

Vergebung, Versöhnung & Schulderleben am Lebensende

Begleiten zwischen Aushalten und Anerkennen

Fortbildungstag für ehrenamtliche Hospizbegleiter*innen der THG



Wie können wir emotionale Verwundungen und Schulderleben sinnvoll begleiten? In ihrem Vortrag „Vergebung, Versöhnung und Schulderleben am Lebensende – zwischen Aushalten und Anerkennen“ vermittelt Petra Mayer (Seminar- und Kursleitung für Palliative Care, Ethik und Spiritual Care) Erkenntnisse aus 15 Jahren Praxis. Sie zeigt, wie (Selbst-)Vergebungsprozesse Mut schenken und Konflikte würdigen können. Weiterführend wird aufgezeigt, wie diese durch sorgsame Begleitung und Haltung mit Schwerkranken, Sterbenden und Angehörigen geteilt werden können. Teilnehmende erhalten praxisnahe Impulse, Schulderleben achtsam auszuhalten, Grenzen anzuerkennen und hilfreiche Dialoge zu fördern.

Samstag, 9. Mai 2026, 9-17 Uhr
Haus der Begegnung, Rennweg 12, Innsbruck

Anmeldung bis Mittwoch, 22. April 2026
mit [Online-Formular](#) oder per Telefon: 05223 43700-33676 (vormittags)
oder per E-Mail an akademie@hospiz-tirol.at

Die Teilnahme ist kostenlos.
Solltest du kurzfristig verhindert sein, ist eine kostenfreie Abmeldung
bis spätestens Montag, 27. April 2026 möglich.

Programm

7:45–8:45 Uhr	Registrierung / Anmeldung in Workshops
9:00–9:25 Uhr	Begrüßung
9:25–10:30 Uhr	Schuld, Vergeben, Versöhnen, Schuldkompetenz Petra Mayer
10:30–10:45 Uhr	Organisatorisches
10:45–11:15 Uhr	Kaffeepause
11:15–12:45 Uhr	Workshops (A-G, 90 min)
12:45–14:00 Uhr	Mittagessen
14:00–15:30 Uhr	Workshops (A-G, 90 min)
15:30–15:55 Uhr	Kaffeepause
15:55–16:30 Uhr	Essenzen aus den Workshops und Take Home Message
16:30–17:00 Uhr	Abschlussritual Romana Thurnes

Moderation: Angelika Heim
Musikalisch begleitet von Margret Seebacher

An diesem Tag bietet sich wieder die Möglichkeit, an zwei Workshops teilzunehmen.

Bitte wähle aus den nachfolgenden Workshops deine 2 Favoriten aus und gib diese vor Ort bei der Registrierung an. Zudem merke dir bitte 1 Alternative, falls dein Wunsch-Workshop ausgebucht sein sollte! Danke!

A

Petra Mayer: Vergeben, verzeihen, versöhnen – wenn das Leben Rückschau hält

Am Lebensende können unerledigte Konflikte wieder besonders präsent werden. Dieser Workshop richtet den Blick darauf, wie ehrenamtlich Begleitende für die Frage nach Vergeben oder Verzeihen sensibilisiert werden können. Im Mittelpunkt steht die Haltung der Begleitenden: präsent sein, ohne zu drängen; Raum geben, ohne zu bewerten. So kann Begleitung dazu beitragen, dass Menschen sich selbst mit mehr Güte und Selbstverständnis begegnen und innere Entlastung möglich wird – auch dann, wenn nicht alles geklärt werden kann.

B**Romana Thurnes: Ermutigende Geschichten von Vergebung, Versöhnung und innerer Heilung**

Vergebung und Versöhnung lohnen sich ... auch, wenn es manchmal viele Jahre braucht, anstrengend ist und nicht immer gelingt. Dort, wo Konflikte gelöst werden können und in Vergebung oder Versöhnung münden, wird innere Heilung möglich. Eine Heilung, die freimacht und die dem Herzen wieder Luft zum Atmen schenkt.

In diesem Workshop werden wir von gelungenen Vergebungs- und Versöhnungsgeschichten erzählen und hören. Wir werden miteinander „Trittsteine“ sammeln, die auf dem Weg zur Vergebung und Versöhnung hilfreich sind. Dabei wird uns die Frage leiten: „Was kann ich selbst und in der Begleitung von Menschen ganz konkret dazu beitragen, dass Vergebung, Versöhnung – auch noch am Lebensende – gelingen kann?“

C**Sibylle Priller-Widauer: Selbstfürsorge**

Die Balance zwischen Bewegung und Entspannung bringt uns Ausgeglichenheit und Freude. Unser Immunsystem wird gestärkt.

Packen wir gemeinsam den individuellen Koffer zur Regeneration und Aktivierung. Natürliche einfache Bewegungen, die für alle Altersgruppen geeignet sind, das Strömen einzelner Energieschlösser, aktive Entspannung begleitet von Klangschalen und Elementen aus dem Lachyoga machen dieses Modul kurzweilig und spannend.

D**Christine Ganeider und Sabine Hosp: Die schwere Frage des Warum - Kinder mit Schuldgefühlen begleiten**

„Ich bin schuld“...“ – solche oder ähnliche Aussagen begegnen uns in der Begleitung von Kindern und Jugendlichen immer wieder. Hinter ihnen stehen oft magisches Denken, Missverständnisse und tiefe Verunsicherung. Wie können wir solche Schuldgefühle erkennen, behutsam ansprechen und entlastend begleiten? In diesem interaktiven Workshop erhalten ehrenamtliche Hospizbegleiter*innen einen kompakten fachlichen Überblick und lernen praxisnahe Gesprächsimpulse sowie einfache methodische Zugänge kennen. Ein Workshop für mehr Sicherheit und Handlungsspielraum in herausfordernden Gesprächssituationen.

E**Regina Seibl: Wenn plötzlich nichts mehr so ist, wie es vorher war... Über die Trauer nach Suizid, die Frage nach der Schuld und Möglichkeiten, Betroffene einfühlsam zu unterstützen.**

Jedes Jahr sterben in Österreich etwa 1.200 Menschen durch Suizid und hinterlassen tausende trauernde Angehörige und Freund*innen. Einen nahestehenden Menschen durch Suizid zu verlieren, ist eine außerordentlich schmerzhaft und potentiell traumatische Erfahrung, die das Leben Hinterbliebener in der Regel tiefgreifend verändert. In diesem Workshop soll der Frage nachgegangen werden, wie Kontakte mit Betroffenen einfühlsam und unterstützend gestaltet werden können und was Begleiter*innen dafür benötigen.

F**Bettina Weitlaner-Souissi: Von der Seele schreiben**

Die gemeinsame Haltung bildet das Fundament der Hospizbewegung – denn es braucht Haltung, um zu halten. Aus der Haltung resultieren unser Ver-halten, unser Er-halten, unser Aus-halten, unser Inne-halten bis hin zum An-halten. Hilde Domins Zitat: „Wir setzten den Fuß in die Luft und sie trug“, drückt eine Dimension der ermutigenden Grundhaltung der Hospizbewegung aus. Denn bei all unseren bisherigen und zukünftigen Schritten bildet die Haltung unsere Grundlage – als Person und Organisation. Im Workshop geht es darum, unserer Haltung nachzuspüren und deren Bedeutung für unser Wirken als Hospizbewegung bewusst zu machen.



Christina Sternig: Seelensport®: Bewegung für innere Versöhnung

Seelensport® verbindet Bewegung mit emotionaler Verarbeitung und bietet Raum, sich selbst mit Schuld, Schmerz und inneren Konflikten liebevoll zu begegnen. Du kannst in diese besondere Form der Körperarbeit hineinschnuppern, emotionale Lasten in Bewegung bringen und deiner inneren Stimme achtsam begegnen – auf dem Weg zu Vergebung und Versöhnung mit dir selbst und anderen. Lass uns gemeinsam in Bewegung kommen.

Referent*innen:

Christine Ganeider

MSc, Regionalbeauftragte Lienzer Talboden, Leiterin Kinder-Hospizteam

Sabine Hosp

Regionalbeauftragte Oberland und Außerfern, Leiterin Kinder-Hospizteam

Petra Mayer

Freiberufliche Referentin, Ausbilderin für die DGP in Palliative Care, Ethikberaterin im Gesundheitswesen

Regina Seibl

Mag. Dr. phil., Erziehungswissenschaftlerin, freiberuflich tätig als Erwachsenenbildnerin und Supervisorin, Mitarbeiterin der pro mente tirol und der Psychosozialen Zentren Tirol, Mitglied des SUPRA (Suizidprävention Austria)-Expert*innengremiums des Gesundheitsministeriums

Christina Sternig

BA, Unternehmerin, Kinderbuchautorin, Trainerin für SeelenSport®, Aktivistin

Romana Thurnes

Mag., katholische Theologin, Pastoralpsychologin, Supervisorin (KSA/DGfP), Beraterin (KSA/DGfP), Kursleiterin in der Klinischen Seelsorgeausbildung (KSA/DGfP), Seelsorgerin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Sibylle Priller-Widauer

Selbständige Physiotherapeutin und Evolutionspädagogin, freischaffende diplomierte Schauspielerin, diplomierte Lernberaterin

Bettina Weitlaner-Souissi

Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, Mitarbeiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Palliative Care Basislehrgang, umfangreiche Expertise und Erfahrung in der Pflege und Betreuung von schwer kranken Menschen



Impressum:

Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Milser Straße 23, 6060 Hall in Tirol,
Tel.: 05223 43700-33676, akademie@hospiz-tirol.at, www.hospiz-tirol.at, Fotos: Bruno Moriggl