

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

6.3.a Kinder erleben Sterben und Abschied

„Kinder brauchen eine angemessene Vorbereitung auf das Ereignis des Todes, aufrichtige Antworten, einen realen Abschied von dem verstorbenen Menschen, Gemeinschaft, Orte der Besinnung und Symbole der Erinnerung, Möglichkeiten, ihre Gefühle zu zeigen und auszuleben, Orientierung sowie Stabilität und Kontinuität. „Trauerfreie Zonen“, Trost, Hoffnung, Rituale und aufmerksame Begleiterinnen und Begleiter können unterstützend wirken“ heißt es in der Handreichung des DHPV zum Thema „Abschied nehmende Kinder“.¹ Damit sind kurz zusammengefasst die wichtigsten Erfordernisse genannt.

Die Resilienz-Forschung² hat gezeigt, dass Menschen, die in ihrer Kindheit Schweres erlebt haben und dabei gut begleitet worden sind, im Erwachsenenleben besser mit Schicksalsschlägen zurechtkommen als die Menschen, die als Kinder von Leid und allem Schweren ferngehalten wurden. Wenn Kinder nämlich gelernt haben, Gefühle zu äußern, Trauer zuzulassen, über Probleme zu reden und sich dabei geliebt und geborgen fühlen mit einer positiven Bindung an ihre Bezugspersonen, können sie Abschiede leichter verarbeiten. Sie erleben, dass sie schwierige Situationen meistern und Trauerzeiten bewältigen können. Sie können den heilenden Kräften in ihnen selbst trauen, weil sie die Erfahrung machen, dass das Leben anders aber gut weitergeht. Dadurch haben sie auch später ganz andere Ressourcen, um mit dem Tod eines nahen Angehörigen umzugehen als Kinder, denen dies alles fehlt. Ein solches Repertoire an Eigenschaften und Fähigkeiten, die es dem Kind ermöglichen, sich aus eigener Kraft über Rückschläge und Herausforderungen hinwegzusetzen, für sich selbst einzustehen und zu wachsen, bildet die Grundlage der Resilienz. Diese kann ein Kind aber nur erlangen, wenn es Vertrauen in sich selbst und seine Bezugspersonen hat, sich von seinen Eltern beschützt und getragen fühlt und immer wieder spürt, dass die Eltern ihm zutrauen, dass er auch mit schwierigen Situationen fertig werden und Probleme lösen kann.

Kinder spüren, lange bevor sie es in Worte fassen können, Veränderungen und nehmen sehr sensibel die Stimmungen ihrer Bezugspersonen wahr. Sie spüren ihre Angst oder ihre Traurigkeit, Aufregung oder Freude und reagieren schon als Babys darauf. Mit zunehmendem Alter lernen sie zusätzlich, Stimmungen und Gefühle auch zu benennen.

Wenn dann das, was den Kindern gesagt wird, und das, was sie selbst fühlen, nicht übereinstimmt, verunsichert sie das. Sie spüren die Traurigkeit ihrer Mutter, auch wenn diese wortreich versichert, dass alles gut sei. Dann wissen sie nicht mehr, wem sie trauen sollen, den Worten der Mutter oder ihrem eigenen Gefühl? Sie beginnen, an sich selber zu zweifeln oder fühlen sich von der Mutter verraten, weil sie nicht ehrlich zu ihnen ist. Was zum Schutz der Kinder gedacht ist, wird so zu einer zusätzlichen Belastung, ganz abgesehen davon, dass eine solche Vermeidungsstrategie nie durchgehalten werden kann, denn irgendwann müssen die Kinder erfahren, dass der geliebte Mensch gestorben ist. Sie begreifen dann, dass die Erwachsenen vorher nicht ehrlich zu ihnen waren und werten das als Vertrauensbruch, der nur schwer wieder zu heilen ist.

Kinder wollen dazugehören, eingebunden sein in das Familiensystem. Es tut ihnen gut, wenn sie die kranken Großeltern besuchen und beispielsweise mit ihrer Mutter zusammen für sie sorgen können, indem sie kleine Handreichungen übernehmen, Tee zubereiten, dem Opa vorlesen, frische Handtücher bringen einen Pudding für die Oma kochen usw., also kleine Liebesdienste, die die Kranken erfreuen und den Kindern das Gefühl geben: Ich bin wichtig und kann für meine geliebten Großeltern etwas tun. Wenn sie miterleben, wie die Großeltern immer schwächer werden, nur noch im Bett liegen und irgendwann auch nicht mehr mit ihnen reden können, verstehen sie, dass Oma oder Opa keine Kraft mehr hatten zum Weiterleben und dass deren Tod auch Erlösung von Schwäche und Krankheit bedeutet.

Schwieriger ist es, wenn ein Elternteil lebensbedrohlich erkrankt ist. Oft kämpfen diese Eltern selbst mit allen Mitteln um das Weiterleben und verdrängen alle Gedanken an das eigene Sterben, weil sie es nicht ertragen können, ihre kleinen Kinder allein zurückzulassen. Da fehlen dann Mut und Einsicht in die Notwendigkeit, die Kinder auf den Tod vorzubereiten. Oft wird den Kindern gegenüber abgewiegelt und das bevorstehende Sterben geleugnet, oder sie werden über die Situation einfach völlig im Un-

¹ Deutscher Hospiz- und Palliativverband (Hg): Abschied nehmende Kinder 2017

² Aktuell wird Resilienz als dynamischer und lebenslanger Prozess verstanden, der im Wechselspiel zwischen Person und Umwelt erfolgt und über verschiedene Lebensbereiche und -phasen variiert“, erläutern Angela Kunzler und Kollegen vom Deutschen Resilienz Zentrum in Mainz (www.drz-mainz.de).

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

klaren gelassen.

Kinder brauchen jedoch Klarheit und Sicherheit. Dazu gehört es, dass sie sich auf ihre Bezugspersonen (und deren Wahrheit) verlassen können. Das bedeutet auch, dass sie nicht im Unklaren darüber gelassen werden, wie es für sie weitergeht. „Was passiert, wenn der Vater stirbt, müssen wir dann verhungern, weil er kein Geld mehr verdienen kann? Müssen wir in ein Heim, wenn Mutter stirbt?“ Oft weiß niemand der Erwachsenen, woher die Kinder solche Phantasien nehmen. Da kann ein Buch oder ein Film die Idee geliefert haben. Schwierig ist es auch, wenn die Eltern getrennt sind und die Kinder beispielsweise mit ihrer erkrankten Mutter und deren neuem Partner zusammenleben. Müssen sie nach dem Tod der Mutter zu ihrem leiblichen Vater, den sie kaum kennen, und verlieren sie auch noch den Kontakt zu dem Mann, den sie inzwischen Papa nennen? Kinder machen sich schon mit fünf, sechs Jahren Gedanken darüber. Wenn sie dabei das Gefühl haben, dass sie all solche Fragen nicht stellen dürfen, weil es die Erwachsenen noch trauriger macht oder weil sie für Fragen keinen Nerv zu haben scheinen, fühlen sie sich mit ihren Angst auslösenden Fragen allein gelassen und zutiefst verunsichert. Viele werden verhaltensauffällig, aggressiv anderen Kindern gegenüber, trotzig und ungehorsam bei den Erwachsenen oder auffallend still und zurückgezogen, andere reagieren hyperaktiv, toben und albern ständig herum oder neigen zu häufigem Weinen. Wenn sie dann von den Erwachsenen für ihr Verhalten getadelt und bestraft werden, fühlen sie sich oft noch einsamer und zweifeln immer mehr.

Immer wieder kommt es auch vor, dass Kinder neben der Schule die Pflege der erkrankten (alleinerziehenden) Mutter übernehmen, den Haushalt führen und für ihre kleinen Geschwister sorgen. Romer und Haagen sprechen dabei von „Parentifizierung“³. Je nach Notwendigkeit helfen sie bei pflegerischen oder medizinischen Tätigkeiten, leisten emotionale Unterstützung und sorgen für Sicherheit. Sie erledigen Haushaltstätigkeiten und kümmern sich um jüngere Geschwister. Zudem sind sie fast permanent in Bereitschaft, um schnell auf unvorhersehbare Krisen reagieren zu können.

Obwohl das oft eine totale Überforderung ist, holen sie sich keine Hilfe, weil sie fürchten, dass sie beim Bekanntwerden der Situation von ihren Geschwistern getrennt in einem Heim oder einer Pflegefamilie untergebracht werden. Lieber „erfinden“ sie eine Person, die sich eigentlich kümmert, aber „gerade mal zum Einkaufen gegangen sei“, wenn beispielsweise der behandelnde Arzt danach fragt. Wenn die TN von solchen Situationen wissen, sollten sie zum Wohl des überforderten Kindes regieren.

Kinder können Dinge am besten verstehen, wenn sie sie im wahrsten Sinne des Wortes begreifen können. Sie habe in der Regel keine Scheu, den toten Angehörigen zu streicheln, zu küssen oder sich noch einmal an ihn zu kuscheln. Dabei merken sie dann die durch den Tod bedingten Veränderungen. Vielleicht möchten sie eine Kerze anzünden, um zu spüren, dass in alle Dunkelheit der Trauer auch ein Licht hineinleuchtet. In christlichen Familien wird dieses Licht als Hoffnungszeichen gedeutet, denn Jesus selbst hat gesagt: Ich bin das Licht der Welt, wer mir nachfolgt wird nicht wandeln in der Finsternis, sondern das Licht des Lebens haben⁴. Andere möchten die Uhr anhalten, weil die Lebenszeit dieses Menschen abgelaufen ist, oder das Fenster öffnen, damit die Seele des Verstorbenen hinaus kann oder als letzten Liebesdienst den Verstorbenen mit waschen und ankleiden, das Bett noch einmal frisch beziehen, alle Pflegeutensilien entfernen und den Raum aufräumen oder Blumen auf das Bett legen. In dieser Zeit des Abschieds am Totenbett ist Gelegenheit, dem Toten noch all das zu sagen, was man noch auf dem Herzen hat und was bislang ungesagt geblieben ist. Erwachsene sollten den Kindern für alles reichlich Zeit geben! Die Verstorbenen dürfen zwischen 36 und 48 Stunden⁵ zuhause bleiben. Darüber hinaus ist ein Abschiednehmen am offenen Sarg beim Bestatter möglich.

Kindern tut es gut, wenn sie an den Vorbereitungen für die Beerdigung beteiligt werden, indem sie beispielsweise einen Kranz aus selbstgepflückten Blumen binden, einen Kuchen für den Beerdigungs-kaffee backen, eine Liste der Anrufe führen, noch einen Brief an den Verstorbenen schreiben oder alle Kondolenzkarten in ein Kästchen sammeln dürfen, ein Bild für den Verstorbenen malen oder einen Gegenstand aussuchen, den sie mit in den Sarg legen wollen usw. Manche Familien bemalen der Sarg gemeinsam und erinnern sich dabei an den Verstorbenen oder die Verstorbene. Sie überlegen gemeinsam, welche Lieder bei der Trauerfeier gesungen werden sollen und ob die Kinder selbst etwas beitragen möchten oder beispielsweise im Trauergespräch mit der Pfarrerin oder dem Pfarrer über ihre ganz besonderen Erlebnisse mit dem oder der

³ Romer, Georg/Haagen, Miriam Kinder körperlich kranker Eltern: Psychische Belastungen, Wege der Bewältigung und Perspektiven der seelischen Gesundheitsvorsorge. Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie. Göttingen 2007 Hogrefe

⁴ Johannes 8,12

⁵ Das ist unterschiedlich je nach Bundesland

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

Verstorbenen erzählen mögen.

Die Kinder sollen sich bei der Beerdigung von dem Verstorbenen verabschieden können. Der Wunsch mancher Kinder, nicht dabei sein wollen, ist jedoch zu respektieren. Allerdings ist vorab zu klären, was der Grund für die Weigerung ist und ob nicht völlig falsche Vorstellungen Anlass zu dieser Entscheidung waren. Es ist wichtig, besonders jüngeren Kindern vorher zu erklären, was dort geschieht, beispielsweise schon einmal das Grab anzuschauen und auch deutlich zu sagen, dass im Sarg nur noch der tote Körper liegt. Die meisten Kinder entwickeln sonst schreckliche Fantasien darüber, was passiert, wenn einer im Sarg wieder aufwacht und so tief in der Erde begraben liegt. Bei einer Feuerbestattung ist es wichtig, dies den Kindern gut zu erklären, denn jedes Kind weiß aus Erfahrung: „Feuer ist heiß, und es tut schon schrecklich weh, wenn man sich nur die Fingerspitze verbrennt. Wie schlimm muss es dann sein, wenn man ganz verbrannt wird?!“

Die Erklärung, dass der tote Körper nur noch die leere Hülle ist (wie ein alter Mantel, den der Mensch ausgezogen hat, weil er ihn nun nicht mehr braucht) und der Mensch schon bei Gott ist, kann helfen, eine Feuerbestattung Kindern verständlich zu machen. Wenn Kinder an der Beerdigung teilnehmen, sollte ein vertrauter Erwachsener sie begleiten und ein offenes Ohr für ihre Fragen haben, oder gegebenenfalls auch vorzeitig mit dem Kind die Trauerfeier verlassen, wenn das Kind das wünscht.

Es ist wichtig, auch später mit dem Kind über den Verstorbenen zu reden, nach besonderen Erinnerungen zu fragen oder sich gemeinsam alte Fotos anzuschauen, einen guten Platz für ein Bild von dem Verstorbenen zu suchen und dem Kind einen Gegenstand zu schenken, durch den das Kind sich besonders an den Verstorbenen erinnern und sich mit ihm verbunden fühlen kann. Wenn ein Geschwisterkind gestorben ist, darf es keinesfalls im Nachhinein idealisiert und „in den Himmel gehoben“ werden, denn das entmutigt die zurückbleibenden Geschwister. „So toll wie meine gestorbene Schwester werde ich doch nie, egal wie ich mich anstrengte. Die Eltern haben sie sowieso viel lieber als mich“. Entmutigte Kinder werden häufig zu schwierigen Kindern. Manche Eltern möchten die Geschwister des verstorbenen Kindes schonen und erwähnen das tote Kind nie. Dann entwickeln die übrigen Kinder schnell die Phantasie: „Unsere Eltern haben uns gar nicht richtig lieb, denn, wenn wir tot sind, vergessen sie uns ganz schnell.“ Um solchen und ähnlichen Phantasien entgegen zu wirken, ist das Gespräch miteinander unerlässlich.

Durch verschiedene Rituale an besonderen Tagen wird die Erinnerung an die Verstorbenen wachgehalten. Das kann vom Essen der Lieblingsspeise am Geburtstag über das Anzünden einer Kerze oder das Basteln eines Erinnerungskalenders oder -Buches alles Mögliche sein. (Mechthild Schroeter-Rupieper⁶ gibt dazu viele Anregungen.)

Dadurch werden Kinder es lernen, Abschied und Trauer in ihr eigenes Leben zu integrieren.

⁶ Schroeter-Rupieper, Mechthild : Für immer anders - Das Hausbuch für Familien in Zeiten der Trauer und des Abschieds Ostfildern 2009 Schwabenverlag