



3

INTENSIVTAG FÜR  
TRAUERREDNER  
FÜR FREIE REDNER,  
DIE NEUE WEGE GEHE  
WOLLEN



## ‘Laterna magica’, als wären sie noch da...

INTENSIVTAG - 1 Tag im Tabakquartier Bremen (ggf. Covid-bedingt Online)

### EIN WORKSHOP FÜR FREIE REDNER, DIE NEUE WEGE GEHEN WOLLEN

Seit immer mehr Hinterbliebene auf die Möglichkeit einer frei gestalteten Trauerfeier zurückgreifen, haben sich die Ansprüche an die Zeremonienmeister immens vergrößert. Doch immer noch wird die „klassische“ Pietät durch zu aufgesetzte wirkende Zurückhaltung und unpersönliche, eintönige Trauerreden „von der Stange“ falsch interpretiert.

Bei der Entwicklung und Vorbereitung eines zeitgemäßen freien Trauerritus qualifizieren sich die Redner:innen jedoch vor allem durch ihre aufrichtige und authentische Anteilnahme, ihre taktvolle Neugier sowie einer souverän respektvollen Art und Weise, die Gefühle der Trauernden gut steuern zu können. Dabei kann man viel richtig, aber auch viel falsch machen, zum Beispiel:

- Pietät mit falschem Pathos und aufgesetzter Anteilnahme zu verwechseln
- Übertriebene Ausdrucksweise und Gestaltung der Rede
- Mangelnde Klarheit über die eigene Rolle als Redner:In

Dieser Workshop bietet Freien Redner:innen die Möglichkeit, sich ganz bewusst mit den eigenen Ressourcen und den Quellen ihrer persönlichen Inspiration und Kraft auseinander zu setzen.

Denn eine zeitgemäße und bewegende Trauerzeremonie zu halten heißt, viele Rollen souverän zu beherrschen.

Du bist das Medium, durch den man den Toten noch einmal betrachten kann, als wäre er noch da. Du bist eine menschliche **‘LATERNA MAGICA’** und schaffst dadurch Momente des Trostes. Du bist der Horizont, der dem Blick des Trauernden standhält; der ihn nicht ins Nichts fallen lässt, sondern ihn erwidert, der ihn kräftigt und ermutigt.

Du hältst das aus, wirst durchlässig für den Schmerz, bist SchamaneIn, Trauer-Roula / Hebamme. Denn du bist der Wanderer zwischen den Welten...

Und wir zeigen dir, wie du diese einzigartige Situation souverän meistern kannst.



Am Tabakquartier 60, Loft 20  
28197 Bremen

→ RAPHAELA DELL

+49 (0) 177 73 33 477  
raphaela@heldenschmiede-bremen.de

ERIK ROßBANDER

+49 (0) 179 59 73 684  
erik@heldenschmiede-bremen.de



3

INTENSIVTAG FÜR  
TRAUERREDNER  
FÜR FREIE REDNER,  
DIE NEUE WEGE GEHE  
WOLLEN

## → REDNERSCHULE

### DIES SIND DIE THEMEN UNSERES 10-STÜNDIGEN INTENSIV-WORKSHOPS:

#### 09:00 UHR SESSION 1 | INTERAKTIVER VORTRAG UND INPUT

- Dein eigenes Verhältnis zum Tod – das richtige Mindset entwickeln
- Zum Diamanten werden...eine Wand, so klar, als wäre da keine!
- Der Geschichte auf der Spur: Wie frage ich richtig, ohne Gefühle zu verletzen? Ein Fragebogen vorab kann helfen
- Wie werde ich der Persönlichkeit der/s Verstorbenen in all ihren/seinen Facetten gerecht? Archetypen-Arbeit und Imagination nach C.G.Jung können helfen

#### 11:00 UHR SESSION 2 | INTERAKTIVER VORTRAG UND INPUT

- Die Zeremonie entwickeln, die Rede schreiben:
- Worüber darf ich sprechen? Was sollte ich verschweigen?
- Die Mischung macht´s – die richtige Kombination aus Familiengeschichten, Biografie, Lieblingsliedern und Texten, Themen, die dem Toten lieb und wichtig waren – strukturiert und eingerahmt durch Poesie, Lyrik, stille Zeit, Trauerzeit, Riten
- Der Einsatz von Gefühlen
- Wo bleibt der Humor?
- 13, 30 oder 300 – wie stelle ich mich innerlich auf die Gruppengröße ein?
- Wessen Trauerfeier ist das? Ist es tatsächlich die des Toten oder haben die Hinterbliebenen das Sagen?
- Letzte Worte am Grab

#### 13:00 UHR MITTAGSPAUSE

#### 14:00 UHR SESSION 3 | TRAUERREDNER SEIN - DIE REDE HALTEN

- Tipps und Tricks: Codes und Striche für den Redner zur Vorbereitung
- Entspannungstechniken helfen
- Wie halte ich die Spannung während der Rede?
- Wie treffe ich den richtigen Ton?
- Kloß im Hals? - Vom Umgang mit den eigenen Gefühlen
- Wie treffe ich den richtigen Ton?
- Generalprobe mit Publikum

#### 19:00 UHR ENDE DES WORKSHOPS



Am Tabakquartier 60, Loft 20  
28197 Bremen

#### → RAPHAELA DELL

+49 (0) 177 73 33 477  
raphaela@heldenschmiede-bremen.de

#### ERIK ROßBANDER

+49 (0) 179 59 73 684  
erik@heldenschmiede-bremen.de