Umgebung finden Sie verschiedene Möglichkeiten, sich in der Mittagspause zu verpflegen.

## DIE ELISABETH-KÜBLER-ROSS-AKADEMIE®

ist eine Akademie für Fort- und Weiterbildung in allen Bereichen der Hospizkultur, Palliative Care, Palliativmedizin und Trauerbegleitung. Sie bietet berufliche Weiterbildungen, Schulungen, Seminare, Inhouse-Fortbildungen und Fachtage für Menschen, die haupt- oder ehrenamtlich medizinisch, pflegerisch, therapeutisch oder begleitend tätig sind.



## TRAUERBEGLEITUNG

## INFORMATION

### ZIELGRUPPE

Pflegefachkräfte, Ärzte und Ärztinnen, Physiotherapeut\*innen

(max. 12 TN)

### TERMINE

21.05.26

### UHRZEIT

9.00-16.45 Uhr

(8 Unterrichtseinheiten)

### VERANSTALTER/ ORT

Elisabeth-Kübler-Ross-Akademie®

### ANMELDUNG

über unsere Website

Kursgebühr: 175 €

ELISABETH-KÜBLER-ROSS-AKADEMIE®  
für Bildung und Forschung\*

### Leitung

Susanne Haller

### Sekretariat

Gabi Weiß

Tel 0711 23741-811

akademie@hospiz-stuttgart.de

### Adresse

Diemershaldenstraße 7 – 11  
70184 Stuttgart

### Online

elisabeth-kuebler-ross-akademie.de



HALTESTELLE

Eugensplatz

Buslinie 42

\*Gefördert durch die Addy von Holtzbrinck Stiftung



Evangelische  
Kirche  
in Stuttgart



Stadtbahn U15