

STUDENTAG 6

KINDER IN DER STERBE- UND TRAUERBEGLEITUNG, SPIRITUALITÄT, EIGENE VORSTELLUNGEN VON GOTT, TOD UND DEM EWIGEN LEBEN

6.4A WAS KINDER AUF DEN VERSCHIEDENEN ENTWICKLUNGSSTUFEN VON TOD UND STERBEN VERSTEHEN

Kleinkinder

Bis zu ihrem dritten Lebensjahr verstehen Kinder jede Trennung als „Sterben“, egal wie lange sie dauert, denn sie haben noch kein Zeitempfinden. Sie können die Endgültigkeit des Todes noch nicht begreifen und nicht wissen, was der Tod ist. Aber sie spüren sehr deutlich die Trauer der Erwachsenen und trauern entsprechend auch durch vermehrtes Weinen, Jammern und ein gesteigertes Bedürfnis nach körperlicher Nähe.

Kindergartenkinder

Spätestens im Kindergarten lernen die Kinder den Jahreskreis: Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Dies ist eigentlich nichts anderes als der Verlauf eines Lebens. Der Neubeginn im Frühjahr, die Entwicklung und Reifung im Sommer, das Verweilen im Herbst - und dann der Winter, in dem es zum Stillstand kommt. Aber nach dem Winter kommt wieder der Frühling. Neues Leben beginnt. Diese Hoffnung vermittelt uns auch der Glaube, in verschiedenen Formen.

Für die Kindergartenkinder ist der Tod noch nicht vorstellbar. Sie spüren die Trauer und die veränderten Verhaltensweisen der Umgebung und hoffen immer auf eine Antwort, ein Wiederkommen, das alles wieder gut macht.

In ihren Spielen können Menschen sterben und im nächsten Moment fröhlich wieder aufstehen. So gehen sie bei einem wirklichen Todesfall sehr lange davon aus, dass der Verstorbene zurückkommt, etwa wie jemand, der verreist war. Selbst wenn man sie mit auf den Friedhof nimmt, können sie fragen: „Und wann kommt der Opa da wieder raus?“

Kindergartenkinder sehen alles, was sich bewegt, als lebendig an. Dazu gehören beispielsweise auch Autos, ein Ball oder ein rollender Stein. Erst nach und nach können Kinder ein erstes Verständnis davon bekommen, was Tot-Sein bedeutet, wenn man ihnen erklärt, dass der Tote aufgehört hat zu funktionieren: Er kann sich nicht mehr bewegen, sieht, hört und fühlt nichts mehr, er kann nicht mehr atmen, sprechen, essen und trinken. Doch selbst wenn Kinder das nachvollziehen können, fehlt ihnen noch das Verständnis dafür, dass sich dieser Zustand nie mehr ändern wird.

Es ist typisch für Kinder im Kindergarten- und bis ins Grundschulalter, dass sie alles, was sie erleben, auf sich beziehen, und dass sie noch nicht zwischen Gedanken und Realität unterscheiden. Wenn sie jemandem in einem Augenblick der Wut oder Enttäuschung den Tod wünschen, und derjenige stirbt dann auch, gehen sie davon aus, dass ihr Wunsch den Tod bewirkt hat. Deshalb fühlen sich 50% aller Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter schuldig am Tod eines ihnen nahestehenden Menschen.

Manchmal sehen sie den Tod eines geliebten Menschen auch als Strafe an und denken: „Bestimmt ist der Opa gestorben, weil ich so unartig war!“ Ausgelöst wird das oft durch einen unbedachten Satz der Erwachsenen, die stöhnen: „Dein Getobe bringt mich noch um!“ oder: „Du bist ein Nagel zu meinem Sarg“. Auch wenn Kinder den Erwachsenen noch so sehr auf die Nerven gehen, sollen diese sich vor solchen Sätzen hüten. Sie wissen nie, wie lange ein Kind sich so etwas merkt, und wann es dann einen Zusammenhang herstellt zwischen diesem Ausspruch und dem Tod. Nicht alle Kinder sprechen dies auch aus. Deshalb sollten die Erwachsenen immer ganz deutlich sagen: „Du hast keine Schuld daran, dass Opa gestorben ist.“

STUDENTAG 6

KINDER IN DER STERBE- UND TRAUERBEGLEITUNG, SPIRITUALITÄT, EIGENE VORSTELLUNGEN VON GOTT, TOD UND DEM EWIGEN LEBEN

Vielleicht hat das Kind selbst einmal gesagt oder gedacht: Ich will dich nie mehr sehen, (weil es beispielsweise gerade wütend war, weil die Eltern irgendetwas verboten oder nicht erlaubt hatten) und dann denkt das Kind, seine Gedanken haben den Tod bewirkt. Die Kinder leben noch bis zum Grundschulalter in der sogenannten „magischen Phase“, in der Wunsch und Realität noch miteinander vermischt werden.

Der Tod eines geliebten Menschen löst auch schon bei einem kleinen Kind ein Gefühlschaos aus und gibt Anlass zu einer Fülle von Fragen. Jede Frage des Kindes verdient eine ehrliche Antwort, denn durch Fragen erschließt ein Kind sich seine Welt. „Das verstehst Du noch nicht“, „Dafür bist Du noch zu klein,“ sind Sätze, die gerade bei diesem Thema zu Verunsicherung bei den Kindern führen, Ängste auszulösen und falschen Vorstellungen prolongieren.

Manche Fragen wird das Kind vielleicht häufig wiederholen, auch wenn die Eltern glauben, sie schon erschöpfend beantwortet zu haben. Der Tod hat in der Vorstellungswelt des Kindes vieles verändert und Angst, Verwirrung, Unverständnis und Schuldgefühle hervorgerufen. Die häufig wiederholten Fragen dienen der Vergewisserung. Die Antworten sollen Sicherheit und Geborgenheit vermitteln, Klarheit schaffen und Schuldgefühle abbauen.

Kinder wollen sich ihre Welt erklären können. Wenn ihnen aber einzelne Puzzlesteine für ihr Bild der Wirklichkeit fehlen, füllen sie alles, was ihnen nicht erklärt wird, mit ihren Fantasien aus oder mit Vorstellungen, die sie aus irgendwelchen Fernsehfilmen kennen. Die sind oft viel schrecklicher als das, was wirklich geschieht. Deshalb ist es wichtig, sich Zeit für die Fragen der Kinder zu nehmen, ihnen genau zuzuhören, sie nicht mit langen Erklärungen zu überfordern, sondern kurze, kindgerechte und ehrliche Antworten auf das Gefragte zu geben. Selbstverständlich dürfen die Erwachsenen auch sagen, dass sie dies oder jenes selbst nicht wissen, dass sie auch Angst haben oder traurig sind und dass sie trotzdem hoffen, dass alles zwar anders und nicht mehr so wie vorher, aber trotzdem wieder gut wird.¹

Für Kinder ist es oft eine erschütternde Erfahrung, dass die Eltern die Oma nicht beschützen und den Tod der geliebten Oma verhindern konnten, dass also die scheinbar allmächtigen Erwachsenen ebenso ohnmächtig und traurig dem Tod gegenüber dastehen. Auch das weckt Unsicherheit und Ängste. Denn bislang galten die Eltern als allmächtig und fähig, jedes Unheil von dem Kind abzuwenden und immer alles „wieder gut werden“ zu lassen.

Deshalb gilt: Das Kind braucht jetzt verstärkt eine sichere Beziehung, Wärme und Geborgenheit, einen heilen Rhythmus mit einem geregelten und vertrauten Tagesablauf. Das Kind benötigt Rituale und Kuschelstunden, sowie eine zuverlässige Begleitung in dieser schwierigen Zeit.

Grundschul Kinder

Krankheit und Tod in der Familie lassen kein Kind unberührt und wirken sich auch auf ihr Verhalten in der Umwelt aus, deshalb sollten Erzieher und Lehrer unbedingt darüber informiert werden, dass ein Familienmitglied eine infauste Diagnose hat oder gestorben ist. So können Erzieherinnen und Lehrer sich das veränderte Verhalten der Kinder erklären und adäquat damit umgehen, denn es ist nicht zu unterschätzen, welche große Unterstützung im Optimalfall durch Lehrerinnen und Lehrer, die einen wertschätzenden Blick auf das Kind haben, geleistet werden kann. Sie können den Kindern und Jugendlichen zum einen die Normalität von Kindergarten und Schule ermöglichen und zum anderen Veränderungen, die mit der Erkrankung (oder dem Tod) der Eltern zusammenhängen, sensibel wahrnehmen. Dabei dürfen die Kinder entscheiden, ob sie darüber reden möchten, oder ob die Schule gerade der Ort sein soll, an dem alles „normal“ weiterläuft und sie gerade nicht an die Schwerkranken oder Verstorbenen erinnert werden wollen.

¹ Genauere Informationen, was Kinder in welchem Alter von Tod und Sterben verstehen und wie man auf ihre Fragen eingehen kann, finden Sie in meinem Buch „Tränen sind wie kostbare Perlen“ Ludwigsburg 2013 hospiz verlag

STUDENTAG 6

KINDER IN DER STERBE- UND TRAUERBEGLEITUNG, SPIRITUALITÄT, EIGENE VORSTELLUNGEN VON GOTT, TOD UND DEM EWIGEN LEBEN

In ihrem Weltbild unterscheiden Kinder im Grundschulalter (6- 10 Jahre) zwischen belebter und unbelebter Umwelt. Diese Kinder beginnen die Bedeutung des Todes zu verstehen und haben ein sachliches nüchternes Interesse an den Äußerlichkeiten des Todes. Trotzdem verstehen sie nicht alles und entwickeln deshalb Verlust- und Trennungsängste. Zum Beispiel kann ein Kind Atemnot bekommen, wenn der Sarg geschlossen wird. Die Angst vor dem eigenen Tod zeigt sich vor allem in Ängsten vor Gewalteinwirkungen, wie vor dem Erschossen-werden. Daher sind Cowboyspiele in dieser Altersstufe beliebt. In der Angst vor dem Tod der Eltern spiegelt sich die Angst vor dem Verlassen-werden. Auch wenn sie den Tod als Tatsache erfassen, können sie weder akzeptieren, dass ein geliebter Mensch stirbt noch rational darauf reagieren. Die Kinder wissen zwar, dass der Tod alle Menschen treffen kann, auch ihnen sehr nahestehende und auch sie selbst. Sie erfassen auch, dass die Verstorbenen nicht wiederkehren. Ihnen wird bewusst, dass sie ebenfalls eines Tages sterben müssen, aber dieses Ereignis wird noch in ganz weiter Ferne gesehen. (Man stirbt, wenn man alt ist – und das dauert ja noch ziemlich lange.)

Durch das Erleben vom Tod eines ihnen nahestehenden Menschen werden vielen Kindern mögliche Gefahren bewusster, und sie entwickeln ein größeres Sicherheitsbedürfnis. Die Kinder fürchten außerdem, dass ihre Freundinnen und Freunde sie für anders halten, weil sie um einen Menschen trauern. Als Einzelkinder erleben sie kaum, dass andere Kinder auch trauern. Sie fühlen sich häufig von den anderen nicht verstanden. Hier hätte die Grundschule eine wichtige Aufgabe, die sie jedoch sehr unterschiedlich wahrnimmt. Wenn eine Gruppe für trauernde Kinder angeboten wird, ist das für viele ein guter Weg, um andere betroffene Kinder kennenzulernen und dort oft viel Verständnis zu erfahren, ohne dass die Kinder ihre Situation erklären müssen.

Sollten die Eltern oder andere Bezugspersonen spüren, dass der Tod eines Angehörigen bei dem Kind Ängste ausgelöst hat, ist es wichtig, zunächst herauszufinden, in welche Richtung diese Ängste gehen. Ist es die Angst vor dem eigenen Sterben, so kann man sagen, dass in der Regel alte Menschen sterben.

Wenn Kinder erleben, dass ein anderes Kind stirbt, erfahren sie das oft als sehr viel bedrohlicher für ihr eigenes Leben. Da ist es wichtig, auf die besondere Situation hinzuweisen, den Unfall oder die lebensbedrohliche Erkrankung, die zum Tod geführt haben. Eltern sollten nicht einfach nur sagen: „Das Kind war krank oder im Krankenhaus“, dann könnte ihr Kind bei jedem Schnupfen in Todesangst geraten und sich bei jeder Krankenhauseinweisung wehren, weil es denkt, es müsse jetzt auch sterben.

Wenn ein Geschwisterkind stirbt, ruft das oft Ängste vor dem eigenen Sterben hervor. Das überfordert manchmal die Eltern, die mit ihrer eigenen Trauer befasst sind. Bleiben mehrere Kinder in einer Familie am Leben, so ist nicht einfach davon auszugehen, dass diese sich gegenseitig ausreichend stärken und unterstützen können. Jedes Kind trauert individuell und für sich allein. Zur Isolation und Einsamkeit in der Trauer trägt auch bei, dass in den verschiedenen Altersstufen der Ausdruck der Trauer und die Bedürfnisse im Trauerprozess sehr verschieden und oft nicht kompatibel sind. Auch in diesem Alter trauern die Kinder noch sehr sprunghaft, sind ausgelassen fröhlich und dann plötzlich wieder todtraurig. Oft reagieren Erwachsene mit totalem Unverständnis, wenn beispielsweise das Kind sich freut, dass es endlich den tollen Pulli der verstorbenen Schwester haben darf und begeistert ist, dass das (vormals gemeinsame) Zimmer jetzt ihm allein gehört. Daraus zu schließen: „Du hast deine Schwester überhaupt nicht liebgehabt, du trauerst ja gar nicht um sie!“ ist fatal, denn bei Kindern kann beides nebeneinander stehen und schließt sich keinesfalls aus.

Erschwerend kommt für viele Kinder hinzu, dass sie auch heute noch in der Regel von der Umwelt kaum als Trauernde wahrgenommen werden. Aus Unsicherheit, wie mit ihnen umzugehen ist, werden sie häufig nach dem Ergehen der Eltern gefragt, aber nicht nach dem eigenen Befinden.

Oft haben Kinder Angst, dass das eigene Überleben nicht mehr gesichert ist, weil der Vater kein Geld mehr verdienen oder die Mutter kein Essen mehr kochen kann oder dass niemand sich mehr um sie kümmert. Manch-

STUDENTAG 6

KINDER IN DER STERBE- UND TRAUERBEGLEITUNG, SPIRITUALITÄT, EIGENE VORSTELLUNGEN VON GOTT, TOD UND DEM EWIGEN LEBEN

mal sind es den Erwachsenen als nebensächlich erscheinende und leicht zu lösende Dinge, die den Kindern Probleme bereiten: „Wer fährt mich zum Flötenunterricht oder begleitet mich zu den Fußballspielen? Wer bringt mir das Angeln bei oder näht mein neues Kleid fertig?“ Auch hier hilft ein klärendes Gespräch.

Beobachten Sie das Kind! Im Spiel mit seinen Puppen oder Stofftieren verarbeitet es das Erlebte und gibt wichtige Hinweise auf seine Ängste oder mögliche Missverständnisse. Achten Sie dabei auch darauf, wovon Ihr Kind träumt und was ihm im Traum begegnet. Denn auch hier werden oft geheime Ängste sehr deutlich. Schauen Sie sich an, was die trauernden Kinder in dieser Zeit malen und lassen Sie sich die Bilder erklären. Sie werden viele Erkenntnisse über Fragen, Ängste, Unverstandenes und Hoffnungsvolles gewinnen.

Bedenken Sie bei allem, was sie sagen: Kinder nehmen, mindestens bis zum Ende des Grundschulalters, wörtlich, was von Ihnen vielleicht nur bildlich gemeint ist. Deshalb ist es so wichtig, dass alles konkret benannt und nicht euphemistisch umschrieben wird. Der Opa ist gestorben und nicht friedlich eingeschlafen oder still von uns gegangen. Er wird begraben und nicht zu seiner letzten Ruhe gebettet. Sein Tod ist keine lange (oder letzte) Reise. Der Verstorbene kommt nie mehr wieder.

Die Fragen, wo die Verstorbenen nach dem Tod sind, und ob ein Toter zugleich im Grab und im Himmel sein kann, und wo der Himmel eigentlich ist, beschäftigen sehr viele Kinder.

Es ist für sie ganz wichtig, dass die Verstorbenen an einem Ort sind, an dem es ihnen gut geht und sie glücklich sein können. Christlich geprägte Eltern können ihren Kindern erklären, dass die Verstorbenen bei Gott sind und dass es schön ist in Gottes Himmel. Die angelsächsische Sprache unterscheidet sehr korrekt zwischen sky und haven, so dass dort der Himmel Gottes nicht mit dem Weltall verwechselt wird.² Anderen Kindern können wir erklären, dass die Verstorbenen in unseren Herzen und in unseren Erinnerungen weiterleben. Sagen Sie nicht, dass sie auf einer Wolke sitzen und auf das Kind aufpassen, denn das stimmt nicht, wird den Kindern spätestens dann klar, wenn sie im dritten Schuljahr den Kreislauf des Wassers durchnehmen, vielleicht auch schon beim ersten wolkenlosen Tag. Außerdem mag niemand einen ständigen Aufpasser. Manche finden es tröstlich, wenn sie einen besonders hellen Stern als Ort für ihre Toten bestimmen.

Kinder reagieren sehr unterschiedlich auf Tod und Verlust, und sie leben Trauer anders als Erwachsene: „Die Trauer der Erwachsenen ist wie das Waten durch einen Fluss. Kinder stolpern in Pfützen der Trauer und springen dann wieder weiter“³. Das heißt: Sie können in einem Moment tot unglücklich sein und weinen und im nächsten wieder fröhlich lachen und spielen. Wutausbrüche sind ebenso möglich wie stummes Sich-Zurückziehen und im nächsten Augenblick wieder fröhliches Herumtoben. Die Trauer der Kinder kann beispielsweise durch Weinen, Abwehr, Protest, stille Trauer, Unauffälligkeit oder Überangepasstheit ihren Ausdruck finden. Bettnässen und der Wunsch nach dem Schnuller weisen auf einen Rückzug in die Lebensphase, in der „die Welt noch in Ordnung war“. Einige Kinder machen viel Quatsch, blödeln herum oder verhalten sich so, als sei nichts geschehen, andere jammern und schreien oder werden sehr aggressiv. Ihre Wut entsteht als Gegenkraft zu der Erfahrung der totalen Ohnmacht im Angesicht des Todes und braucht ein Ventil.

Manche trauernde Kinder neigen dazu, die verstorbene Person zu überhöhen, indem sie diese idealisieren oder sich mit der verstorbenen Person identifizieren (ein Teil des oder der Verstorbenen lebt durch das Kind weiter). Andere haben Angst, die verstorbene Person zu vergessen und möchten bei allem, was sie an die verstorbene Person erinnert, keine Veränderung. Manche überspielen ihre Trauer mit betonter Fröhlichkeit.

² Nähere Ausführungen dazu finden Sie in : Heinke Geiter: Tränen sind wie kostbare Perlen, Ludwigsburg 2014 Hospizverlag

³ Bayer, Bernhard/ Blümke, Dirk/ Hug, Georg/ Kurzke, Kerstin/Wahl, Ulrich: Sterbende begleiten lernen Gütersloh 2018 S. 87

STUDENTAG 6

KINDER IN DER STERBE- UND TRAUERBEGLEITUNG, SPIRITUALITÄT, EIGENE VORSTELLUNGEN VON GOTT, TOD UND DEM EWIGEN LEBEN

(Wenn sie so tun, als ob nichts geschehen wäre, hoffen sie, auch den Tod ungeschehen machen zu können.)

Viele reagieren mit Angst vor dem Alleinsein, vor Dunkelheit, vor Schmerzen oder vor der Trennung von Bezugspersonen, äußern häufig Unwohlsein durch Kopf- oder Bauchschmerzen oder andere körperliche Beschwerden, sind lustlos und müde. Wieder andere wirken hyperaktiv und leiden unter Konzentrations-, Appetit- und Schlafstörungen. All das können Trauerreaktionen sein. Es kann aber dafür auch ganz andere Gründe geben.

Wenn das Kind seine Trauer zeigt, soll man nicht ständig versuchen, es abzulenken und auf andere Gedanken zu bringen. Es ist gut, wenn es weinen kann (und darf!), und dabei in den Arm genommen wird, damit es Wärme und Geborgenheit spürt. Verständnis und liebevolle Zuwendung helfen ihm viel mehr als alle Appelle an seine Tapferkeit oder alles Verwöhnen. Auch das größte Geschenk kann den toten Opa nicht ersetzen.

Andere Kinder möchten vor allem ihre trauernden Eltern trösten. Besonders wenn ihr Vater oder ihre Mutter gestorben ist, versuchen sie, die Rolle des verstorbenen Elternteils einzunehmen. Oberstes Ziel ist es, dass Vater oder Mutter wieder fröhlich sind. Dafür stellen Kinder sogar ihre eigene Trauer zurück und übernehmen die Rolle eines Trauerbegleiters (oft noch durch Außenstehende unterstützt, die ihr fürsorgliches Verhalten loben oder betonen: „Du bist jetzt der Mann im Haus“ oder „das tüchtige Hausmütterchen“). Die eigene Trauer der Kinder kommt dann zu einem viel späteren Zeitpunkt oder in einem ganz anderen Zusammenhang zum Ausdruck oder wird als ungelebte Trauer ihr Kind sein Leben lang begleiten.

Mit fortschreitender Entwicklung und steigendem Alter begreift das Kind die Tragweite des Todes zunehmend vollständiger. Dies bedeutet aber auch, dass der Trauerprozess dann auf einer höheren Entwicklungsstufe erneut durchlebt werden muss. Dadurch bricht die Trauer bei Kindern immer wieder auf. Ein verändertes Verhalten des Kindes (Rückzug, Aggression, Überaktivität, Leistungsabfall) deutet auf Trauerprozesse hin, die uns häufig nicht bekannt sind, weil der Todesfall vielleicht schon länger zurück liegt.

Kinder bis zur Pubertät

Nach dem neunten Lebensjahr akzeptieren Kinder in der Regel den Tod als ein Naturphänomen. Sie erkennen, dass der Tod alle Lebewesen betrifft und unausweichlich ist. Auch sie müssen eines Tages sterben. Ein Teil der Kinder dieses Alters personifiziert den Tod. Es handelt sich ihrer Vorstellung nach um eine eigene, separate Person, oder der Tote selbst ist der Tod. Oft wird er als Engel in menschenähnlicher Gestalt, der im Himmel lebt, oder als Skelett, oder Sensenmann gesehen. Fernsehen, Filme und Bücher liefern dafür entsprechende „Vorbilder“. Geschichten von Vampiren wecken Ängste vor dem Friedhof, und Geistergeschichten hindern am Einschlafen, wenn Tote in irgendeiner Geschichte als Geister zurückgekommen sind. Die Realität ist – wenn Kinder am Geschehen teilhaben, also am Sterbebett Abschied nehmen und mit zur Beerdigung gehen dürfen – weit weniger Angst einflößend als die Fantasien vieler Kinder.