

## Studientag 6: Kinder in der Sterbe- und Trauerbegleitung, Spiritualität, eigene Vorstellungen von Gott, Tod und dem ewigen Leben

---

### 6.5.a Was trauernde Kinder brauchen

#### **Wenn Kinder trauern, ist es wichtig, dass sie**

##### **angemessene Informationen bekommen**

Trauernde Kinder haben ein Recht darauf, Antworten auf ihre Fragen und Informationen zu bekommen, die genau erklären, was geschehen ist, warum es geschehen ist und was als nächstes geschehen wird. Die Todesnachricht soll durch eine vertraute Person schonend, aber nicht verschonend mitgeteilt werden. Aufrichtig, in einer ruhigen Atmosphäre erklären, was geschehen ist, zuhören, die Wahrheit sagen, keine bildhafte Umschreibungen vom Tod wie „friedlich eingeschlafen“, „von uns gegangen“, „hat seine letzte Reise angetreten“ usw., denn Kinder nehmen das wörtlich. Kinder sollen wissen, was jetzt weiter geschieht mit den Toten und mit ihnen selbst.

Kinder dürfen die Toten nochmals ansehen, anfassen, ihnen etwas mitgeben, „greifen um zu begreifen“. Sie sollen von einer vertrauten Person dabei begleitet werden, die die Kinder auf die Veränderungen (blass, kalt usw.) vorbereitet und ihnen das Abschiednehmen am Totenbett freistellt.

##### **einbezogen werden**

Trauernde Kinder sollen gefragt werden, ob sie an wichtigen Entscheidungen, die auch ihr Leben betreffen, einbezogen werden möchten (wie z.B. die Planung der Beerdigung, Gestaltung von Jahrestagen). Erwachsene sollen sie als Trauernde wahrnehmen (und nicht immer nur fragen, wie es denn Vater oder Mutter geht). Kinder brauchen die Gemeinschaft auf dem Friedhof, das Ritual der Beerdigung, das Wissen, wo die Toten hingekommen sind. Es ist gut, wenn sie dabei von einem „weniger“ betroffenen Erwachsenen begleitet werden. Beerdigung ist ein auch schon für Kinder wichtiges Abschiedsritual. Die Kinder entscheiden, ob sie daran teilnehmen wollen.

##### **aufmerksame Begleitende haben**

Kinder brauchen Menschen, die ihnen wirklich zuhören. die einfach da sind und signalisieren: Wenn du willst, darfst du reden, du musst es aber nicht. Sie geben den Gefühlen Zeit und Raum. Dabei passen sie sich der Art und dem Tempo der Trauer des Kindes an – mal ist Zeit zum Trauern – mal nicht. Sie halten nicht vom Weinen ab und wollen die Trauer nicht wegtrösten... (Weinen kann gut tun), Sie wissen, dass Aggressionen beim Trauern helfen können und halten sie deshalb aus. Trauernde Kinder sollten Hilfe bekommen, die auch ihre Eltern (bzw. ein Elternteil) mit einschließt, jedoch gegebenenfalls auch den Wunsch eines jeden Kindes nach Vertraulichkeit respektiert.

##### **Trost bekommen**

...aber keine Vertröstung. Trost heißt: dem Kind seine Gefühle lassen, akzeptieren, dass es im Moment untröstlich ist und dabei spüren lassen, dass man für es da ist, in einer Geste, in einem Blick... oder durch einen kleinen Tröster, wie das Kuscheltier, oder auch, wenn man ihnen etwas schenkt wie einen Stein (der gibt Kraft), ein Trauertier (das begleitet) usw. Trauernden Kindern kann es gut tun, mit anderen Kindern zusammen zu sein, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Oft können sich Kinder untereinander sehr gut trösten, sie sind spontan und ehrlich. Für viele Kinder ist es tröstlich, wenn sie ihre Verstorbenen an einem guten Ort wissen. (wenn ihnen beispielsweise gesagt wird: Ihnen geht es jetzt gut. Sie sind bei Gott in seinem Himmel)

##### **Ihrer Trauer Ausdruck geben dürfen**

Trauernde Kinder haben ein Recht darauf, ihre Geschichte auf ganz unterschiedliche Weise zu erzählen (zum Beispiel durch Zeichnungen, Puppen, Briefe und Worte) und mit dieser Geschichte von den Menschen, die für sie wichtig sind, auch gehört, gelesen oder gesehen zu werden. Durch Malen, Bauen. Rollenspiele, Singen oder Tanzen sollen sie ihrer Trauer Ausdruck geben. Im Anschauen von Bilderbüchern und Hören (oder Lesen) von Geschichten finden sie sich mit ihrer Trauer wieder, lernen sie über Gefühle zu reden

## Studientag 6: Kinder in der Sterbe- und Trauerbegleitung, Spiritualität, eigene Vorstellungen von Gott, Tod und dem ewigen Leben

---

### **Gefühle ausdrücken dürfen**

Alle Gefühle sind möglich und richtig und sollten ernstgenommen werden, alles kann im Moment dran sein oder auch schnell wechseln. Die Erwachsenen sollten hinnehmen, was ist und liebevoll darauf eingehen. Trauernde Kinder sollen spüren, dass sie alle ihre Empfindungen, die mit ihrer Trauer verbunden sind, ausdrücken dürfen: z.B. Zorn, Traurigkeit, Schuld, Angst. Sie sollten darin unterstützt werden, Wege dafür zu finden, die für sie angemessen sind.

### **Orte der Besinnung und Rituale des Gedenkens haben**

Kinder brauchen Orte um sich zurückziehen zu können und / oder auch um sie als Erinnerungsort zu gestalten. Das kann das gemeinsam bepflanzte Grab, eine Gedenkecke in der Wohnung mit einem Bild des/der Verstorbenen, ein besonderer Baum u.ä. sein.

Noch einmal Opas Lieblingslied singen, eine Kerze anzünden, ein Bild für den Verstorbenen malen ein Gedicht oder einen Brief an den Verstorbenen schreiben, den Sarg bemalen o.ä., lässt erfahren: Ich kann noch etwas tun, etwas geben, ich kann zusammen mit anderen Halt finden im gemeinsamen Tun.

### **Symbole des Erinnerns bekommen**

Greifbare Erinnerungsstücke können trösten, sie gewinnen großen individuellen Wert, nicht alle Dinge sollen auch noch aus dem Leben verschwinden beispielsweise, das Taschenmesser, mit dem der Opa immer Pfeil und Bogen gebastelt hat, die Stickschere oder der Schal der Oma usw., ein Bild des oder der Verstorbenen. Vielleicht mag das Kind auch eine Erinnerungs-Schatzkiste basteln und füllen.

### **sich erinnern dürfen**

Trauernde Kinder haben das Recht, sich für den Rest ihres Lebens an einen verstorbenen Menschen zu erinnern, wenn sie das wollen. Das kann gute und schlimme Erinnerungen beinhalten. Auf diese Weise wird dieser Mensch zu einem wichtigen Teil im weiteren Leben. Verbundenheit bleibt beim Erzählen über gemeinsame Erlebnisse mit den Verstorbenen, beim Erinnern, oder gestalten eines Memory-Books, beim Anschauen von Fotos usw.

### **verstehen, dass sie nicht schuld sind**

Trauernde Kinder sollten darin unterstützt werden, zu verstehen, dass sie für den Tod nicht verantwortlich sind. Durch Beobachten und behutsames Fragen, sollten Begleitende herausfinden, ob und warum das Kind sich (wie 50% aller Kinder im Grundschulalter) am Tod des oder der Verstorbenen schuldig fühlt.