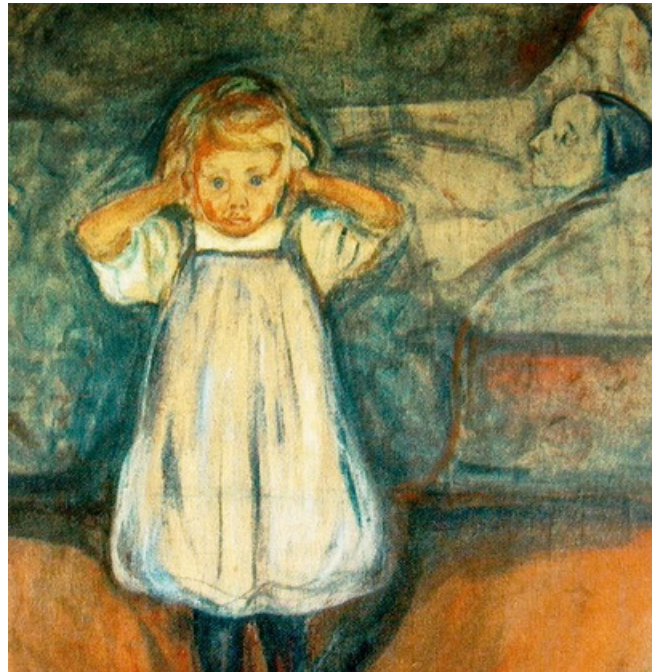


Kinder begegnen dem Tod



Anregungen zur Begleitung

Projektarbeit im Rahmen des
3. interdisziplinären Aufbaulehrganges
Palliative Care

Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig

Margreth Stoni DGKS

Sonja Thalinger dipl. Soz. Päd.

Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS.....	2
EINLEITUNG.....	3
DANKSAGUNG	3
VORSTELLUNG DER VERFASSEN	4
<i>Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig / Praktische Ärztin und Palliativärztin</i>	<i>4</i>
<i>Margreth Stoni / DGKS im mobilen Palliativteam des CS Hospiz Rennweg.....</i>	<i>5</i>
<i>Sonja Thalinger / Palliative Care Beauftragte NÖ und Koordinatorin im Verein Hospiz Melk:</i>	<i>6</i>
EINFÜHRUNG.....	7
VERLAUF DER PROJEKTARBEIT	9
GRUNDÜBERLEGUNGEN.....	11
ZIELGRUPPE.....	11
WAS IST TRAUER.....	12
TRAUERPHASEN	14
KINDER TRAUERN ANDERS - TRAUERN KINDER ANDERS?	16
<i>Grundsätze für die Begleitung trauernder Kinder und Jugendlicher</i>	<i>19</i>
ENTWICKLUNGSSTADIEN	21
KLEINKINDER 0-6 JAHRE.....	21
<i>Literaturempfehlung für diese Alterstufe.....</i>	<i>23</i>
GRUNDSCHULKINDER 6 - 10 JAHRE	26
<i>Bücher über den Tod – können sie helfen?.....</i>	<i>31</i>
<i>Literaturempfehlung für diese Alterstufe.....</i>	<i>31</i>
JUGENDLICHE PHASE 1: 10 - 14 JAHRE UND PHASE 2: 14 – 18 JAHRE	36
<i>Literaturempfehlung für diese Alterstufe.....</i>	<i>44</i>
ERSTELLEN VON BROSCHÜREN	46
TEXTENTWURF BROSCHÜRE	49
TEXTPASSAGEN FÜR ALLE DREI BROSCHÜREN	49
ALTERSSPEZIFISCHE TEXTPASSAGEN	55
KONKLUSIO	71
QUELLENVERZEICHNIS	72
LITERATUR.....	72
INTERNET.....	73
FACHGESPRÄCHE.....	74
MEDIENLISTE	74
ABBILDUNGSVERZEICHNIS.....	77

Einleitung

Danksagung

Wir möchten uns bei allen Personen, die zur Umsetzung unseres Projektthemas beigetragen haben bedanken, in besonderem Maße bei den Folgenden:

- beim Leitungsteam unseres Kurses:
 - Brigitte Lipke DGKS
 - Dr. Kurt Moser
 - Drs. Theo Middelkoop.
- bei Frau Karin Leiter, deren Aquarell wir für unsere Broschüre verwenden durften
- bei den Sponsoren, der Firma OrthoTherapia GmbH und dem Verein Hospiz Melk, die durch ihre finanzielle Unterstützung den professionellen Druck ermöglicht haben
- bei Frau Petra Hillinger die uns bei der Korrektur der Projektarbeit hilfreich zur Seite gestanden ist
- ganz besonders aber bei unseren Familien, die uns unterstützt und in so mancher Stunde der Anspannung ertragen haben. Ebenso bedanken möchten wir uns bei unseren KollegInnen die uns Diskussionspartner waren und mit ihren Anregungen zum Gelingen beigetragen haben

Nicht vergessen wollen wir auf jene Menschen, durch deren persönliches Schicksal wir auf die Wichtigkeit dieses Themas aufmerksam wurden.

Vorstellung der Verfasser

Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig / Praktische Ärztin und Palliativärztin

Praktische Ärztin im niedergelassenen Bereich und Palliativärztin im Mobilen Palliativteam
Wiener Neustadt und Neunkirchen

Besonders als praktische Ärztin wurde ich schon vor Jahren regelmäßig mit Familiensituationen konfrontiert, in denen Kinder und Jugendliche eine für sie wichtige Bezugsperson verloren. Auf die Bedürfnisse der Kinder schaute ich damals nie.

Dies änderte sich durch meine eigene Krebserkrankung 2001. Gleichzeitig erkrankte mein Schwiegervater an einem Glioblastom, an dem er auch 2 Monate nach Diagnosestellung verstarb. Meine Söhne waren damals 11 und 14 Jahre.

Meine eigene Hilflosigkeit im Umgang mit meinen Kindern in dieser Situation veranlasste mich professionelle Hilfe anzunehmen. Leider kam keine Unterstützung von den behandelten KollegInnen.

Meine Söhne waren zu dem Zeitpunkt im Don Bosco Gymnasium Unterwaltersdorf, wo sie von ihren betreuenden Lehrern wirklich aufgefangen wurden. Mir war klar, dass dies natürlich eine Ausnahme war.

Seit meiner eigenen Krebserkrankung arbeite ich verstärkt im Palliativbereich.

Mein persönliches Ziel im Rahmen dieser Projektarbeit ist es, mich selbst intensiv mit diesem Thema zu beschäftigen um in Zukunft besser auf die Bedürfnisse trauernder Kinder eingehen zu können und deren Bedürfnisse besser zu erkennen.

Margreth Stoni / DGKS im mobilen Palliativteam des CS Hospiz Rennweg

In der Phase der Projektfindung hat mich das Thema „Begleitung trauernder Kinder“ gleich sehr angesprochen. In meiner langjährigen Tätigkeit als DGKS im stationären Hospiz erlebte ich immer wieder Kinder jedes Alters als betroffene Angehörige. Im interdisziplinären Team versuchten wir, so gut es ging die Kinder in die letzte Lebensphase ihrer Lieben einzubeziehen, sehr individuell nach Lebensalter, kulturellem Hintergrund und auch Wunsch der Familien.

Seit ich im mobilen Bereich arbeite, erlebe ich die Kinder oft weniger „greifbar“. Vor allem nach dem Sterben ihrer Angehörigen erleben wir eine große Hilflosigkeit um Umgang mit dem trauernden Kind.

Meine eigene 4jährige Tochter hat mich ganz besonders motiviert mich in diesem Bereich weiterzubilden, immer wieder stellt sie mir Fragen über den Tod und erwartet auch Antworten von mir. Durch ihren direkten, unbefangenen Zugang zum Thema ist sie für mich eine große Lehrmeisterin, regt mich immer wieder neu zum nachdenken an.

Während der Vorbereitungszeit zu dieser Arbeit ist eine liebe Kollegin von mir sehr jung an Krebs verstorben und hat 2 kleine Töchter zurückgelassen. Es war sehr schön und berührend für mich, wie ich gemeinsam mit meiner Tochter getrauert habe. Sarah`s natürlicher, manchmal sehr pragmatischer Zugang zu meiner Trauer war für mich eine wichtige Erfahrung. Es war schön, mit ihr Kerzen zu entzünden, Bilder zu malen und Photos aufzustellen. Auch frische Blumen an „Vibekes`s Platz“ durften für die Kleine nicht fehlen.

Einige Wochen später musste sich eine Freundin von uns, gemeinsam mit ihrem Mann und ihrer knapp 3jährigen Tochter von ihrem totgeborenen Sohn verabschieden. Auch da konnte ich gut mitverfolgen, wie wichtig es ist selbst schon sehr kleine Kinder in das Geschehen eines Abschieds einzubeziehen.

Sonja Thalinger / Palliative Care Beauftragte NÖ und Koordinatorin im Verein Hospiz Melk:

Bereits in meinem Grundberuf als Sozialpädagogin wurde ich damit konfrontiert wie junge Menschen mit dem Thema Tod und Trauer umgehen. Schon damals durfte ich praktische Erfahrungen sammeln und Jugendliche in dieser Lebensphase begleiten.

Auf meinem weiteren Lebensweg habe ich dann fast jede Rolle die man in der Hospizbewegung haben kann am eigenen Leib erlebt. Ich war selber Tumorpatientin, war und bin immer noch mit Begeisterung in der ehrenamtlichen Begleitung tätig, habe als pflegende Angehörige erlebt wie man an seine Grenzen stößt und bewege mich nun auch im beruflichen Umfeld in diesem Themenbereich.

Als Tumorpatientin mit einem 1,5 jährigem Kind und einem Baby erfuhr ich, wie wenig auf meine Kinder eingegangen wurde. Als ich meine an Multiple Sklerose erkrankte Mutter in ihrer Sterbephase pflegte, versuchte ich meinen Kindern jene Aufmerksamkeit und Begleitung anzubieten, die mir, meinem damaligen Entwicklungsstand gemäß, möglich war. In meiner Rolle als Mutter von heute zwei fast erwachsenen Söhnen bin ich immer wieder in Trauerprozesse Jugendlicher involviert und persönlich sehr betroffen. Trotz meinem Anspruch, in diesem Feld professionell tätig sein zu können, spüre ich doch wie heftig und tief mich solche Prozesse berühren und wie viel Energie es mich kostet, Kinder und junge Menschen in diesen Situationen zu begleiten.

Aus diesem Grund war es mir ein Anliegen, mich diesem Thema im Rahmen der Projektarbeit intensiv zu widmen.

Einführung

Im Rahmen unserer Ausbildung zum akademisch geprüften Experten in Palliative Care (3. Interdisziplinärer Aufbaulehrgang Palliative Care 2007-2009 des Landesverbandes Hospiz NÖ) haben wir uns entschlossen unsere zweite Projektarbeit dem Thema

„Kinder und deren Begleitung bei Erfahrungen mit dem Tod“

zu widmen.

Durch persönliche Erfahrungen in unserem privaten und beruflichen Umfeld werden wir regelmäßig mit diesem Thema konfrontiert.

Optimal ist es natürlich, wenn Kinder und Jugendliche bereits während der Krankheits- und Sterbephase ihrer Angehörigen oder Freunde begleitet werden. Unser Ziel im Rahmen der Projektarbeit ist es, die Bedürfnisse und Reaktionen von Kindern und Jugendlichen nach dem Tod eines nahe stehenden Menschen darzustellen und Hilfestellungen für Betreuer und professionelle Helfer zusammenzufassen. Wir beschränken uns im Rahmen dieser Projektarbeit ausschließlich auf den Zeitraum, nachdem das Kind oder der Jugendliche mit dem Tod konfrontiert wurde.

„Unser Verhältnis zu Sterben, Tod und Trauer, die Ängste und Hoffnungen, die wir damit verbinden, sind durch viele Faktoren geprägt:

- durch unsere individuelle Erfahrungen
- durch die Gesellschaft, in der wir aufwachsen und deren dazugehörige Geschichte
- durch unsere Herkunft und Familie
- durch die Gruppen, denen wir uns ab dem Jugendalter zugehörig fühlen
- deren religiöse und weltanschauliche Hintergründe
- deren Mythen und Strategien, wie sie Schicksal interpretieren und damit umgehen.“¹

Voraussetzung für den Umgang mit trauernden Kindern ist, dass sich die Betreuer persönlich mit diesem Thema auseinandersetzen.

Persönliche Erfahrung / Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig: „Mein Großvater starb mit 84 Jahren als ich 13 Jahre war. 14 Tage vor seinem Tod verabschiedete er sich und sprach zu mir:

¹ Hinderer, P., Kroth, M., (2005). Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Ökotopia, S. 7

„Elisabeth wir werden uns nicht mehr in diesem Leben sehen, ich wünsch dir alles Gute und geh deinen Weg“. Zum Abschied machte er mir ein Kreuz auf die Stirn. Durch diese Erfahrung prägte mich mein Großvater und nahm mir die Angst vor dem Sterben und dem Tod. Dies ist mir natürlich erst viel später bewusst geworden.

Jeder Erwachsene hat seine persönlichen Trauererfahrungen. Diese müssen nicht immer mit dem Tod zu tun haben. Es können auch Abschiede und Verluste sein. „Trauer ist vielmehr ein Gefühlsspektrum, eine einzigartige, weil individuell unterschiedliche und zugleich unglaublich vielseitige Empfindung.“²

Wir alle sind keine Übermenschen, und jeder Mensch hat seine persönlichen Grenzen, die jeder für sich respektieren sollte, auch wenn es manchmal schwer fällt.

„Einem Kind nach einem großen Verlust beizustehen, kann nur ein persönliches, freiwilliges Angebot sein - es kann nicht per Dienstanweisung angeordnet werden.“³

„Gerade weil Kinder heute weniger eigene todesbezogene Erfahrungen machen und weniger Gelegenheit haben, Anteil an den Vorgängen um das Ende des Lebens zu nehmen, kommt den über das Elternhaus, die Schule und die Medien vermittelten Erfahrungen eine besondere Bedeutung zu.“⁴

² **Student, J., (2005 Auflage 6).** Im Himmel welken keine Blumen. Kinder begegnen dem Tod. Herder, S. 183

³ **Hinderer, J.** Kinder bei Tod und Trauer begleiten. S. 21

⁴ **Unverzagt, G., (2004).** Kinder fragen nach dem Tod. Herder, S. 46

Verlauf der Projektarbeit

Im ersten Schritt, der Ideenphase, haben wir uns in einer Brainstorming-Sitzung zum Thema: „Wie thematisiert man Hospiz und Palliative Care mit Kindern und Jugendlichen?“ zusammengefunden. Aus persönlichen Erfahrungen während unserer Arbeit im Hospiz- und Palliativbereich wissen wir, dass die Betroffenheit wesentlich stärker ist, wenn Kinder und Jugendliche in Begleitungen involviert sind. Wir definierten den Projektinhalt und das zu erreichende Ziel. Erste Schritte waren die konkrete Informationssammlung und die Zusammenfassung der bestehenden Angebote. Wir waren uns von Beginn an darüber einig, dass wir keine theoretische Studie machen, sondern dass wir praxisrelevante Tipps für Interessierte zur Verfügung stellen wollten.

Hauptaufgabe während der Definitionsphase war es, unseren Themenbereich zu gliedern und den Rahmen unserer Projektarbeit festzulegen. Das Projektprodukt, unsere drei Broschüren, wurde ansatzweise entwickelt und die Zielgruppe genau umrissen. Bereits in dieser Phase haben wir konkrete Überlegungen zur Gestaltung der Broschüre gemacht und die Kriterien für den Inhalt festgelegt. Umfangreiche Literatur- und Internetrecherche lieferten uns eine Fülle von Informationen. Ein klar festgelegter Zeit- und Kommunikationsplan hat uns dabei geholfen, unsere Arbeit zu koordinieren, wobei sich erste Spezialgebiete einzelner Gruppenmitglieder heraus kristallisierten.

Die Entwurf- und Vorbereitungsphase war die aufwendigste Zeitspanne. Die immer klarer werdende Struktur, die Teilnahme an themenspezifischen Veranstaltungen und Gespräche mit Fachfrauen und Betroffenen hat uns sehr motiviert. In der Umsetzung- und Durchführungsphase haben wir mit einem Sponsorenbrief konkrete Firmen und Personen angesprochen, ließen uns ein Anbot einer Druckerei erstellen und nahmen Kontakt mit der Künstlerin Frau Karin Leiter auf. Sie stimmte einer Verwendung Ihrer Aquarelle zu. Die Verschriftlichung unserer Projektarbeit stand im Vordergrund. Besonders hilfreich war uns das Feedback unserer Projektbetreuer, das uns immer wieder dazu anregte, weitere Gedanken einzuarbeiten. Die Teilnahme am europäischen Palliativkongress in Wien und an der NÖ-Hospizenquete im Landhaus St. Pölten im Mai 2009 haben uns noch wertvolle Inputs geliefert.

Zum Zeitpunkt der Abgabe unserer Projektarbeit werden die Broschüren gerade gedruckt und wir bereiten eine Präsentation vor, die einerseits als Abschluss der Projektarbeit in der Lehrgangsgruppe präsentiert wird, aber andererseits auch verwendet werden kann, um das Thema und unsere Broschüren in Expertengruppen (z.B. vor Pädagogen) vorzustellen. Um die Nachhaltigkeit zu gewährleisten, haben wir ein sehr konkretes Szenario der Verteilung

festgelegt. Eine regelmäßige Zusammenführung von Feedbacks und Erfahrungen innerhalb unserer Projektgruppe wurde vereinbart.

Grundüberlegungen

Ziel unseres gesamten Projektes ist die Auseinandersetzung und Informationssammlung zum Thema Trauer bei Kindern und Jugendlichen. Als messbares Ergebnis möchten wir drei altersspezifische Broschüren erstellen.

Zielgruppe

Zielgruppe unserer Broschüren sind erwachsene Menschen, die Kinder und Jugendliche begleiten, die unmittelbar zuvor mit dem Tod konfrontiert wurden. Ziel ist es, erste Anregungen und Hilfestellung für jene anzubieten die begleiten und zu einer weiteren, intensiveren Auseinandersetzung mit dem Thema zu motivieren. Der Zugang und Einstieg in die reichhaltige und gut sortierte Fachliteratur zum Thema Kind und Tod soll damit erleichtert werden.

Wir haben den Anspruch, zu folgenden Themenschwerpunkten erste Anregungen zu liefern:

- Umgang mit Trauer
- Einführung in die verschiedenen Vorstellungen des kindlichen Todesbegriffes
- Unterschiedliche Reaktionsmöglichkeiten im Trauerprozess bei Kindern und Jugendlichen
- Vorschläge für praktische Hilfestellungen in der Begleitung trauernde Kinder und Jugendlicher
- Konkrete Materialangebote und didaktische Anregungen
- Kontaktadressen

Wir wollen damit in erster Linie

- Betroffene und Angehörige,
- professionelle Helfer,
- Pädagogen uvm.

erreichen.

Um einer möglichst breiten Öffentlichkeit unsere Broschüre zugänglich zu machen wollen wir insbesondere die bereits vorhandenen Vernetzungsstrukturen in NÖ und Wien nutzen und die Inhalte fachlich fundiert, ansprechend präsentiert und allgemein verständlich halten.

Was ist Trauer

„Die harte Konfrontation mit dem Tod, wenn ein geliebter Mensch stirbt, bevor angemessene Abwehrkräfte entwickelt sind, löst ernsthaften Stress aus. Mit dem Tod verliert die Welt des Kindes / Jugendlichen an Sicherheit. Sie gerät aus den Fugen, denn die Erfahrung des Unabänderlichen erschüttert das Kind mit derselben Macht wie Erwachsene. [...] Welche Richtung diese Erlebnisse für das Kind nehmen, hängt auch vom Maß bereits entwickelter Ich-Stärke, der grundsätzlichen seelischen Verfassung und vor allem von der Gegenwart unterstützender Erwachsener ab, die selbst auf angemessene Art und Weise mit der Todesangst umgehen können.“⁵

Der bekannte Trauerforscher Jorgos Canacakis beschreibt im Buch von Johann – Christoph Student: Im Himmel welken keine Blumen, auf Seite 187 unter anderem:

- Trauern ist eine gesunde, lebensnotwendige und kreative Reaktion auf Verlust und Trennungseignisse
- Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, sondern nur durch sie hindurch
- Unausgedrückte Trauer wirkt lebensbehindernd
- Fließende Trauer ist ein Zeichen von Beziehungs- und Liebessfähigkeit⁶

„Trauer ist angeboren und eine Antwort der Seele und des Körpers auf Trennung und Verlust. Unterschiedlichste Emotionen wie Ärger, Wut, Verzweiflung, Hilflosigkeit, aber auch Erleichterung, Schuld und Trotz sind Ausdrucksformen bei der Trauer.“⁷

Trauer ist eine gesunde Reaktion auf Abschiede, Trennungen und Verluste. Die Welt der Kinder und Erwachsenen verändert sich, wenn plötzlich Beziehungen zu Ende gehen (Trennung vom Partner, Umzug und Tod, ...). Erwachsene und Kinder trauern auf ihre ganz persönliche Weise. Die einzelnen Reaktionen und Emotionen wiederholen sich aber bei vielen Menschen.

Trauerkonzepte können ansatzweise erfassen, was trauernde Kinder und Erwachsene möglicherweise erleben. Trauer ist auch Ausdruck von Liebe. Ausschlaggebend für die Intensität der Trauer ist natürlich die vorangegangene Intensität der Beziehung. Einzigartig

⁵ **Unverzagt**, Kinder fragen nach dem Tod. S.78

⁶ **Student, J., (2005 Auflage 6).** Im Himmel welken keine Blumen. Kinder begegnen dem Tod. Herder. S 187

⁷ Vgl. **Hinderer, P., (2005)** Kinder bei Tod und Trauer begleiten. S. 26

und individuell für jeden Menschen sind das Ausmaß, die Dauer, die zeitliche Abfolge der Trauer und vor allem die Art und Weise, seine Trauer zu leben und sie auszudrücken.

Die verschiedenen Trauerkonzepte und der Trauerzyklus - zum Beispiel, dass von Petra Hugo (TrauerWege e.V.) - können Begleitern Orientierung geben und helfen, Trauerreaktionen und Trauerprozesse zumindest in Teilen zu verstehen und hilfreich einzuordnen.

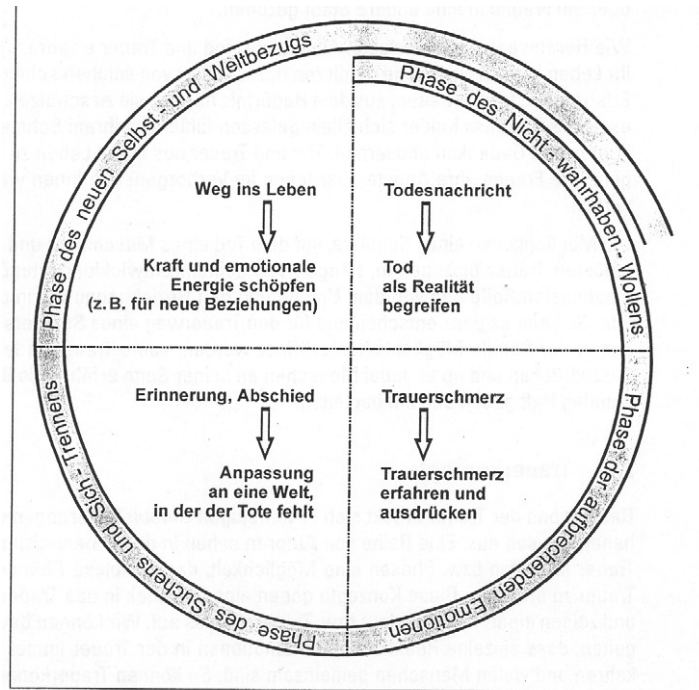


Abbildung 1

„Der offene Kreis, der Spiralweg zeigt auf, dass Trauer kein linearer Prozess mit einem Anfang und Ende ist, sondern ein zyklisch verlaufendes Geschehen mit offenem Ende. Der Weg durch die Trauer ist ein dynamischer Prozess, der nicht vorhersagbar und planbar ist. Die Übergänge sind fließend und es kommt häufig zu einem Hin und Her zwischen den Phasen. Auch müssen sie nicht unbedingt aufeinander folgen, sie können sich überlappen und auch immer wieder auftreten. Die Aufgabe im Trauerprozess besteht darin, den Verlust als einen Teil des eigenen Lebens zu begreifen und ihn ins eigene Lebenskonzept einzuordnen. Die Trauer, die sich in einem ständigen Prozess befindet, sucht ihre Entfaltung und kann somit möglicherweise auch neue Perspektiven öffnen.

Ein Schema für den Ablauf der Trauer gibt es nicht. Der Verlauf ähnelt eher einem Weg, der sich wie eine Spirale durch die Trauererfahrung bewegt. So spricht man auch vom Trauerweg, weil Trauernde die Abschnitte teilweise mehrfach durchwandern. Der Trauernde geht in den unterschiedlichen Bereichen hin und her. Er sucht einen Weg, der ihn vom Vergangenen in die Zukunft führt.“⁸

⁸ **Referat Schulpastorale**, Diözese Rottenburg (März 2009): <http://schulpastoral.drs.de/umgangtrauer.htm>

Trauerphasen

1. Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens:
2. Phase der aufbrechenden Emotionen
3. Die Phase des Suchens und Sich-Trennens
4. Die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs

Ad 1. Die Nachricht des Todes kann einen „Gefühlsschock“ auslösen. Empfindungslosigkeit, Verdrängung, Überwältigung eines zu starken Gefühls kennzeichnen diese Phase. Sie kann sich von einigen Stunden bis zu einer Woche erstrecken. Dem Trauernden fehlen oft sogar die Tränen. Kinder in dieser Phase fühlen sich oft sehr müde, können aber auch ihren Schmerz durch Weinen zum Ausdruck bringen.

Ad 2. In diese Phase treten Emotionen wie Wut, Zornausbrüche, Zukunftsängste, Ruhelosigkeit aber auch positive Erinnerungen an das gemeinsame, frühere Leben auf. Kinder erkennen nach und nach den Verlust, ihre Wut kann sich gegen jeden richten: Sie sind wütend auf den, der sie verlassen hat, auf die Situation aber auch auf denjenigen, der sie es sie zu trösten versucht.

Ad 3. Der Trauernde sucht in dieser Phase den Verstorbenen an gemeinsamen Orten, in Erinnerungen, Photos, ...es hilft, den Tod zu akzeptieren und lässt auch starke Gefühle, die sich im Weinen ausdrücken können, zu. Bei Erwachsenen kann sie Wochen bis Jahre dauern. Kinder führen gerne Zwiegespräche mit dem Verstorbenen, Photos helfen die Angst zu bewältigen, es könnte vergessen wie Mama ausgesehen hat.

Ad 4. Trennung und Verlust werden akzeptiert, eine neue Selbstständigkeit kann gelebt werden. Kinder können neue Bindungen eingehen, wenn die alten aufgegeben wurden.⁹

⁹ **Lueger-Schuster, B., Pal-Handl, K.,**(2004). Wie Pippa wieder lachen lernte. Elternratgeber für traumatisierte Kinder. Springer

Todesnachricht**(Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens)****Mögliche Trauerreaktionen**

Gefühlsschock

Empfindungslosigkeit

Abspaltung des Schmerzens

Emotionaler Schutz

Trauerschmerz**(Phase der aufbrechenden Emotionen)****Mögliche Trauerreaktionen**

Widersprüchliche Gefühle: Trauer, Wut, Enttäuschung, Schmerz, Schuldgefühle...

Erinnerung und Abschied**(Phase des Suchens und Sich-Trennens)****Mögliche Trauerreaktionen**

Gefühle (tiefer) Sehnsucht

Abschiedsschmerz

Erschöpfung

Niedergeschlagenheit

Rückzug

Der Weg ins Leben**(Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs)****Mögliche Trauerreaktionen**

neu orientieren

in die Zukunft blicken

Traueraufgabe

Den Tod als Realität akzeptieren

Todesnachricht hören und begreifen

Informationen über den Tod, die Todesursache

Traueraufgabe

Trauerschmerz erleben

Den unterschiedlichen Gefühlen begegnen und Ausdruck verleihen

Über inneres Erleben sprechen

Traueraufgabe

Erinnern

Abschiednehmen

Spuren, die der Tote im Leben, im Herzen hinterlassen hat

Sich anpassen an eine Welt, in der der Tote fehlt

Traueraufgabe

erholen

Kraft und emotionale Energie schöpfen

Abbildung 2 ¹⁰¹⁰ **Körblein, H.**, Zeitschrift: Sicher durch den Schulalltag, (Oktober 2003). Ein Platz bleibt leer... S. 7-13

Kinder trauern anders - trauern Kinder anders?

„Wenn Erwachsene Trauerprozesse oft mit dem Waten durch einen Fluss vergleichen, dessen Ufer nicht zu erkennen ist, dann stolpern Kinder in Pfützen der Trauer hinein und springen wieder weiter. Längere Trauerzustände wären eine zu große Bedrohung.“¹¹

Kinder denken und fühlen anders als Erwachsene. Kinder leben stärker in der Gegenwart, daher sind Zeiten, in denen sie sich der Situation bewusst sind, kürzer und die Stimmungen daher wechselhafter. Sie erleben jedoch die Zeit der Trauer subjektiv länger.

- Kinder sind abhängig von Erwachsenen (Sie sind abhängig davon, was ihnen gesagt wird und sie können sich nicht alleine Unterstützung holen)
- Kinder leben (wenn möglich) ihre Kreativität und ihre Ausdrucksmöglichkeiten
- Kinder benötigen in jeder weiteren Entwicklungsstufe eine erneute Auseinandersetzung mit dem Tod¹²

Meist sind Kinder doppelte Verlierer. Beim Verlust von Vater, Mutter, Geschwistern oder Großeltern verlieren sie nicht nur eine geliebte Bezugsperson, einen Freund und Spielkameraden, sondern meist auch noch über längere Zeit hinweg die Zuwendung und Aufmerksamkeit ihrer Familie, die selbst trauert. Aus unserer Erfahrung wissen wir, dass es nur wenigen Eltern gelingt, in ihrer persönlichen Betroffenheit der Trauer, die Bedürfnisse der trauernden Kinder, wie Ängste, Fragen und Schuldgefühle, wahrzunehmen und darauf zu reagieren.

Kinder brauchen in dieser Zeit jedoch besonders viel Aufmerksamkeit, um wirksame Trauerarbeit zu leisten, um sich eines Tages wieder vollständig dem Leben zuwenden zu können. Der Tod eines nahe stehenden Menschen hat für jedes Kind ganz individuelle Auswirkungen. Kinder trauern auch genauso schwer und lange wie Erwachsene - aber anders. „Kinder agieren ihre Trauer auf spontane Weise aus, weil sie noch in einer ganzheitlichen, gefühlsbetonten Welt leben. Manche Kinder ziehen sich zurück, sitzen bedrückt oder weinend in einer Ecke. Andere Kinder wiederum sind albern, lustig, fröhlich, ausgelassen und benehmen sich gerade so, als ob nichts geschehen wäre. Neben dem Tod des Vaters muss ein Kind beispielsweise noch viele „kleine Tode“ verschmerzen, weil sich damit nicht nur die familiäre, sondern auch die finanzielle Situation verändert hat.“¹³

¹¹ Vgl. **Ennulat**, *Kinder trauern anders*. S. 59

¹² Vgl. **Tuider, S.**, Vortrag 7. Nov. 2008, Mauer

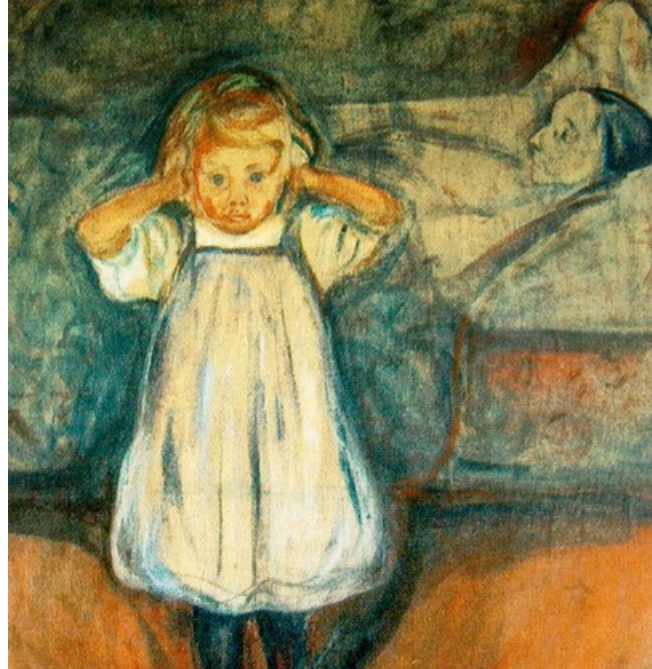
¹³ Vgl. **Franz, M.**, (März 2008, 3.Auflage). *Tabuthema Trauerarbeit: Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod*. Don Bosco Verlag, S.86

Frau Silvia Truider fasste in ihrem Vortrag am 7.11.2008 in Mauer folgende Trauerreaktionen zusammen:

- körperliche Reaktionen : Fieber, Bauchweh, Kopfweh...
- Scham
- sozialer Rückzug
- Essstörungen: Appetitlosigkeit bzw. Essen als Trost
- Schlafstörungen
- Gefühlsschwankungen
- Verleugnen, dass sich etwas verändert hat, so tun als sei nichts geschehen
- Aggression, Abwehr, Zorn: das Kind ist wütend, weil es sich im Stich gelassen fühlt
- Umkehr der Gefühle: übertriebene Fröhlichkeit
- Idealisierung der/des Verstorbenen
- Ängste: Angst alleine zu sein; Angst, dass noch jemand wichtiger sterben könnte, ...
- Schuldgefühle
- Lernschwierigkeiten, Konzentrationsschwierigkeiten
- Übernahme von Verlusten des Toten
- Anpassung
- übermäßige Reife

Viele Künstler, Maler, Sänger und Schriftsteller zeigten ihre erfahrene Trauer auf eine ganz bestimmte Weise. Als ein Beispiel führen wir das Gemälde von Edvard Munch

„Tote Mutter und Kind“ (1899/1900) an.



Erklärung des Bildes:

Ein kleines Mädchen steht allein vor seiner toten Mutter. Aber es schaut die Mutter nicht an, sondern dreht ihr den Rücken zu. Nicht Trauer, sondern Entsetzen steht ihm ins Gesicht geschrieben. Es wendet sich ab, um die tote Mutter nicht zu sehen, und hält sich die Ohren zu, um die Nachricht von ihrem Tod nicht zu hören. Wohin mit dem Schmerz, wohin mit der Angst, wohin mit der Hilflosigkeit dem Tod zu begegnen?

Mit großen Augen blickt es in die Leere. Mit den angewinkelten Armen und den spitzen Ellbogen scheint es alles wegzustoßen, was ihm zu nahe kommt. Es lässt niemanden an sich heran, und es schützt sich, indem es das ganze Geschehen einfach nicht wahrhaben will. Edvard Munch sagte: „Ich male nicht, was ich sehe, sondern was ich sah.“

Dieses Bild entstand aus der Erinnerung an den Tod seiner eigenen Mutter. Sie starb mit 30 Jahren kurz nach der Geburt ihres fünften Kindes. Edvard war damals erst fünf Jahre alt.

Das dargestellte Mädchen ist seine um ein Jahr ältere Schwester Sophie. Auch wenn der Tod der Mutter, der Schwester Sophie und des Vaters für Edvard Munch schon lange zurückliegen,

sind die Erfahrungen der Kindheit doch so lebendig geblieben, dass sie ihn zum Malen des Bildes drängten. Kinder vergessen nicht.

Ein ungesunder oder fehlender Umgang mit Tod und Sterben kann dazu führen, dass einen der Schmerz ein Leben lang begleitet. Mehr noch, er kann auf Dauer so krank machen, dass ein ‚normales‘ Leben nicht mehr möglich ist. „Persönliche Beziehungen werden leicht brüchig. Soziale Isolierung und Einsamkeit fördern eine depressive Entwicklung, die von schier endlos erscheinender Trauer nicht mehr loskommt. Am Ende mag das Leben des heil- und hilflosen Trauernden durch Selbsttötungsgedanken vielleicht selbst gefährdet sein.“

So muss das kleine Mädchen auf Munchs Bild ‚Die tote Mutter‘ die Trauer durchleben und durchleiden. Nur so wird sie ihren Schmerz und ihre Hilflosigkeit überwinden. Der Tod ist allgegenwärtig. Er zieht sich wie eine Kette vieler kleiner Tode in Form von Abschied, Trennung und Verlust durch unser gesamtes Leben. Weglaufen ist somit nicht möglich und auf gar keinen Fall gesund.

Kinder müssen zur Auseinandersetzung mit dem Tod bereit sein. Man darf Kinder nicht zur Trauer zwingen, aber man sollte sie auch davor nicht beschützen wollen.¹⁴

Grundsätze für die Begleitung trauernder Kinder und Jugendlicher

Trauernde Kinder und Jugendliche brauchen

- aufrichtige Antworten
- den realen Abschied vom Verstorbenen
- Gemeinschaft
- Rituale
- Orte der Besinnung und Symbole der Erinnerung
- Möglichkeiten, ihre Gefühle offen auszuleben
- Orientierung, Stabilität und Kontinuität
- „trauerfreie“ Zonen
- Aufmerksame Begleiter
- gefühlsstarke und sensible Erwachsene
- Trost
- Einfühlsame Gesprächspartner

¹⁴ Vgl. **Finger, G.** (Jänner 2009) S.15-18 und **Hermann, I., Sole`-Vendrell, C** <http://www.diplomarbeiten24.de/vorschau/23252>

- Erinnerungen
- altersgemäße Ausdrucksformen
- und Hoffnung¹⁵

¹⁵ **Franz, M.**, (März 2008, 3. Auflage). Tabuthema Trauerarbeit: Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod. Don Bosco Verlag S. 7

Entwicklungsstadien

Kleinkinder 0-6 Jahre

Todesvorstellungen

Todesvorstellungen von Kindern unter 3 Jahren:

- Der Tod kann nicht begriffen werden. Es ist ein abstrakter Begriff.
- Tod bedeutet: Abwesenheit auf Zeit, als Trennung von etwas Liebgewordenen.
- Schon vorübergehende Trennungen werden wie ein „kleiner Tod“ erlebt.
- Die Endgültigkeit kann nicht verstanden werden
- Durch die enge gefühlsmäßige Verbundenheit mit der Mutter oder anderen nahe stehenden Menschen erlebt das Kleinkind die Empfindungen dieser Menschen mit. Es „schwingt“ in der Trauer mit und nimmt Veränderungen in der Umgebung wahr.

Todesvorstellungen von Kindern zwischen 3 und 6 Jahren:

- Das Kind in diesem Alter kann nur vage Vorstellungen entwickeln. Der Tod ist für das Kind immer noch ein vorübergehender Zustand. Je näher das Kind dem Schulalter rückt desto leichter wird im Ansatz die Endgültigkeit begriffen.
- Tod wird gleichgesetzt mit Dunkelheit und Bewegungslosigkeit
- Tod ist immer „der Tod der anderen“. Er trifft auf keinen Fall Kinder.
- Der Tod trifft höchstens alte, „böse“ Menschen.¹⁶
- Besonders wichtig erscheint die Tatsache, dass Kinder im „magischen Vorschulalter“ zu Allmachtsgefühlen neigen.

Man kann Kindern gegenüber nicht oft genug betonen, dass sie niemals am Tod schuld sind.
(Gedanken können nicht töten)

Reaktionen der Trauer

Reaktionen der Trauer unter 3:

- Änderung des Ess- und Schlafverhaltens
- Reizbarkeit
- Weinen
- Wut, Zorn, Frust, Angst usw. Sie können und sollen gezeigt und ausgelebt werden
- Warten auf Bezugspersonen und Suchen der abwesenden Person

¹⁶ Vgl. Specht-Toman, M., Tropper, D., (2000). Wir nehmen jetzt Abschied. Patmos

Reaktionen der Kinder zwischen 3 und 6 Jahren:

- großes Bedürfnis den Tod zu erforschen. Ohne Angst und Scheu fragen Kinder nach dem Tod und wollen ihn auch selbst in der Natur erforschen.
- Sehr beliebt sind Spiele wie Krieg, Unfall, Krankenhaus oder Begräbnis. Jede Form von „tot sein und wieder lebendig werden“ wird im Spiel bearbeitet.
- Verwirrung bei konkreten, schweren Verlusten verbunden mit Suchen
- Alltägliche Ängste können aktiviert oder reaktiviert werden
- Entwicklungsrückschritte (Regression) sind möglich

Der wichtigste Punkt ist die Individualität in Ablauf, Dauer und Ausprägung der Trauer

Was kann ICH tun / Trost und Unterstützung

Trost für Kinder unter 3:

- Keine Veränderung der häuslichen Abläufe und Pflegegewohnheiten (Essenszeiten, Spielzeiten, Singen, Geschichtenvorlesen und vieles mehr sollten „so wie immer“ stattfinden)
- Emotionale Zuwendung: Kleine Kinder verstehen das Geschehen noch nicht, spüren aber die Trauerreaktionen der Erwachsenen um sie herum. Daher brauchen sie viel Nähe durch Berührungen und Zärtlichkeiten.
- Den Tod beim Namen nennen („Opa kommt nicht mehr, er ist gestorben“, keine Metaphern verwenden wie „Oma ist eingeschlafen“)
- Einfache Rituale wie z.B. das Entzünden einer Kerze, Blumen pflanzen, ein Bild malen. Hierzu eine praktische Erfahrung: Eine Freundin hatte während der Vorbereitung zu dieser Arbeit eine Totgeburt. Ihre zweieinhalbjährige Tochter hat ihren Bruder gesehen und auch berührt. Gemeinsam mit ihren Eltern suchte sie für ihn ein kleines Kuscheltier aus um es ihrem Bruder „mit auf den Weg“ zu geben.

Trost für Kinder zwischen 3 und 6:

- Unterstützung des starken Bedürfnisses den Tod zu erforschen
- Ermutigung um Fragen zu stellen, sich an Gesprächen zu beteiligen (kein „Dafür bist du noch zu klein“)
- klare Antworten auf Fragen
- Förderung des kreativen Ausdrucks
- Sicherheit geben: Lob und Anerkennung für alle ihre Aktivitäten zur Stärkung des Selbstwertgefühls.¹⁷

¹⁷ Vgl. Specht-Toman, M., Tropper, D., (2000). Wir nehmen jetzt Abschied. Patmos

Was immer wichtig ist:

- Sich viel Zeit für das Kind nehmen, nicht nur, um mit ihm über seine Trauer zu sprechen, sondern um einfach Zeit mit ihm zu verbringen.
- Falls das Kind möchte, auch körperliche Zuwendung geben: kuscheln, Händchen halten, toben und ringen, Haare wuscheln oder bürsten, Hand auf die Schulter legen, Huckepack nehmen. Das vermittelt Schutz durch Geborgenheit.
- Dem Kind Gelegenheit geben, sich in den Armen eines Erwachsenen auszuweinen.
- Die eigene Trauer ehrlich zeigen und mit dem Kind teilen.
- Den Ausdruck des Kindes für seine Trauer respektieren und nicht unterdrücken, sondern in Bahnen lenken (z.B. einen Sandsack geben, in den es boxen kann)
- Das Kind glücklich sein lassen, wenn es eine Pause von der Trauer braucht.¹⁸

Begräbnis:

- Auch kleinen Kindern sollte man die Teilnahme am Begräbnis ermöglichen, wenn sie den Wunsch äußern. Man sollte jedoch nicht erstaunt sein, wenn Kinder kurz vorher ihre Meinung ändern. Daher kann es hilfreich sein, schon im Vorfeld eine Alternativprogramm zu überlegen.
- Das Kind sollte auf das Ereignis vorbereitet werden, indem man z.B. den Ablauf schildert.
- Wichtig ist eine nicht direkt betroffene Begleitperson, die sich um das Kind kümmert und auf Wunsch des Kindes das Begräbnis auch frühzeitig verlässt.

Literaturempfehlung für diese Alterstufe

Für Kinder:

Kaldhol, M., (1987). Abschied von Rune. Ellermann

Saras Freund Rune ertrinkt beim Spielen. Die Endgültigkeit von Runes Tod ist für das kleine Mädchen unfassbar. Mutter und Großmutter begleiten Sara liebevoll durch die Schmerzen ihrer Trauer.

¹⁸ **Hinderer P., Kroth M.**, (2005) Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Ökotopia S.62

Kirchberg, U., (1997). Trost für Miriam. Ellermann

Dieses Buch zeigt, wie schmerzhaft der Tod eines Tieres (Wellensittich) oder Menschen sein kann, zeigt aber auch die erneute Hinwendung zum Leben auf.

Saegner, U., (2009). Sarah`s Mama. Wenn die Mutter stirbt. Hospiz Verlag

Sarah trauert um ihre Mutter, aber sie ist nicht allein. Jemand ist bei ihr, geht mit ihr durch den Tag, versteht sie, steht ihr bei.

Varley, S., (1984): Leb`wohl lieber Dachs. Annette Betz

Alle Tiere trauern um den geliebten und geachteten Dachs. Zuerst ist die Trauer bei ihnen groß. Mit der Zeit aber kommt eine Phase der dankbaren Erinnerung und sie erzählen sich fröhliche Geschichten, die sie zusammen mit dem Dachs erlebt haben.

Velthuijs, M., (1998) Was ist das? Fragt der Frosch. Verlag Sauerländer (ab 3 Jahre)

Der Frosch entdeckt im Gras eine tote Amsel. Auf sehr schöne, einfache Weise beginnen er und seine Freunde zu verstehen, was Tod bedeutet und wie schön das Leben sein kann.

Wild, M., Brooks, R., (1997). Das Licht in den Blättern. Moritz Verlag

Großmutter und Enkeltochter Schwein verbringen zufrieden ihr Leben miteinander. Doch die Großmutter wird eines Tages sehr müde....dieses Buch zeigt, das Abschied von einem vertrauten Menschen nicht nur traurig und schmerzhaft sein muss.

Für Erwachsene:

Kewett Jarrat, C., (2006). Trennung, Verlust und Trauer. Beltz

Warmherziger Rat und neue praxiserprobte Methoden wie Kinder geholfen werden kann Trennungen (Tod, Scheidung, schwere Krankheit aber auch Umzug), ihre Traurigkeit und andere Gefühle zu überwinden.

Lueger-Schuster, B., Pal-Handl, K. (2004) Wie Pippa wieder lachen lernte. Springer Verlag

Elternratgeber für traumatisierte Kinder.

Praxisbezogene Tipps zur Trauma- und Trauerverarbeitung werden leicht verständlich dargestellt und verweisen auf das Bilderbuch mit der traumatisierten Pippa und dem Löwen Leo-Rix, ihrem Helfer. Umfangreiches Adressen- und Literaturverzeichnis.

Specht-Toman, M., Tropper D., (2000). Wir nehmen jetzt Abschied. Patmos Verlag

Unverzagt, G., (2004). Kinder Fragen nach dem Tod. Herder Verlag

Für Pädagogen:

Everding, W., (2005). Wie ist es tot zu sein? Herder Verlag

Vorschläge für den pädagogischen Alltag im Umgang mit dem Thema Tod, Trauerarbeit mit betroffenen Kindern.

Hinderer, P., Kroth, M., (2005). Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Ökotopia Verlag

Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und Zuhause, viele praktische Beispiele für Rituale.

Scheilke, C., Schweitzer, F., (2000). Wir nehmen jetzt Abschied. Patmos Verlag

Religionspädagogisches Werk. Zeigt auf wie Erziehende und Kinder mit dem Thema tot und Sterben im Kindergarten und der Welt der Kinder konkret umgehen können.

Hilfreiche Internetseiten:

www.die-boje.at

www.rainbows.at

www.kindertrauer.info

www.kinder.trauer.org

www.trauernde-kinder.de

Grundschulkinder 6 - 10 Jahre

Todesvorstellungen

Kinder haben große Angst davor, von ihren Eltern verlassen zu werden. Diese Verlustangst beginnt mit einem Jahr und kann bis ins siebte, achte Lebensjahr andauern. Deshalb wirkt auch eine vorübergehende Trennung, die Abwesenheit von Mutter und Vater oft so dramatisch.

„5-6 jährige Kinder fassen Sterben und Tod häufig als Bestrafung für böse Taten auf und verbinden damit die Vorstellung des Begrabenwerdens. In diesem Alter beginnen Kinder manchmal aus Wut Todeswünsche gegen Mutter, Vater oder Geschwister zu äußern.“¹⁹

„Im Grundschulalter begreift das Kind allmählich die Endgültigkeit des Todes. Das magische Denken des Vorschulkindes („Wenn ich ganz lieb bin, wird die Mama nicht sterben“) weicht einer realen Einschätzung des Todes. [...] Sie glauben weiterhin, davon nicht betroffen zu sein.

[...] Zwischen fünf und neun Jahren geben viele Kinder dem Tod ein Gesicht: der schwarze Mann, der Totenkopf, ein Skelett, ein Geist oder ein Schatten. Dieses Wesen kann sich unsichtbar machen, ist ganz leise, tanzt mit Geistern, hinterlässt Fußspuren, schickt Vorboten und agiert meist in der Dunkelheit. Der Tod holt die Bösen und Ungehorsamen. Man kann ihm also enttrinnen, wenn man brav, schnell und geschickt ist. Auch das soziale Umfeld und kulturelle Faktoren haben einen nicht unerheblichen Einfluss auf die Vorstellung eines personifizierten Todes (Religion, Horrorfilme, Märchen).²⁰

„Mit sechs, sieben Jahren erweitert sich der gedankliche Bezugsrahmen des Kindes. Die Vorstellungskraft, die Einsicht in den Unterschied zwischen tot und lebendig sind mit beginnendem Schulalter so weit gereift, dass Kinder die Unausweichlichkeit und Endgültigkeit des Todes langsam begreifen. Ein Todesfall im Bekanntenkreis, über den ein Kind noch ein Jahr vorher einfach hinweggesehen hätte, zieht jetzt eine Lawine von Fragen nach sich.“²¹

„Sie zeigen großes sachliches Interesse und stellen gezielte Fragen. Die Unbefangenheit von Kinderfragen kann uns den Atem verschlagen. Das Kind fragt direkt:

¹⁹ **Hinderer**, (2005) Kinder bei Tod und Trauer begleiten. S 29

²⁰ Vgl. **Unverzagt**, Kinder fragen nach dem Tod. S. 88

²¹ Vgl. **Unverzagt**, Kinder fragen nach dem Tod. S. 89-91

- Wann stirbst du?
- Wie alt bist du?
- Wie alt sind Menschen wenn sie sterben?“²²
- Was passiert mit meinem Körper?
- Kann ein Toter fühlen?

Eine persönliche Erfahrung (Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig): Mein Sohn hatte in diesem Alter folgendes Gespräch mit meinem Mann: „Papa ich will nicht das du bald stirbst“ „Wie kommst du darauf?“ „Weil du schon so alt bist - du hast schon sowenig Haare.“

„8-9 jährige Kinder haben größtenteils kognitiv erkannt, dass alle Menschen, auch sie selbst mit eingeschlossen, einmal sterben müssen. Sie zeigen großes Interesse an dem, was nach dem Tod passiert.“ Normalerweise wissen Kinder ab dem achten Lebensjahr, dass der Körper eines Verstorbenen zerfällt. Dieser Gedanke ist für sie aber so unerträglich, dass sie beginnen an die Unsterblichkeit zu glauben, unabhängig von der Religionszugehörigkeit. „9-10 jährige Kinder sehen Sterben und Tod sachlich. Der Tod ist ein Naturphänomen. Er tritt ein, wenn ein Tier oder Mensch nicht mehr atmet. Der Tod ist unausweichlich und nicht umkehrbar.“²³

Was kann ICH tun / Trost und Unterstützung

„Der erste Trost, den wir Erwachsenen einem Kind geben können, ist: traurig sein zu dürfen“²⁴
Die Begleitung von trauernden Kindern kann nur gelingen, wenn man persönlich bereit ist, sich auf die Situation des betroffenen Kindes einzulassen und die Dinge aus ihrem Blickwinkel zu sehen.

Trösten lässt sich aber nur mit der Wahrheit, dass heißt sie brauchen klare, wahre und altersgerechte Informationen. „Niemand ist sensibler für unsere Gedanken, Gefühle und Worte als der Trostsuchende selbst.“²⁵

Einen wesentlichen Unterschied macht es, ob ein naher Angehöriger eines Schülers oder ein Mitschüler verstorben ist. Im ersten Fall ist der Kontakt mit den Betroffenen nach dem Tod eines Familienmitglieds von großer Bedeutung. „Hier wird die Basis für eine „weitere

²² Vgl. **Unverzagt**, Kinder fragen nach dem Tod. S. 28

²³ Vgl. **Hinderer, P., Kroth, M., Sander, K.**, (2005). Kinder bei Tod und Trauer begleiten: Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause. Ökotoxia. S. 30

²⁴ **Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg** (März 2009):

<http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf> Über den Umgang mit trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule Seite 34

²⁵ **Reschke, E., Jacob, E.**, (2008) Gemeinsam trauern: Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule. Lahn. S. 8

Zusammenarbeit gelegt. Trauernde Kinder brauchen in erster Linie verlässliche und tragfähige Beziehungen zu einem oder mehreren bedeutungsvollen Erwachsenen“²⁶

In der Schule und im Hort verbringen Kinder häufig fast den ganzen Tag. Hier besteht die Möglichkeit, auf die Kinder einzugehen. In einem Gespräch muss aber unbedingt geklärt werden, ob es dem betroffenen Kind auch recht ist, wenn in der Klasse darüber gesprochen wird und welche Bedürfnisse jetzt gerade Vorrang haben. Bei einem Todesfall in der Familie wird das Kind wahrscheinlich einige Tage zu Hause bleiben. Diese Zeit kann genutzt werden, um die Klasse auf die Rückkehr vorzubereiten.

Für Lehrkräfte und Erzieher/Innen sind wichtige Tipps in der Broschüre „Vom Umgang mit Trauer in der Schule“ Ministerium für Kultur, Jugend und Sport Baden-Württemberg zusammengefasst. Einige Möglichkeiten zur Gestaltung eines Schultages, wenn eine Todesnachricht überbracht wird, wie folgt beschrieben:

- Der Schultag sollte so gestaltet werden, dass das Alltägliche (Tests, Schularbeiten) ausgesetzt werden kann.
- In einer ruhigen und konzentrierten Runde z.B. Stuhlkreis kann die Todesnachricht überbracht werden.
- Umschreiben sie die Umstände nicht, sondern erklären sie wie es zum Tod kam. Auch bei Suizid muss die Todesursache genau benannt werden
- Konkrete Fragen sollen beantwortet werden, mit der eigenen persönlichen Überzeugung, unter Umständen mit dem Hinweis, dass man dies auch anders sehen kann. Fragen, auf die man selber keine Antworten gefunden hat, sollte man offen lassen.
- Frage nach der Trennung von Körper und Seele: Die meisten Kinder kennen aus dem Kindergarten das Buch „Die kleine Raupe Nimmersatt“ von Eric Cale. Während ihres irdischen Lebens „frisst“ sie sich durch unterschiedliche Gemüse, puppt sich schließlich in einen Kokon, der am Ende zerfällt, also „stirbt“, um ein wunderbarer Schmetterling zu werden. Bezugnehmen auf solche Metaphern kann hilfreich sein.²⁷
- Ein Gebet sprechen, ein Lied singen.
- Zeit und Raum geben um die Todesnachricht zu realisieren.

²⁶ Vgl. **Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg** (März 2009): <http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf> Über den Umgang mit trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule Seite 33

²⁷ **Flottmann, N., Niederstadtkötter, A.**, (2007). Ich will nicht, dass die tot sind! Die Themen Sterben und Katastrophen mit Grundschulkindern. Verlag an der Ruhr. S. 18-19

- Die Geschichte „Leb wohl, lieber Dachs“ vorlesen. Die Geschichte beinhaltet viele Aspekte, Trauer, Tod und Hoffnung und bietet so die Möglichkeit, über diese Themen ins Gespräch zu kommen.
- Fragen an die Kinder stellen (jedoch ohne das betroffene Kind): Wie würde ich mich fühlen? Was würdet ihr euch wünschen, wenn ihr in die Klasse zurückkommt? Wollt ihr einen Willkommensgruss für das trauernde Kind vorbereiten, z.B. ein gemeinsam gemaltes Bild?
- Teilnahme an der Beerdigung: Eine Teilnahme an der Beerdigung kann nur mit Abstimmung der betroffenen Angehörigen und mit Einwilligung der Eltern der Klassenkameraden erfolgen. Gegebenenfalls sollte kurzfristig ein Elternabend einberufen werden.²⁸
- Die Klasse kann eine Trauerkarte oder einen Kranz selbst gestalten.

Thema Schuldgefühle:

Oftmals leiden trauernde Kinder unter Schuldgefühlen. Sie denken dann, der Tod hat etwas damit zu tun, dass sie sich falsch verhalten haben. Ist die Klassengemeinschaft durch den Tod eines Mitschülers betroffen, ist es wichtig deutlich zu machen, dass kein Mensch nur Freunde hat.

„Man kann Weinenden nicht die Tränen abwischen ohne sich die Hände nass zu machen“
(afrikanisches Sprichwort)

Kinder brauchen die Zeit und den Raum um ihre Bedürfnisse auszudrücken, und sie brauchen auch die Freiheit ihre Trostbilder selbst auszuwählen. Die Unterstützung eigener Ideen und Wünsche (z.B. zur Beerdigung gehen, Blumen kaufen) ist für die Kinder sehr wichtig.

Folgend eine persönliche Erfahrung (Dr. Doenicke-Wakonig): Als mein Schwiegervater starb, konnte unser jüngster Sohn nicht bei der Beerdigung dabei sein. Wir machten später eine Trauerfeier mit ihm am Grab und auf seinen Wunsch hin spielte er dort Trompete „weil der Opa das immer so gern hatte“. Das Bild von Opa stand lange Zeit auf seinem Nachkästchen, irgendwann kam es dann in ein Fotoalbum. Kinder brauchen eine Gedenkstätte, und sie brauchen Rituale.

²⁸ Vgl. **Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg** (März 2009):
<http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf> Über den Umgang mit trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule

„Es wäre besser, du wärst zu selben Stunde wiedergekommen“, sagte der Fuchs. „Wenn du zum Beispiel um vier Uhr kommst kann ich um drei Uhr anfangen glücklich zu sein. Es muss feste Rituale geben.“²⁹

Rituale entstehen durch die Übernahme von Traditionen. Kinder können durch alltägliche, oft zufällige Handlungen Rituale entwickeln. Rituale stärken die Identität, reduzieren die Ängste und verhelfen zur Selbstständigkeit.

Beispiele für Rituale.

- Kerze entzünden (Entzünden einer Kerze zum Gedenken. Es ist wichtig, dass eine Kerze sichtbar entzündet wird und länger brennt.)
- Steine gestalten (Steine sind durch ihre Vielgestaltigkeit ein gutes Symbol, um Gefühle beim Tod eines Menschen auszudrücken.)
- Samen und Blumenzwiebeln säen (als Zeichen der Hoffnung, Samenkörner / Blumenzwiebeln müssen sterben, damit Blumen wachsen können)
- Briefe schreiben, Bild malen (beides kann eventuell bei der Beerdigung zum bzw. ins Grab gelegt werden)

Zitat von Selma Freiberg: „Ein Kind, das seine eigene Fantasie benutzt, um seine Probleme zu lösen, arbeitet an seiner eigenen geistigen Gesundheit“³⁰

Kinder verarbeiten Trauer durch das freie Spielen. Im Spiel kann das Kind gewisse Situationen nachspielen, sein Erschrecken ausdrücken und dabei auch Fragen stellen oder auch eine neue Rolle ausprobieren.

Was man nicht tun sollte:

- Worte wie Tod und Sterben blumig ausdrücken: z.B. Opa ist eingeschlafen, die Tante ist jetzt ein Engel, Gott hat ihn heimgeholt. Kinder nehmen das Gesagte wörtlich, sie glauben was ihnen gesagt wird. Wenn Opa eingeschlafen ist, dann muss er auch wieder aufwachen.
- Sätze verwenden wie: „Ich weiß wie du dich fühlst ...“ .Wenn sie es nicht selbst erlebt haben, können sie es nicht nachempfinden. Besser wäre der Satz: „Ich weiß nicht wie du dich fühlst, aber ich kann mir denken, dass es dir schlecht geht“.
- „Du bist noch jung, das Leben geht weiter.“ Diese Worte nehmen den Schmerz nicht ernst.

²⁹ Vgl. **De Saint-Exupery, A.**, (2008). Der kleine Prinz. Rauch

³⁰ Vgl. **Finger, G.**, (2008). Wie Kinder trauern. Kreuz, S. 44

- „Ein Glück, dass sie jetzt erlöst ist und keine Schmerzen mehr hat.“ Sie hat keine Schmerzen mehr, aber um welchen Preis?³¹

Bücher über den Tod – können sie helfen?

Das Buch dient als Informationsquelle, und Bilderbücher ermöglichen Nähe und bieten gleichzeitigen Schutz vor zu viel davon, weil sie erlauben, verschlüsselte Bilder zu deuten - oder eben nicht. Es bleibt dem Betrachter überlassen, ob er in der handelnden Figur ein trauerndes Tier oder sich selbst erkennt.³²

Literaturempfehlung für diese Alterstufe

Für Kinder:

Bourguignon, L., Haut, V., (2005). Der alte Elefant. Brunner Verlag Giessen

Der alte Elefant und die kleine Maus sind dicke Freunde. Der alte Elefant wird immer schwächer und die kleine Maus hilft ihm auf die Brücke und lässt ihn gehen. Sie ist ganz sicher: Eines Tages sehen sie sich wieder! Ab 5 Jahre

Canacakis, J. Bassfeld-Schepers, A. (1994). Auf der Suche nach den Regenbogentränen. C.Bertelsmann

Heilsamer Umgang mit Abschied und Trauer in Märchenform. Literatur für Erwachsene und Betroffene aber auch zum Lesen und Vorlesen. Ab 9 Jahre

Carle, E., (1998). Die kleine Raupe Nimmersatt. Gerstenberg Hildesheim

Wie die kleine Raupe Nimmersatt zu einem wunderschönen Schmetterling wird. Ab 2 Jahre

Fried, A., Gleich, J.(1997). Hat Opa einen Anzug an? Carl Hanser Verlag

Bruno kann es nicht genau sehen, denn sein Opa liegt im Sarg und der Sarg ist hoch aufgebahrt. Ab 5 Jahre

Hubka, CH., Hammerle, N., (2004). Wo die Toten zu Hause sind. Tyrolia

Wohin gehen die Toten? Was passiert nach dem Sterben? Im Anhang erhalten Eltern und ErzieherInnen einfühlsame Tipps, wie sie Kinder auf dem Weg der Trauer begleiten und sie so auf dem Weg des inneren Wachstums unterstützen können. Ab 4 Jahre

³¹ Vgl. <http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf> Über den Umgang mit trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule. (2008)

³² Vgl. **Unverzagt, Kinder fragen nach dem Tod**. S. 104

Nicholls, S., (2008). Wie man unsterblich wird. Carl Hanser

Eine Geschichte vom Sterben, die voller Lebensfreude ist. Ab 10 Jahre

Nilsson,U., Erikson, E., (2006). Die besten Beerdigungen der Welt. Moritz Verlag

Drei Kinder im Kindergarten und Volksschulalter erleben und begreifen das Thema: Tote Tiere. Was ist für sie wichtig wenn sie Abschied nehmen. Ab Kindergartenalter

Oeyen,W., Kaldhol, M., (1987). Abschied von Rune. Ellermann

Saras Freund Rune ertrinkt beim Spielen. Die Endgültigkeit von Runes Tod ist für das kleine Mädchen unfassbar. Mutter und Großmutter begleiten Sara liebevoll durch die Schmerzen ihrer Trauer. Ab 5-6 Jahre

Pfundner, I., Stich, P., (2006). Paul und der rote Luftballon. Babu Verlag

„Niemand weiß, wohin der Ballon fliegt. Niemand weiß, wohin die Seele des Menschen geht, aber ich werde das, was du mir erzählen willst, ganz sicher erfahren!“ Ein Buch über das Leben, den Tod und das Wunder der Freundschaft. Ab 9 Jahre und für Erwachsene zum miteinander Lesen

Saalfrank, H., Goede, E., (2006). Abschied von der kleinen Raupe. Echter

Dieses Buch ermuntert Kinder über den Tod zu sprechen, da das Leben hier nicht mit dem Tod endet. Ab Kindergartenalter

Snunit, M., Golomb, N., (2006). Der Seelenvogel. Carlsen Verlag

In diesem Buch wird mit Bildern und wenigen Worten versucht, dem Kind ein Gefühl für die Seele zu vermitteln. Ab 8 Jahre

Tropper, D., (2003). Mama, gibt es einen Katzenhimmel. Leykam Verlag

Eine Geschichte über den Verlust einer Katze (ab Kleinkinder und Volksschulalter). Im hinteren Teil des Buches wertvolle Tipps für Trauerarbeit mit Kinder und Jugendlichen (wie können Eltern / Angehörige Kinder begleiten).

Varley, S., (2000). Leb wohl, lieber Dachs. Annette Betz Verlag

Alle Tiere trauern um den geliebten und geachteten Dachs. Zuerst ist die Trauer bei ihnen groß. Mit der Zeit aber kommt eine Phase der dankbaren Erinnerung und sie erzählen sich fröhliche Geschichten, die sie zusammen mit dem Dachs erlebt haben. Ab 6 Jahre

Weigelt, U., Kadmon, C., (2004). Der alte Bär muss Abschied nehmen. Nord –Süd Verlag
Der Bär ist krank und schwach geworden. Er hat ein langes und erfülltes Bärenleben gelebt. Alle Tiere haben sich in seiner Höhle versammelt, um sich von ihm zu verabschieden. Ab 4 Jahre

Zoche, Pater Hermann-Josef, (2006). Papa, was ist der Tod-ein Kind fragt nach dem Leben. Landesverband Hospiz Niederösterreich

»Wir müssen Abschied nehmen«. Tod - das ist eine Urerfahrung, die keinem Kind erspart bleibt. Wenn Kinder dann fragen, dürfen sich die Erwachsenen nicht vor einer Antwort drücken. Ab Vorschulalter

Zöllner , E., (2004). Auf Wiedersehen, Mama. Fischer TB Schatzinsel

Flora ist 13 Jahre als ihre Mutter an Krebs erkrankt. Zum Glück hat Flora ein Tagebuch, dem sie alles anvertrauen kann. Eine Geschichte vom Abschiednehmen, Loslassen und Weiterleben. Ab 10 Jahre

Für Erwachsene

Biesinger, A., Gaus, E., und R., (2008). Warum müssen wir sterben. Herder

Man kann Kinder nicht davor bewahren, dass sie mit Trauer und Tod konfrontiert werden- sei es in der Familie, bei Gleichaltrigen oder Freunden. Es ist wichtig offen und ehrlich auf ihre Fragen einzugehen.

Ennulat, G., (2003). Kinder trauern anders. Herder

Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten.

Fässler-Weibel, P., (1999). Wie ein Blitz aus heiterem Himmel. Paulusverlag

Ein Tod durch Herzstillstand, Unfall oder Verbrechen kommt unvermittelt und plötzlich. Er trifft die Angehörigen besonders hart: Sie konnten sich nicht vorbereiten und Abschied nehmen; sie fühlen sich ohnmächtig oder reagieren aggressiv; soziale Netze zerreißen. Daraus entstehen Hilflosigkeit, Vorwürfe und Unverständnis. In diesem Band berichten persönlich und beruflich Betroffene über ihre Erfahrungen. Sie machen sensibel für die Situation der jeweils anderen Beteiligten und fördern damit ein besseres gegenseitiges Verständnis.

Fässler-Weibel, P., (2001). Nahe sein in schwerer Zeit. Paulusverlag

Im Gegensatz zur Begleitung Sterbender wird die Betreuung der Angehörigen und Hinterbliebenen weitgehend vernachlässigt. Das Buch nimmt die Situation der Angehörigen auf. Auf verständlicher Weise zeigt er Wege zu einer fruchtbaren Begegnung mit ihnen.

Finger, G., (2008). Wie Kinder trauern. Kreuz

Kindliche Trauer ist für uns nicht immer leicht zu erkennen, denn Kinder trauern anders. Manche von ihnen werden albern und lachen sogar, wenn sie über den Tod sprechen, andere verschließen sich und lassen niemanden an sich heran.

Flottmann, N., Niestadtkötter, A., (2007). Die Themen Sterben und Katastrophen mit Grundschulkindern. Verlag an der Ruhr

Franz, M., (2008) Tabuthema Trauerarbeit Don Bosco

Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod

Hinderer, P., Kroth, M., (2005). Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Ökotopia Verlag

Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und Zuhause, viele praktische Beispiele für Rituale.

Kübler-Ross, E., (1984). Kinder und Tod. Kreuz Verlag

Wie gehen Kinder mit dem Tod um? Anhand von Erlebnissen, Gesprächen und Briefen beschreibt die bekannte Sterbeforscherin Elisabeth Kübler-Ross, was der Tod für Kinder bedeutet.

Lueger-Schuster, B., Pal-Handl, K. (2004) Wie Pippa wieder lachen lernte. Springer Verlag
Elternratgeber für traumatisierte Kinder. Praxisbezogene Tipps zur Trauma- und Trauerverarbeitung werden leicht verständlich dargestellt und verweisen auf das Bilderbuch mit der traumatisierten Pippa und dem Löwen Leo-Rix, ihrem Helfer. Umfangreiches Adressen- und Literaturverzeichnis.

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, (2006). Vom Umgang mit Trauer in der Schule. Bräuer Verlag

Müller, M., (2004). Dem Sterben Leben geben. Gütersloher Verlagshaus

Die Begleitung sterbender und trauernder Menschen als eine besondere Form gemeinsam erlebbarer Spiritualität

Nicholls, S., (2008). Wie man unsterblich wird. Carl Hanser

Eine Geschichte vom Sterben, die voller Lebensfreude ist.

Reschke, E., (2008). Gemeinsam trauern. Lahn
Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule

Schmitt, E., (2005). Oskar und die Dame in Rosa. Fischer Taschenbuch Verlag

Specht-Tomann, M., (2008). Wenn Kinder traurig sind. Patmos
Wie wir helfen können. Was können wir Erwachsene tun, um Kindern zu helfen, Trauer zu bewältigen?

Student, J., (1992). Im Himmel welken keine Blumen. Herder
Rebellierend und zärtlich, weise und traurig: so begegnen Kinder dem Tod. Ein sensibles Buch, das Erfahrungen weitergibt und trostreiche Perspektiven eröffnet.

Student, J., (2004). Sterben, Tod und Trauer – Handbuch für Begleitende. Herder
Menschlich leben bis zuletzt: Die Hospizbewegung bietet die Alternativen. Es informiert über alle wichtigen Themen: von "Abschied" bis "Zu Hause sterben". Sowohl aus der Perspektive von Angehörigen als auch aus der Perspektive von professionell oder ehrenamtlich Begleitenden.

Unverzagt, G., (2004). Kinder fragen nach dem Tod. Kreuz
Kinder konfrontieren uns mit Tabuthemen, sie fragen nach, auch zu Tod und Sterben.

Hilfreiche Internetseiten:

www.die-boje.at

www.rainbows.at

www.kindertrauer.info

www.kinder.trauer.org

www.trauernde-kinder.de

<http://schulpastoral.drs.de/KuJtrauern.pdf> Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg (März 2009)

Jugendliche Phase 1: 10 - 14 Jahre und Phase 2: 14 – 18 Jahre

Entwicklungspsychologie

Nach einer Phase zwischen Kindheit und Jugend, in der das Interesse für das Thema Tod zurücktritt, nähert sich das Todesverständnis der Kinder ab dem zehnten Lebensjahr sehr stark dem der Erwachsenen. In diesem Altersabschnitt ist das Todesverständnis zunehmend von der Erwachsenenwelt, von äußeren Bedingungen geprägt, was man am Beispiel der Vielfalt kindlicher Jenseitsvorstellungen demonstrieren kann. Aus dieser Vielfalt lassen sich vier Typen der Jenseitsvorstellungen bei Kindern etwa ab dem neunten Lebensjahr abstrahieren:

1. Es komme nichts mehr nach dem Tod, weil alles vorbei ist.
2. Ein geistiger Teil des gestorbenen Menschen existiere in einer jenseitigen Welt fort. Unter Umständen können die Lebenden sogar Kontakt mit ihm aufnehmen.
3. Der christliche Auferstehungsglaube bietet sowohl vielen Erwachsenen als auch Kindern Trost angesichts ihrer Todesfurcht.
4. Von der Reinkarnationsvorstellungen ausgehend, meint man, nach dem Tode wiedergeboren zu werden.

Jugendliche 10-14 Jahre

Aufgrund der sich entfaltenden Fähigkeit zum abstrakten Denken ist die Einsicht in das Wesen und den Bedeutungsumfang des Todes erst um Alter von 11-14 Jahren möglich. Ab dem zehnten Lebensjahr werden kindliche Todesvorstellungen mehr und mehr abstrakt. Alle wesentlichen Denkmuster, die auch die Erwachsenen anwenden, sind den Kindern dieser Altersgruppe bereits zugänglich.

Der Blick des Kindes richtet sich jetzt verstärkt auf die Frage des „Wie“ des Sterbens und auf die Suche nach dem „Sein“ und nach dem Tod. In diesem Alter reflektieren Kinder oft auch über Gerechtigkeit / Ungerechtigkeit, über das Schicksal und das Übernatürliche.

Die deutlich gestiegene Angst vor dem Tod und vor dem Sterben, die viele Kinder in dieser Altersstufe von sich weisen, wird verursacht durch erhöhte Empathiefähigkeit, das Wissen um die objektiven Merkmale des Todes (insbesondere über die biologischen Vorgänge, Aussetzen der lebenserhaltenden Körperfunktionen, Verwesung usw.) und die spürbaren Folgen des Todes eines Menschen. Die Bedeutung des Todes als definitive Trennung wird anerkannt.

Zusammenfassend kann man von der kognitiven Entwicklung des kindlichen Todesverständnisses sagen, dass diese mit der einsetzenden Pubertät generell abgeschlossen wird. Der Blick des Kindes richtet sich jetzt direkt auf den Tod, nicht nur auf die Peripherie, wie Särge oder Gräber.

Mit zunehmendem Alter vergrößert sich die Furcht vor dem Tod. Je genauere Kenntnis über biologische Vorgänge, über Schmerzen des Sterbenden und über das Ausmaß des Todes für die Hinterbliebenen, desto größere Angst vor dem Tod. Dazu tragen einerseits die allmähliche Erkenntnis über die Dimensionen des Todesbegriffes (Irreversibilität, Universalität etc.) und andererseits Unklarheit über bestimmte Aspekte des Todes bei. In diesem Alter beginnen sich sowohl das kognitive Todesverständnis des Kindes als auch die kindliche Todesangst den Todeskonzepten der Erwachsenen anzugleichen.

Jugendliche 14 – 18 Jahre

Nach der traditionellen Auffassung ist die Lebensphase der Pubertät durch extreme Stimmungsschwankungen und ein unberechenbares Verhalten charakterisiert. Es ist eine Zeit der Umstellungen in vielen Bereichen, denen eine Änderung der hormonalen Funktionen zugrunde liegt. In dieser Zeit sind die Jugendlichen häufig emotional durcheinander und labil, d.h. besonders verwundbar. Auch auf gewöhnliche Ereignisse reagieren sie oft überempfindlich. Im Vergleich mit der vergangenen Entwicklungsphase sind emotionale Reaktionen von pubertierenden Kindern auffallender, impulsiver. Die Jugendlichen schenken eigenen Gefühlen und eigenem Empfinden größere Beachtung als früher. Folglich werden sie mehr introvertiert in dem Sinne, dass sie schwer in der Lage sind Emotionen nach außen weiterzuleiten. Die Heranwachsenden errichten eine unsichtbare Mauer um ihre Innenwelt. Daher ist auch der Tod ein schwieriges Thema in diesem Alter.

Mit der eintretenden Pubertät hängen grundsätzliche Veränderungen der Denkweise zusammen. Nach J. Piaget wird diese Entwicklungsphase als Stadium formaler logischer Denkopoperationen bezeichnet. Die Heranwachsenden sind imstande, hypothetisch zu überlegen, d.h. unabhängig von einer konkreten Problembestimmung.³³ Schrittweise eignen sich die Jugendlichen abstraktes Denken in dem Maße an, dass sie über viele verschiedene Möglichkeiten, sowohl über reale als auch imaginäre Aspekte eines Vorgangs nachdenken können. Für die Pubertät sind Gedanken darüber kennzeichnend, wie diese Welt sein könnte, bzw. sollte. In der Regel sind die Jugendlichen auch hyperkritisch, unsicher und alles auf sich beziehend. Durch die Suche nach der eigenen Identität, durch Gefühle der Verunsicherung und notwendiger Neuorientierung wird im Jugendalter die Sinnfrage des Lebens eindringlicher. Damit richtet sich das Interesse der jungen Menschen verstärkt auf die Fragen nach dem Tod, besonders nach dem eigenen Tod. Alle wesentlichen Denkmuster, die auch die Erwachsenen haben, sind in der Regel auch Pubertierenden zugänglich.

³³ **Zimbardo, P.G., Gerrig, R.J.**, (2008, 18. Auflage). Psychologie. Pearson Studium S. 374

Der Tod, besonders der Selbstmord, kann eine gewisse Faszination auf Jugendliche ausüben, z.B. in Bestrafungsphantasien gegenüber den Eltern oder in der Beeinflussung durch bestimmte Jugendidole oder Peer Groups. Heranwachsende sind bereits zur Erkenntnis über die Endgültigkeit und die weit reichende, unausweichliche emotionale Bedeutung des Todes gekommen und deshalb drücken sie sehr oft in rau formulierter Abwehr ihr Unbehagen am Tod aus.

Im Jugendalter versucht man oft, seine Trauer selbst zu gestalten d.h. seine Gefühle um den Verlust eines geliebten Menschen auf eine individuelle, spezifische Weise zu verarbeiten. Damit hängen oft auch eigene entwickelte Trauerrituale zusammen. In der Auseinandersetzung mit den (Todes-)Vorstellungen der sie umgebenden Erwachsenenwelt entwickeln Heranwachsende mehr und mehr eigene Todeskonzepte. In dieser Auseinandersetzung kann der Jugendliche sowohl die Rolle des Opponierenden („ich denke anders“) als auch die Rolle des Übernehmenden („das glaube ich auch“) spielen.

Todesvorstellungen

Drei Gruppen von Jugendlichen lassen sich bezüglich ihrer Einstellung zum Tod unterscheiden.

1. Gruppe: Sie stehen dem Tod „sachlich“ gegenüber. Es berührt sie wenig, denn ihre Lebenswirklichkeit ist eher auf die positiven Seiten des Lebens gerichtet, der Tod existiert für sie in weiter Ferne. Sie fühlen sich selbst durch den Tod nicht bedroht, scheinen kalt zu sein, sind es aber im Grunde nicht. Er kommt nur in ihrem unmittelbaren Leben nicht vor. Diese Beschreibung dürfte heute für einen großen Teil der Jugendlichen, die oft als Fun-Generation beschrieben werden, zutreffen.
2. Gruppe: Sie reagieren in Bezug auf die Todeswirklichkeit mit einem mehr oder minder brutalen Zynismus, der aber nur die Angst vor dem Tod verbergen soll.
3. Gruppe: Sie zeigen aus einer Weltschmerzstimmung heraus eine gewisse Todessehnsucht, die sich normalerweise bald wieder gibt. Bei sehr labilen Jugendlichen und krisenhaften äußeren Umständen kann sich diese Stimmung allerdings verfestigen und zu schwerer Suizidgefährdung führen. Der Tod wird als „Erlösung“ herbeigesehnt, wenn Jugendliche sich von allen unverstanden fühlen oder vor den Schwierigkeiten kapitulieren möchten. Zumindest wird der eigene Selbstmord zur eigenen Entlastung und zur Bestrafung der „unverständigen

Anderen“, meist der Eltern, fantasiert. Sie malen sich aus, wie der Tod auf diese Anderen wirken würde.³⁴

Das Interesse der Jugendlichen kann sich nunmehr verstärkt auf die Fragen nach dem Jenseits richten. Dabei ist eine Vielfalt der Jenseitsvorstellungen festzustellen, aus denen sich vier Typen der Vorstellungen über das Sein nach dem Tod abstrahieren lassen:

a) Nach dem Tod ist alles vorbei, und es kommt nichts danach. Nach der letzten österreichischen Jugendwertestudie 1999/2000 tendieren 23% zu der Vorstellung, dass nach dem Leben alles aus ist. Dahinter steckt zumeist eine Enttäuschung über die Naivität der traditionellen Jenseitsbilder, die als kindlich zurückgewiesen werden.³⁵

b) Bezugnehmend auf die populäre Literatur über Nahtoderfahrungen bzw. über Berichte von reanimierten Patienten sowie auf die vielfachen Darstellungen in Filmen äußern viele junge Menschen, aber auch Erwachsene, Vermutungen über eine jenseitige Welt, in der ein geistiger Teil des Menschen fortexistiert, zu dem man unter Umständen sogar Kontakt aufnehmen könne.

c) Der christliche Auferstehungsglaube bietet nach wie vor vielen Kindern und Jugendlichen Trost angesichts ihrer Todesfurcht. Weit verbreitet ist die dualistische Auffassung des Jenseits. Lautet die Aufgabe, das Jenseits zu malen oder zu zeichnen, stellen viele Schülerinnen und Schüler eine dualistisch geteilte Jenseitswelt mit Himmel und Hölle dar.

In der österreichischen Jugendwertestudie 1999/2000 gaben 45% der 14-bis 24-Jährigen an, an ein Leben nach dem Tod zu glauben. 24% der 14- bis 24-Jährigen glauben an einen Himmel. Von der Existenz der Hölle sind nur mehr 12% überzeugt.

d) Reinkarnationsvorstellungen sind in der heutigen Zeit auch in Europa und Amerika unter Jugendlichen und Erwachsenen weit verbreitet. Dabei handelt es sich nicht um ein Pendant zur buddhistischen Reinkarnationslehre, sondern vielmehr um ein modernes Erklärungsmuster für den Sinn des Lebens in Anlehnung an das Werden und Vergehen in der Natur – z. B. im Laufe der Jahreszeiten – sowie die Hoffnung auf individuelle Fortexistenz und Weiterentwicklung.

Reaktionen der Trauer

Jugendliche reagieren bei Tod eines Angehörigen in der Regel mit ganz großer Tapferkeit, was fast „cool“ wirkt. Aber nicht, weil sie das sind, sondern weil sie spüren, dass jetzt ev. das System zusammenbricht, in dem sie leben: die Familie. Wenn Mutter und Vater wie gelähmt

³⁴ Vgl. Schwarz, E. (Dezember 2008) Religionspädagogisches Institut Loccum, <http://www.rpi-loccum.de/download/schent.rtf>

³⁵ Vgl. Friesl, C., (2000). Experiment Jung-Sein. Die Wertewelt österreichischer Jugendlicher. Czernin

sind, kann das Kind vielleicht die einzig handlungsfähige Person sein und die Verwandten darüber informieren, was passiert ist. So kann es sein, dass ein Jugendlicher in der Schule – obwohl in Trauer – nichts von seiner Trauer zeigt. Sie können oftmals nichts zeigen, auch über einen langen Zeitraum nicht, weil sie sich zuständig fühlen, dass das System, die Welt, die Ordnung, in der alles abläuft, einigermaßen intakt bleibt.

Jugendliche haben eine rasche Wechselmöglichkeit zwischen großen Gefühlen, die sie zeigen und dann plötzlich – nichts mehr zu spüren. Junge Menschen können sehr weinen in ihrer Trauer und im nächsten Moment sich die Tränen abwischen und fragen: „In welchen Film gehen wir jetzt?“ Das ist bei Erwachsenen so nicht möglich. Diese Tatsache kann einen Begleiter durchaus verunsichern. Das hat nichts damit zu tun, dass sie nicht trauern – sie trauern nur anders. Trotz dieser Andersartigkeit möchten Jugendliche von Erwachsenen ernst genommen werden. Manchmal kann es aber auch die eigene Unsicherheit sein, die einen Jugendlichen dazu veranlasst, bewusst oder unbewusst, Schutzmechanismen einzusetzen. Es wird vielleicht Härte demonstriert, wo Verletzlichkeit vorhanden ist. Diese manchmal unverständlichen Handlungsweisen erfordern ein besonderes Maß an Toleranz.

Jugendliche haben die Fähigkeit, Trauer zu vertagen. Es gibt Jugendliche, die in diesem tapferen Zustand viel länger bleiben als die restliche Familie und sich dann erst viel später noch einmal einen Menschen suchen, mit dem sie ihre Trauer besprechen können.

Viele Jugendliche haben Angst vor Trauerzwang und damit auch Angst vor verordneten Ritualen. Deshalb gehen die meisten Jugendlichen nicht gerne mit ihren Eltern auf den Friedhof. Sie gehen vielleicht auch nicht gerne in die Kirche, wo man immer wieder des toten Menschen gedenkt. Das ist für sie ein Eingriff in ihre Gefühle. Deshalb wollen sie ihre Eltern vielleicht nicht weinen sehen und gehen nicht mit zum Grab. Das ist wichtig zu respektieren auch wenn viele Erwachsene es als Kränkung erfahren, wenn Jugendliche sagen, dass sie diesen Prozess nicht mit ihnen zusammen durchleben möchten.

Es kann sein, dass in der Trauer manchmal auch ein Rückzug aus der Familie stattfindet. Jugendliche nehmen Erwachsenen möglicherweise übel, wenn sie zur Tagesordnung übergehen. Wenn den Platz am Tisch, an dem der Verstorbene saß, zu schnell und ohne Rücksprache einfach jemand anderer einnimmt. Das gilt auch für das Klassenzimmer: wenn man für den Verstorbenen keinen Platz mehr lässt oder nicht mehr mit ihm und über ihn redet. Das ist für Jugendliche etwas ganz Heiliges. Jugendliche können es manchmal einem überlebenden Elternteil übel nehmen, dass sie noch leben und der andere nicht. Wenn diese dann bald eine andere Bindung eingehen, fühlen sich Jugendliche ganz schnell einsam.

Wenn in einer Familie ein Todesfall eintritt (Elternteil oder Kind stirbt), fühlen sich die überlebenden Kinder völlig einsam, weil ja dann die Mutter, wenn der Mann stirbt oder ein anderes Kind, durch die Trauer so absorbiert ist, dass sie für die Überlebenden fast nicht mehr ansprechbar ist. Das führt zu Verletzungen, zu Wut und zu Schuldgefühlen – bis hin zu dem Wunsch, selbst sterben zu wollen – auch um auszuloten, wie wichtig sie selbst noch sind.

Grundgedanken, die im Umgang mit der Trauer der Jugendlichen hilfreich sein können:

Lehrerinnen und Lehrer sind es gewohnt, in ihre Berufsrolle eingebunden zu sein. In Zeiten der Trauer und der existenziellen Betroffenheit der Schüler kann es für diese hilfreich sein, ihre Lehrer als Menschen wahrzunehmen. Selbst Gefühle zu zeigen, mit den Schülern darüber zu reden, etwas von sich selbst und der eigenen Trauer zu erzählen – das kann verbinden und schafft Vertrauen. Im Umgang mit der Trauer der Jugendlichen sollte man unbedingt authentisch bleiben. „Dies bedeutet für den begleitenden Erwachsenen oftmals Wege ins Unbekannte zugehen, neue Grenzen bei sich und anderen zu erfahren und vor allen Dingen aushalten zu lernen“.³⁶

An allen mit dem Todesfall zusammenhängenden Feierlichkeiten, Ritualen und Treffen sollten Jugendliche teilnehmen können. Auch gesellschaftlich nicht anerkannte Verhaltensweisen, was die Trauer und die damit verbundenen Emotionen betrifft, sollten nach Möglichkeit akzeptiert werden. Es gibt ganz unterschiedliche Formen der Trauer und des Abschiednehmens. Es wäre ein Fehler zu versuchen den Jugendlichen eigene, bekannte und für sich selbst stimmige Formen der Bewältigung von Trauer aufzudrängen. Es kann sein, dass die vorhandenen Verarbeitungsstrategien unserer Gesellschaft und Religion bei den Jugendlichen keine Anerkennung finden. Der Weg sollte deshalb nicht über Rezepte erfolgen, sondern mit den Jugendlichen besprochen werden, sodass sie ihre eigenen Ideen und Vorstellungen einbringen können. Deshalb sollte man sich erkundigen, wie und auf welche Art und Weise sie Abschied nehmen möchten. Man neigt dazu, Jugendlichen die Erwachsenenrolle zuzuschreiben, weil sie dies mit ihrem Verhalten oft auch fordern und herausfordern. Gerade in belastenden Situationen sollte man beachten, dass diese Momente die Jugendlichen gleichermaßen überfordern wie die Erwachsenen auch. Verlusterlebnisse, in manchen Fällen verbunden mit Schuldgefühlen, können im Prozess der Identitätsfindung unter

³⁶ **Franz, M.**, (März 2008, 3. Auflage). Tabuthema Trauerarbeit: Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod. Don Bosco Verlag. S 167

Umständen ganz schnell pathologische Ausmaße annehmen. Professionelle Hilfe ist hier unbedingt angezeigt.³⁷

"Hilfe für trauernde Jugendliche gibt es so gut wie keine", sagt Ulrike Bilger, Leiterin einer Hospizgruppe. „Oftmals werden die Jugendlichen in ihrer Trauer behandelt wie Erwachsene. Doch das funktioniert nicht. Jugendliche gehen ganz eigene Wege der Trauer. Sie hören laute Musik, gehen in die Disco... Wenn die Mädchen und Jungen nicht über den Tod reden, bedeute dies nicht, dass sie nicht trauern“, erklärt die Sozialarbeiterin. Jugendliche spüren zudem auch viel feiner als Erwachsene, ob die entgegengebrachte Anteilnahme ehrlich ist. Oft finden sie Beerdigungen "ätzend" und eine Grabrede "total peinlich".

www.allesistanders.de ist eine Homepage für trauernde Jugendliche. "Das ist unser Ziel mit der Homepage: Dass die Teenager sich im Chatroom austauschen und viel über ihre Trauerlernen." Zudem sollen sie merken, dass die andern ihren Schmerz verstehen. "Sie müssen darüber sprechen, doch wenn sie in ihrem normalen Umfeld zulange trauern, werden sie von ihren Freunden oft als Stimmungskiller betrachtet. Einladungen bleiben aus, und die Einsamkeit beginnt", betont Bilger. Täglich sitzt die Leiterin mehrere Stunden am Computer. "Vielen reicht der Austausch über Mail. Wenn es aber schwieriger wird, versuche ich schon mal, jemanden zum Therapeuten zuschicken." ³⁸

Was kann ICH tun / Trost und Unterstützung

Nach einer Konfrontation mit dem Tod können Jugendliche schwieriger zu „handhaben“ sein, können sich zurückziehen oder Schwierigkeiten haben, sich auszudrücken. Hilfe von Erwachsene kann in dieser Altersstufe nur ein Angebot an Jugendliche sein und niemals aufdrängt werden (z.B. Name und Telefonnummer aufschreiben und Bereitschaft zur Begleitung anbieten). Praktische Erfahrungen aus der sozialpädagogischen Arbeit haben gezeigt, dass Ermutigung und Aushalten die beiden wichtigsten Elemente in der Begleitung Jugendlicher sind. Die jungen Menschen brauchen Begleiter, die ihnen Mut machen, ihren eigenen Weg der Trauer zu gehen, denn Trauer ist harte Seelen-Arbeit. Hilfreich kann es sein Trauer als einen wichtigen Prozess anzuerkennen, zu begreifen, dass uns Trauer hilft, lebendig zu bleiben.

³⁷ Vgl. **Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg** (März 2009). <http://schulpastoral.drs.de/KuJtrauern.pdf>

³⁸ Vgl. **Steinhart, A.** (Dezember 2008) <http://www.veid.de/1044.0.html>

Ein wesentlicher Schritt in der Begleitung ist, die Reaktionen des/der Jugendliche/n zu normalisieren: d.h. vermitteln, dass das, was jetzt passiert, eine übliche Reaktion auf ein nicht-übliches Ereignis ist. (Normalität vermitteln).

Das Ermutigen zum Sprechen oder Schreiben über das Ereignis sind weitere Elemente der Begleitung. Tagebuchschreiben ist eine Methode, die Jugendlichen helfen kann und ihrem Bedürfnis nach Autonomie entgegenkommt. Ermunterung, das Ereignis und eigene emotionale Reaktionen aufzuschreiben, kann motivieren. Hier ist besonders liebevolle und sensible Unterstützung notwendig.

Ein konstruktiver Schritt kann sein nachzufragen, was nach anderen belastenden Situationen geholfen hat und ob dies auch in dieser Situation helfen könnte. Jugendliche erleben in solchen Situationen oft ein massives Gefühl der Hilflosigkeit. Gibt man ihnen einfache und bewältigbare Aufgaben, so kann man diesem Gefühl entgegen wirken. Z.B. könnte man Rituale anregen, die das Abschiednehmen erleichtern. Konkrete Vorschläge sind meist nicht notwendig, hilfreicher ist es auf das kreative Potential junger Menschen zu vertrauen und es anzuregen.

Die Teilnahme an Begräbnissen von Gleichaltrigen ist in der Gruppe meist leichter zu bewältigen als im Alleingang. Auch hier sind angepasste oder selbst entwickelte, alters- und peergruppenspezifische Rituale hilfreich. Konkrete Anregungen sind meist gar nicht erforderlich – die Jugendlichen haben meist einen reichen Schatz an Ideen und brauchen nur jemanden, der Mut macht, „es zu tun“.

Manchmal brauchen junge Menschen auch jemanden, der zugesteht und vielleicht sogar dazu ermuntert sich abzulenken, sich etwas Gutes zu tun oder z.B. Sport zu betreiben, einem Hobby nachzugehen usw. - das Leben weiter zu leben. Kinder und Jugendliche sind, von Ausnahmen abgesehen, wie bei anderen heftigen Emotionen so auch bei der Trauerarbeit, auf Bewegung angewiesen. Dies ist dann kein harmloses oder „verdrängendes“ Spiel, sondern aktive und notwendige Bewältigungsstrategie und Prävention.

Das Anbieten von Informationen über allfällig installierte Hotlines oder die Ö3-Kummernummer (anonym lässt sich oft leichter sprechen...) kann entlasten.

Als Erwachsener ist man dazu aufgerufen, sehr sensibel für die Probleme einzelner Jugendlicher zu sein. Es ist die Aufgabe, Veränderungen im Verhalten und Auffälligkeiten zu

beobachten und zu benennen. Im Zweifelsfall Rücksprache zu halten oder professionelle Hilfe anzufordern.

Interventionen in Klassen:

Grundsätzlich sollten LehrerInnen gemeinsam agieren, nicht jede Lehrperson für sich (es kann auch zuviel werden!) Probleme haben immer Vorrang, auch vor dem Unterricht: Eine „Schul-Alltags-Struktur“ beizubehalten gibt aber auch Sicherheit.

Gespräche mit den SchülerInnen über das Ereignis stehen im Vordergrund. Gemeinsame Überlegungen, welche Möglichkeiten es gibt, mit dem Schicksalsereignis umzugehen, können neue Türen eröffnen. Auch Erklärungen zu Krisenverläufen können angeboten werden. Die Anregung mit Freunden, Eltern, Lehrern oder Lehrerinnen und Verwandten immer wieder das Gespräch zu suchen, sollte mehrmals wiederholt werden.

Wenn Jugendliche bei Todeserfahrungen persönlich dabei waren, kann man sie anregen zu erzählen. Jenen, die nicht zuhören wollen, soll angeboten werden, dass sie die Möglichkeit haben, den Raum zu verlassen – möglichst in Begleitung eines Erwachsenen.

Literaturempfehlung für diese Alterstufe

Für Jugendliche

Korschunov, I., (2003). Die Sache mit Christoph. Dtv, ab 12 Jahre / Unfall oder Selbsttötung eines Jugendlichen

Mazer, H., (1992). Wenn Kevin bleibt. Dtv ab 12 Jahre / Wie geht es weiter, nachdem die Eltern bei einem Flugzeugabsturz ums Leben kommen?

Schmitt, E., (2005). Oskar und die Dame in Rosa. Fischer Taschenbuch Verlag

Semper, L., Kaldhol, M., (2001). Auf einer Harley Davidson möchte ich sterben. Beltz , ab 14 Jahre / Nachdenken eines Jungen über die Selbsttötung

Zanger, J., (2001). Warum haben wir nichts gesagt. Beltz, ab 12 Jahre / Selbstmord eines Klassenkollegen

Zöller, E., (2004) Auf Wiedersehen, Mama. Fischer, ab 10 Jahre / Tagebuch einer 13-jährigen über die krebserkrankte Mutter und den bewussten Abschied von ihr

Für Erwachsene

Jäckl, K., (1988) Furcht vor dem Leben. Wenn Jugendliche den Tod als letzten Ausweg sehen. Bechtermünz Verlag

Erstellen von Broschüren

Gesamtdesign

„Gutes Design ist gut lesbares, einfaches Design. Gutes Design darf weder monoton noch überladen sein. Gutes Design ist ganz klar: es führt den Leser, das ist das oberste Prinzip. Damit meine ich in erster Linie Übersichtlichkeit und Lesefreundlichkeit.“ Rolf F. Rehe ist international tätiger Zeitungs- und Mediendesigner und Direktor von Design Research International.³⁹

Die wichtigsten Design-Prinzipien:

Organisation: Die Elemente einer Seite sollen gut erkennbar und klar gegliedert sein, durch Weißraum oder Linien

Einfachheit: Gutes Design ist einfaches Design. Wenn viel auf einer Seite stehen muss, sollten die einzelnen Elemente grafisch leichter gehalten sein.

Kontrast: Eindrucksvoll, aber sparsam einsetzen. Wird z.B. ein großes Foto verwendet, kann die Überschrift auch kleiner sein. Bei Schriftmischungen aufpassen, dass die Schriften gut kontrastieren, sich aber stilistisch nicht in die Quere kommen.

Einheitlichkeit heißt nicht Monotonie, aber ein roter Faden sollte sich durch das Druckwerk ziehen, dem Leser Vertrautheit geben mit durchgängiger Verwendung typografischer Elemente, einer bestimmten Bildsprache oder Farbgebung.

Textschriften:

Eher schwerere Schriften mit ausgewogener Strichstärke verwenden

Schriften mit relativ großer x-Höhe in Größen zwischen 9 und 11 Punkt wählen

Absätze, Zwischentitel, Zitate und ähnliche Elemente häufig einsetzen, um lange Textblöcke aufzulockern.

Überschriften: sehr große x-Höhen verleihen der Überschrift maximale Wirkung

Eine mäßige Schriftverengung bewirkt, dass mehr Buchstaben in weniger Augenspannen gelesen werden können.

Wort und Satzbau

„Wer kommuniziert muss sich auf den Kommunikationspartner einstellen“⁴⁰

„Man gebrauche gewöhnliche Worte und sage ungewöhnliche Dinge“ war schon eine Empfehlung des großen Schopenhauer.

³⁹ Vgl. Rehe, R., Zeitschrift periodikum (2/2008). Design Research International

⁴⁰ Franck, N., (2003). Handbuch Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Fischer. S. 39

Formulierungen sollen kurz, prägnant, konkret und anschaulich sein. Es sind vor allem Verben, die Texte konkret und anschaulich machen, ihnen Farbe geben und Leben einhauchen. Es ist darauf zu achten, dass sie nicht von Substantiven verdrängt werden (Umwandlung in Hauptwörter durch z.B. das anhängen der Silbe –ung, ...). Der Nominalstil ist schwerfällig und in der Regel ist ein Text auch umso schwerer zu verstehen, je weniger Verben er enthält. Schachtelsätze und lange Hauptwortkombinationen sind schwer verständlich und motivieren nicht weiter zu lesen. Ebenso die Verwendung von vielen Fremdwörtern oder Fachbegriffen und Abkürzungen.

Die richtige Satzlänge gibt es nicht, wohl aber die richtige Mischung aus kurzen Sätzen die leicht verständlich sind und längeren Sätzen mit mehr Wörtern, um Farbe in den Text zu bringen. Zu lange Sätze entwirrt man, indem man das wichtigste zuerst setzt: Satzgegenstand und Satzaussage an den Satzanfang und Nebensätze anhängt.

Zur Verwendung von Bildmaterial scheinen folgende Empfehlungen aus der Zeitschrift periodikum 2/2008; Seite 26 relevant:

- Keine abgedroschenen Symbolfotos verwenden
- Sparsam mit Fotomontagen umgehen
- Motive nicht immer mittig positionieren, das nimmt jede Spannung

„Ein gutes Erscheinungsbild ist kein Luxus. Die Professionalität muss dort enden, wo sie nichts mehr bringt.“ sagt Mag. Harald Blümel / Marketing und Kommunikationsleiter Hilfswerk Österreich in einem ORF Interview im Februar 2009.

Die Qualität einer Drucksorte suggeriert dem Leser einen Eindruck über die Qualität der Inhalte. Papier- und Druckqualität sind von finanziellen Rahmenbedingungen abhängig.

Aufbau einer Broschüre:

Ein Titel muss auffallen, sollte unverwechselbar sein und sich leicht einprägen. Bei der Wahl des Titels muss auch an die Gestaltung gedacht werden. Lange Titel sind grafisch schwer umsetzbar. Das hat uns im Laufe unserer Projektarbeit immer wieder vor Probleme gestellt.

Die Titelseite ist das Schaufenster der Broschüre. Wer auf die erste Seite einen Ladenhüter stellt, darf sich nicht wundern, wenn niemand in den Innenteil kommt. Ein Blickfang soll sorgfältig gewählt werden und Auslöser für positive Gefühle sein.

Doppelseiten gestalten:

Wer eine Broschüre aufschlägt, hat zwei Seiten im Blick. Was als Einheit wahrgenommen wird, soll auch als Einheit gestaltet werden. Die rechte Seite wird gewöhnlich mehr beachtet, daher ist es hilfreich mit einem Blickfang den Leser auch auf die linke Seite zu locken. Leere Bereiche können ansprechende, bewusst eingesetzte Elemente sein die einem zuviel an Text auf jeden Fall vorzuziehen sind. Das Impressum ist Teil jeder Broschüre.

Finanzierung und Umsetzung:

Die Broschüren erstellen wir aus Mangel an finanziellen Mitteln selber. Für Design und Layout stellt eine Kollegin ihr Know How zur Verfügung. Zeitgleich haben wir versucht, durch persönliche Kontakte Sponsoren aufzutreiben und diverse Angebote von Druckereien einzuholen. Es war uns wichtig, dass wir durch die Unterstützung bei der Finanzierung nicht an bestimmte Kreise gebunden sind.

Konzept zur Verbreitung:

In Niederösterreich werden wir über diverse Vernetzungsmöglichkeiten, die uns zur Verfügung stehen, die Broschüre vertreiben. Wir werden die Palliativ Care Beauftragten bitten, die Broschüre in den flächendeckend stattfindenden Bezirksarbeitskreisen vorzustellen. Außerdem werden wir versuchen die Broschüre über den Landesverband Hospiz NÖ, ev. auf dessen Homepage zu bewerben. In Wien werden wir ausgehend von der Beratungsstelle des CS-Hospiz Rennweg die in Wien vorhandenen Einrichtungen kontaktieren. Eine „Bewerbung“ auf der CS Homepage wird angestrebt.

Textentwurf Broschüre

- Format A5 erstellt im „InDesign“
- Titelbild: Karin Leiter Aquarell

Textpassagen für alle drei Broschüren

Einführung

Kinder und Jugendliche die mit dem Tod eines nahen Menschen konfrontiert wurden, brauchen Erwachsene die sie begleiten. Voraussetzung für den Umgang mit trauernden Kindern ist, dass sich die Begleiter persönlich mit diesem Thema auseinandersetzen. Sich dem zu stellen ist eine Herausforderung die Mut braucht.

Jeder Erwachsene hat seine persönlichen Trauererfahrungen. Diese müssen nicht immer mit dem Tod zu tun haben. Es können auch Abschiede und Verluste sein. Wir alle sind keine Übermenschen und jeder Mensch hat seine persönlichen Grenzen, die jeder für sich respektieren sollte, auch wenn es manchmal schwer fällt.

Einem Kind nach einem großen Verlust beizustehen, kann nur ein persönliches, freiwilliges Angebot sein - es kann nicht per Dienstanweisung angeordnet werden.

Optimal ist es natürlich, wenn Kinder und Jugendliche bereits während der Krankheits- und Sterbephase ihrer Angehörigen oder Freunde begleitet werden. Unser Ziel ist es, die Bedürfnisse und Reaktionen von Kindern und Jugendlichen nach dem Tod eines nahe stehenden Menschen darzustellen und Informationen und Hilfestellungen für Begleiter, Betreuer und professionelle Helfer zusammenzufassen.

Kinder machen heute weniger eigene todesbezogene Erfahrungen. Sie haben heute weniger Gelegenheit Anteil an den Vorgängen um das Ende des Lebens zu nehmen.

Wir wollen mit den Informationen und Tipps in dieser Broschüre dazu Mut machen sich auf Begleitungsprozesse einzulassen und den Kindern und Jugendlichen beizustehen um letztendlich selber an diesen Prozessen zu wachsen.

Was ist Trauer

- Trauern ist eine gesunde, lebensnotwendige und kreative Reaktion auf Verlust und Trennungseignisse.⁴¹
- Sie ist angeboren und eine Antwort der Seele und des Körpers auf Trennung und Verlust.
- Unterschiedlichste Emotionen wie Ärger, Wut, Verzweiflung, Hilflosigkeit, aber auch Erleichterung, Schuld und Trotz sind Ausdrucksformen bei der Trauer.⁴²
- Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, sondern nur durch sie hindurch.
- Unausgedrückte Trauer wirkt lebenshindernd.
- Fließende Trauer ist ein Zeichen von Beziehungs- und Liebesfähigkeit!
- Die harte Konfrontation mit dem Tod, wenn ein geliebter Mensch stirbt, löst ernsthaften Stress aus.
- Mit dem Tod verliert die Welt des Kindes an Sicherheit. Sie gerät aus den Fugen, denn die Erfahrung des Unabänderlichen erschüttert das Kind mit derselben Macht wie die Erwachsenen.
- Welche Richtung diese Erlebnisse für das Kind nehmen, hängt vom Maß bereits entwickelter Ich-Stärke und der grundsätzlichen seelischen Verfassung ab. Vor allem aber ist es davon abhängig in wie weit unterstützende Erwachsene, die selbst auf angemessene Art und Weise mit der Todesangst umgehen können, das Kind begleiten.⁴³
- Trauer ist eine gesunde Reaktion auf Abschiede, Trennungen und Verluste.

Kinder trauern anders trauern Kinder anders?

Wenn Erwachsene Trauerprozesse oft mit dem Waten durch einen Fluss vergleichen, dessen Ufer nicht zu erkennen ist, dann stolpern Kinder in Pfützen der Trauer hinein und springen wieder weiter. Längere Trauerzustände wären eine zu große Bedrohung.⁴⁴

Kinder und Jugendliche denken und fühlen anders als Erwachsene. Kinder leben stärker in der Gegenwart, daher sind Zeiten, in denen sie sich der Situation bewusst sind, kürzer und die Stimmungen daher wechselhafter.

Junge Menschen müssen zur Auseinandersetzung mit dem Tod bereit sein. Man darf sie nicht zur Trauer zwingen, aber man sollte sie auch davor nicht beschützen wollen.⁴⁵

⁴¹ **Student, J., (2005 Auflage 6).** Im Himmel welken keine Blumen. Kinder begegnen dem Tod. Herder. S 187

⁴² Vgl. **Hinderer, P., (2005)** Kinder bei Tod und Trauer begleiten. S. 26

⁴³ Vgl. **Unverzagt,** Kinder fragen nach dem Tod. S. 78

⁴⁴ **Ennulat,** Kinder trauern anders. S. 59

⁴⁵ Vgl. **Finger, G.** (Jänner 2009) S.15-18 und <http://www.diplomarbeiten24.de/vorschau/23252>

Kinder und Jugendliche benötigen in jeder weiteren, nächsten Entwicklungsstufe eine erneute Auseinandersetzung mit dem Tod.⁴⁶

Trösten statt Vertrösten

Die Kunst einfühlsamer Begleitung:

Oft ist es schwer, die richtigen Gesten und Worte zu finden, um Trost zu spenden. Für Erwachsene und in einem noch viel größeren Ausmaß für Jugendliche ist es wichtig, Trost zu erfahren und nicht vertröstet zu werden.

Trost bedeutet:

Ich nehme dich in deinem Schmerz wahr – jetzt.

Ich bin bereit, auf dich zuzugehen – jetzt.

Ich will versuchen, ganz für dich dazu sein – jetzt.

Ich weiche dir nicht aus – jetzt.

Ich höre dir zu – jetzt.

Vertrösten würde ein Aufschieben bedeuten, ein Wegschieben, ein Ausweichen.

Durch so eine Haltung fühlt der Trauernde sich allein und im Stich gelassen.

Vertrösten bedeutet, den Schmerz des Anderen klein machen, verharmlosen, nicht ernst nehmen. Vertrösten macht einsam.

Was kann trösten?

- Schmerz und Tränen aushalten
- Fragen, Klagen, Anklagen ... zulassen
- Körperkontakt möglich machen
- Zeit nehmen/Zeit haben/Zeit geben
- Gemeinsames Traurigsein
- Traueraktivitäten unterstützen, begleiten
- Selbst ruhig bleiben und da sein

Was gehört zum guten Trösten?

- Alle Gefühle zulassen
- Individuelle Trauerformen annehmen
- Alle Reaktionen respektieren
- Kummer-Tränen fließen lassen

⁴⁶ Vgl. **Tuider, S.**, Vortrag 7. Nov. 2008, Mauer

- Aggressive Ausdrucksformen aushalten
- Lachen und Weinen akzeptieren
- Entwicklungsrückschritte richtig einordnen
- Nähe zulassen
- Einfach-Sein
- Zusätzliche Veränderungen vermeiden

Auf einen einfachen Nenner gebracht, bedeutet eine einfühlsame Begleitung:

DASEIN und BEREITSEIN

ZUHÖREN

NICHTS (BE)WERTEN

SICH SELBST ZURÜCKNEHMEN

Grundsätze für die Begleitung trauernder Kinder und Jugendlicher

Trauernde Kinder und Jugendliche brauchen:

- aufrichtige Antworten
- den realen Abschied vom Verstorbenen
- Gemeinschaft
- Rituale
- Orte der Besinnung und Symbole der Erinnerung
- Möglichkeiten, ihre Gefühle offen auszuleben
- Orientierung, Stabilität und Kontinuität
- „trauerfreie“ Zonen
- Aufmerksame Begleiter
- gefühlsstarke und sensible Erwachsene
- Trost
- Einfühlsame Gesprächspartner
- Erinnerungen
- altersgemäße Ausdrucksformen
- und Hoffnung

Bücher über den Tod – können sie helfen?

Bücher dienen als Informationsquelle und insbesondere Bilder- und Geschichtenbücher ermöglichen Nähe und bieten gleichzeitigen Schutz vor zu viel davon, weil sie erlauben, verschlüsselte Bilder zu deuten - oder eben nicht.

Es bleibt dem Betrachter überlassen, ob er in der handelnden Figur ein trauerndes Tier oder sich selbst erkennt. Damit bestimmt man selber, wie weit man gehen möchte.⁴⁷

Die angeführte Literatur dient als Anregung und gibt Beispiel:

Hilfreiche Adressen:**Hilfreiche Internetseiten:**

www.allesistanders.de ist eine Homepage für trauernde Jugendliche. „Das ist unser Ziel mit der Homepage: Dass die Teenager sich im Chatroom austauschen und viel über ihre Trauer lernen.“ Zudem sollen sie merken, dass die andern ihren Schmerz verstehen.

www.hospiz-noe.at

www.die-boje.at

www.rainbows.at

www.kindertrauer.info

www.kinder.trauer.org

www.trauernde-kinder.de

www.jugendseelsorge.ch

<http://schulpastoral.drs.de/KuJtrauern.pdf>

Kontaktadressen:

Die BOJE

Hernalser Hauptstraße 15

1170 Wien

Telefon 01/406 66 02-13

RAINBOWS Niederösterreich - Ost

Stephansplatz 6

Stiege 3/6.Stock/Zi. 622

1010 Wien

Tel.: 01/51552 - 3393

RAINBOWS Niederösterreich -West

Schreinergergasse 1/2

3100 St. Pölten

Tel.: 02742/26 6 19

⁴⁷ Vgl. **Unverzagt**, Kinder fragen nach dem Tod. S. 104

Wir empfehlen sich mit den regionalen Hospiz- und Palliativteams und der zuständigen Glaubensgemeinschaft in Verbindung zu setzen. Diese sind mit den Spezialisten und Ansprechpartnern vor Ort sehr gut vernetzt.

Quellenangaben:

Ennulat, G., (2003). Kinder trauern anders. Herder spektrum

Finger, G., (2008). Wie Kinder trauern. Kreuz

Hinderer, P., Kroth, M., Sander, K., (2005). Kinder bei Tod und Trauer begleiten: Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause. Ökotopia

Reschke, E., Jacob, E., (2008) Gemeinsam trauern: Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule. Lahn. S. 8

Specht-Toman, M., Tropper, D., (2000). Wir nehmen jetzt Abschied. Patmos

Student, J., (2005 Auflage 6). Im Himmel welken keine Blumen. Kinder begegnen dem Tod. Herder

Tuider, S., Vortrag 7. Nov. 2008, Mauer

Unverzagt, G., (2004). Kinder fragen nach dem Tod. Herder

<http://www.diplomarbeiten24.de/vorschau/23252>

Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg (März 2009):

<http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf> Über den Umgang mit trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule

Impressum:

Projektarbeit Im Rahmen unserer Ausbildung zum akademisch geprüften Experten in Palliative Care (3. Interdisziplinärer Aufbaulehrgang Palliative Care 2007-2009 des Landesverbandes Hospiz NÖ)

Bezugsadresse: noch offen (e.v. CS, eine der Herausgeberinnen oder eine Hospizeinrichtung)

Herausgeber, Layout und Redaktion:

Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig, Margreth Stoni, Sonja Thalinger

Druck: Ing. H. Gradwohl GmbH, Melk

Künstlerische Gestaltung: Karin Leiter

Wir danken unseren Sponsoren: Verein Hospiz Melk und Fa. Ortho Therapie (Logos)

Altersspezifische Textpassagen

Kleinkinder 0-6 Jahre

Die Reaktionen und Vorstellungen sind sehr stark von der Persönlichkeit und dem individuellen Entwicklungsstand des einzelnen Kindes abhängig, jedes Kind erlebt Verluste anders!

Todesvorstellungen von Kindern

unter drei Jahren:

- Schon vorübergehende Trennungen werden wie ein „kleiner Tod“ erlebt (die Mutter verlässt den Raum...).
- Tod bedeutet: Abwesenheit auf Zeit, als Trennung von etwas Liebgewordenen.
- Die Endgültigkeit kann nicht begriffen werden, da das Zeitverständnis fehlt.
- Durch die enge gefühlsmäßige Verbundenheit mit der Mutter oder anderen nahe stehenden Menschen erlebt das Kleinkind die Empfindungen dieser Menschen mit. Es „schwingt“ in der Trauer mit und nimmt Veränderungen in der Umgebung und im Verhalten der Erwachsenen wahr.

Todesvorstellungen von

Kindern zwischen drei und sechs Jahren:

- Der Tod ist für das Kind immer noch ein vorübergehender Zustand. Je näher das Kind dem Schulalter rückt, desto leichter wird im Ansatz die Endgültigkeit begriffen.
- Tod wird gleichgesetzt mit Dunkelheit und Bewegungslosigkeit.
- Tod ist immer „der Tod der anderen“, er trifft alte und kranke Menschen. Er trifft auf keinen Fall Kinder.
- Der Tod wird häufig als Bestrafung für böse Taten gesehen.
- Besonders wichtig erscheint die Tatsache, dass Kinder im „magischen Vorschulalter“ zu Allmachtsgefühlen neigen, alle Ereignisse werden von jemand gemacht“ (im Zorn wünschen sie manchmal ihren Angehörigen den Tod...)
- Man kann Kindern gegenüber nicht oft genug betonen, dass sie niemals am Tod schuld sind. („Gedanken können nicht töten!“)

Reaktionen der Trauer bei Kindern unter drei Jahren:

- Störungen im Tagesrhythmus, Änderungen im Schlaf- und Essverhalten
- Vermehrtes Weinen, Ängstlichkeit
- Das Kind wartet und sucht seine Bezugsperson
- Wut, Zorn, Frust, Angst

Reaktionen der Trauer bei Kindern zwischen drei und sechs Jahren:

- Ohne Angst und Scheu fragen Kinder nach dem Tod und wollen ihn auch selbst in der Natur erforschen. Sie untersuchen mit großem Interesse tote Tiere.

- Sehr beliebt sind Spiele wie Krieg, Unfall, Krankenhaus oder Begräbnis. Jede Form von „tot sein und wieder lebendig werden“ wird im Spiel bearbeitet.
- Alltägliche Ängste können aktiviert oder reaktiviert werden (das Kind fürchtet sich wieder im Dunkeln, möchte nicht alleine schlafen,...)
- Bei konkreten, schweren Verlusten kommt es zu großer Verstörung. Verstorbene Personen werden mitunter gesucht.
- Entwicklungsrückschritte (Regression) sind möglich (zum Beispiel Kind nässt wieder ein).

Trost für Kinder unter drei Jahren:

- Keine Veränderung der häuslichen Abläufe und Pflegegewohnheiten (Essenszeiten, Spielzeiten, Singen, Geschichtenvorlesen und vieles mehr sollten „so wie immer“ stattfinden).
- Emotionale Zuwendung: Kleine Kinder verstehen das Geschehen noch nicht, spüren aber die Trauerreaktionen der Erwachsenen um sie herum. Daher brauchen sie viel Nähe durch Berührungen und Zärtlichkeiten.
- Den Tod beim Namen nennen („Opa kommt nicht mehr, er ist gestorben“, keine Metaphern verwenden wie „Opa ist eingeschlafen“).
- Einfache Rituale wie z.B. Das Entzünden einer Kerze, Blumen pflanzen, ein Bild malen,...

Trost für Kinder zwischen drei und sechs Jahren:

- Unterstützung des starken Bedürfnisses den Tod zu erforschen
- Ermutigung um Fragen zu stellen, sich an Gesprächen zu beteiligen (kein „Dafür bist du noch zu klein“)
- Klare Antworten auf Fragen
- Förderung des kreativen Ausdrucks
- Sicherheit geben: Lob und Anerkennung für alle ihre Aktivitäten zur Stärkung des

Was immer wichtig ist:

- Sich viel Zeit für das Kind nehmen, nicht nur, um mit ihm über seine Trauer zu sprechen, sondern um einfach Zeit mit ihm zu verbringen.
- Falls das Kind möchte, auch körperliche Zuwendung geben: kuscheln, Händchen halten, toben und ringen, Haare wuscheln oder bürsten, Hand auf die Schulter legen, Huckepack nehmen. Das vermittelt Schutz durch Geborgenheit.
- Dem Kind Gelegenheit geben, sich in den Armen eines Erwachsenen auszuweinen.
- Die eigene Trauer ehrlich zeigen und mit dem Kind teilen.
- Den Ausdruck des Kindes für seine Trauer respektieren und nicht unterdrücken, sondern in Bahnen lenken (z.B. einen Sandsack geben, in den es boxen kann)
- Das Kind glücklich sein lassen, wenn es eine Pause von der Trauer braucht.⁴⁸

⁴⁸ **Hinderer P., Kroth M.**, (2005) Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Ökotopia S.62

Rituale für den Kindergarten:

- Einfache, klare Rituale erleichtern den Zugang zum Thema. z.B:
- Eine Kerze entzünden, die sichtbar für längere Zeit brennt.
- Blumenzwiebel einsetzen
- Steine bemalen, in Erinnerung an einen Verstorbenen
- Bilder malen, können auch ins Grab mitgegeben werden

Begräbnis:

- Auch kleinen Kindern sollte man die Teilnahme am Begräbnis ermöglichen, wenn sie den Wunsch äußern. Man sollte jedoch nicht erstaunt sein, wenn Kinder kurz vorher ihre Meinung ändern. Daher kann es hilfreich sein, schon im Vorfeld ein Alternativprogramm zu überlegen.
- Das Kind sollte auf das Ereignis vorbereitet werden indem man z.B. den Ablauf schildert.
- Wichtig ist eine nicht direkt betroffene Begleitperson, die sich um das Kind kümmert und auf Wunsch des Kindes das Begräbnis auch frühzeitig verlässt.

Bücher für Kinder:

Kaldhol, M., (1987). **Abschied von Rune**. Ellermann

Saras Freund Rune ertrinkt beim Spielen. Die Endgültigkeit von Runes Tod ist für das kleine Mädchen unfassbar. Mutter und Großmutter begleiten Sara liebevoll durch die Schmerzen ihrer Trauer.

Kirchberg, U., (1997). **Trost für Miriam**. Ellermann

Dieses Buch zeigt, wie schmerzhaft der Tod eines Tieres (Wellensittich) oder Menschens sein kann, zeigt aber auch die erneute Hinwendung zum Leben auf.

Saegner, U., (2009). **Sarah`s Mama**. Wenn die Mutter stirbt. Hospiz Verlag

Sarah trauert um ihre Mutter, aber sie ist nicht allein. Jemand ist bei ihr, geht mit ihr durch den Tag, versteht sie, steht ihr bei.

Varley, S., (1984): **Leb`wohl lieber Dachs**. Annette Betz

Alle Tiere trauern um den geliebten und geachteten Dachs. Zuerst ist die Trauer bei ihnen groß. Mit der Zeit aber kommt eine Phase der dankbaren Erinnerung und sie erzählen sich fröhliche Geschichten, die sie zusammen mit dem Dachs erlebt haben.

Velthuijs, M., (1998) **Was ist das? Fragt der Frosch**. Verlag Sauerländer (ab 3 Jahre)

Der Frosch entdeckt im Gras eine tote Amsel. Auf sehr schöne, einfache Weise beginnen er und seine Freunde zu verstehen, was Tod bedeutet und wie schön das Leben sein kann.

Wild, M., Brooks, R., (1997). **Das Licht in den Blättern**. Moritz Verlag

Großmutter und Enkeltochter Schwein verbringen zufrieden ihr Leben miteinander. Doch die Großmutter wird eines Tages sehr müde.... Dieses Buch zeigt, das Abschied von einem vertrauten Menschen nicht nur traurig und schmerzhaft sein muss.

Nilsson,U., Erikson, E., (2006). **Die besten Beerdigungen der Welt**. Moritz Verlag

Drei Kinder im Kindergarten und Volksschulalter erleben und begreifen das Thema: Tote Tiere. Was ist für sie wichtig wenn sie Abschied nehmen. Ab Kindergartenalter

Für Erwachsene:

Kewett Jarrat, C., (2006). **Trennung, Verlust und Trauer**. Beltz

Warmherziger Rat und neue praxiserprobte Methoden wie Kinder geholfen werden kann Trennungen (Tod, Scheidung, schwere Krankheit aber auch Umzug), ihre Traurigkeit und andere Gefühle zu überwinden.

Lueger-Schuster,B., Pal-Handl, K. (2004) **Wie Pippa wieder lachen lernte**. Springer Verlag
Elternratgeber für traumatisierte Kinder.

Praxisbezogene Tipps zur Trauma- und Trauerverarbeitung werden leicht verständlich dargestellt und verweisen auf das Bilderbuch mit der traumatisierten Pippa und dem Löwen Leo-Rix, ihrem Helfer. Umfangreiches Adressen- und Literaturverzeichnis.

Specht-Toman,M., Tropper D., (2000). **Wir nehmen jetzt Abschied**.

Patmos Verlag

Sehr fundierte, ausführliche und praxisnahe Darstellung des Themas. Auch der persönlichen Auseinandersetzung des Erwachsenen ist ein umfangreicher Teil gewidmet.

Unverzagt, G., (2004). **Kinder Fragen nach dem Tod**. Herder Verlag

Lebendige, von eigenen familiären Erfahrungen ausgehende Auseinandersetzung mit dem Thema.

Für Pädagogen:

Everding, W., (2005). **Wie ist es tot zu sein?** Herder Verlag

Vorschläge für den pädagogischen Alltag im Umgang mit dem Thema Tod, Trauerarbeit mit betroffenen Kindern.

Hinderer, P., Kroth, M., (2005). **Kinder bei Tod und Trauer begleiten**. Ökotopia Verlag

Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und Zuhause, viele praktische Beispiele für Rituale.

Scheilke, C., Schweitzer, F., (2000). **Wir nehmen jetzt Abschied**. Patmos Verlag Religionspädagogisches Werk. Zeigt auf wie Erziehende und Kinder mit dem Thema tot und Sterben im Kindergarten und der Welt der Kinder konkret umgehen können.

Grundschul Kinder vom Schuleintritt bis zehn Jahre:

Die Reaktionen und Vorstellungen sind sehr stark von der Persönlichkeit und dem individuellen Entwicklungsstand des einzelnen Kindes abhängig. Jedes Kind erlebt Verluste anders!

Todesvorstellungen von Kindern zwischen sechs und zehn Jahren:

Kinder haben große Angst davor, von ihren Eltern verlassen zu werden. Diese Verlustangst beginnt mit einem Jahr und kann bis ins siebte, achte Lebensjahr andauern. Deshalb wirkt auch eine vorübergehende Trennung, die Abwesenheit von Mutter und Vater oft so dramatisch.

Fünf- und sechsjährige Kinder fassen Sterben und Tod häufig als Bestrafung für böse Taten auf und verbinden damit die Vorstellung des Begrabenwerdens. In diesem Alter beginnen Kinder manchmal aus Wut Todeswünsche gegen Mutter, Vater oder Geschwister zu äußern.⁴⁹

Im Grundschulalter begreift das Kind allmählich die Endgültigkeit des Todes. Das magische Denken des Vorschulkindes („Wenn ich ganz lieb bin, wird die Mama nicht sterben“) weicht einer realen Einschätzung des Todes. Sie glauben weiterhin davon nicht betroffen zu sein.⁵⁰

Zwischen fünf und neun Jahren geben viele Kinder dem Tod ein Gesicht: der schwarze Mann, der Totenkopf, ein Skelett, ein Geist oder ein Schatten.

Mit sechs, sieben Jahren erweitert sich der gedankliche Bezugsrahmen des Kindes. Die Vorstellungskraft und die Einsicht in den Unterschied zwischen tot und lebendig sind mit beginnenden Schulalter so weit gereift, dass Kinder die Unausweichlichkeit und Endgültigkeit des Todes langsam begreifen. Ein Todesfall im Bekanntenkreis, über den ein Kind noch ein Jahr vorher einfach hinweggesehen hätte, zieht jetzt eine Lawine von Fragen nach sich.⁵¹

⁴⁹ Hinderer, (2005) Kinder bei Tod und Trauer begleiten. S 29

⁵⁰ Vgl. Flottmann, N., Niederstadtkötter, A., (2007). Ich will nicht, dass die tot sind! Die Themen Sterben und Katastrophen mit Grundschulkindern. Verlag an der Ruhr. S. 12

⁵¹ Vgl. Unverzagt, Kinder fragen nach dem Tod. S. 91

Acht- neunjährige Kinder haben größtenteils kognitiv erkannt, dass alle Menschen - auch sie selbst - einmal sterben müssen. Sie zeigen großes Interesse an dem, was nach dem Tod passiert.

Normalerweise wissen Kinder ab dem achten Lebensjahr, dass der Körper eines Verstorbenen zerfällt. Dieser Gedanke ist für sie aber so unerträglich, dass sie beginnen an die Unsterblichkeit zu glauben, unabhängig von der Religionszugehörigkeit

Neun- bis zehnjährige Kinder sehen Sterben und Tod sachlich: Der Tod ist ein Naturphänomen. Er tritt ein wenn ein Tier oder Mensch nicht mehr atmet. Der Tod ist unausweichlich und nicht umkehrbar.⁵²

Trost für Kinder ab dem Schuleintritt:

Der erste Trost den wir Erwachsenen einem Kind geben können ist: traurig sein zu dürfen.⁵³

Die Begleitung von trauernden Kindern kann nur gelingen, wenn man persönlich bereit ist, sich auf die Situation des betroffenen Kindes einzulassen und die Dinge aus ihrem Blickwinkel zu sehen.

Trösten lässt sich nur mit der Wahrheit, dass heißt Grundschulkinder brauchen klare, wahre und altersgerechte Informationen. Niemand ist sensibler für unsere Gedanken, Gefühle und Worte als der Trostsuchende selbst.⁵⁴

Was immer wichtig ist:

- Sich viel Zeit für das Kind nehmen, nicht nur, um mit ihm über seine Trauer zu sprechen, sondern um einfach Zeit mit ihm zu verbringen.
- Falls ein Kind möchte, auch körperliche Zuwendung geben. Das vermittelt Schutz durch Geborgenheit.
- Dem Kind Gelegenheit geben, sich in den Armen eines Erwachsenen auszuweinen.
- Die eigene Trauer ehrlich zeigen und mit dem Kind teilen.
- Den Ausdruck des Kindes für seine Trauer respektieren und nicht unterdrücken, sondern in Bahnen lenken (z.B. einen Sandsack geben, in den es boxen kann)

⁵² **Hinderer, P., Kroth, M., Sander, K., (2005).** Kinder bei Tod und Trauer begleiten: Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause. Ökotoxia. S. 30

⁵³ <http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf> Über den Umgang mit trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule Seite 34

⁵⁴ **Reschke, E., Jacob, E., (2008)** Gemeinsam trauern: Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule. Lahn. S. 8

- Das Kind glücklich sein lassen, wenn es eine Pause von der Trauer braucht.

Für PädagogInnen führen wir hier einige Möglichkeiten zur Gestaltung eines Schultages, wenn eine Todesnachricht überbracht wird, an:

- Der Schultag sollte so gestaltet werden, dass das Alltägliche (Tests, Schularbeiten) ausgesetzt werden kann.
- In einer ruhigen und konzentrierten Runde z.B. Stuhlkreis kann die Todesnachricht überbracht werden.
- Umschreiben sie die Umstände nicht, sondern erklären sie, wie es zum Tod kam. Auch bei Suizid muss die Todesursache genau benannt werden.
- Konkrete Fragen sollen beantwortet werden, mit der eigenen persönlichen Überzeugung, unter Umständen mit dem Hinweis, dass man dies auch anders sehen kann. Fragen, auf die man selber keine Antworten gefunden hat, sollte man offen lassen.
- Fragen nach der Trennung von Körper und Seele: Die meisten Kinder kennen aus dem Kindergarten das Buch „Die kleine Raupe Nimmersatt“ von Eric Cale. Während ihres irdischen Lebens „frisst“ sie sich durch unterschiedliche Gemüse, puppt sich schließlich in einen Kokon, der am Ende zerfällt, also „stirbt“ ,um ein wunderbarer Schmetterling zu werden. Bezugnehmen auf solche Metaphern kann hilfreich sein.⁵⁵
- Ein Gebet sprechen, ein Lied singen.
- Zeit und Raum geben um die Todesnachricht zu realisieren.
- Die Geschichte „Leb wohl, lieber Dachs“ vorlesen. Die Geschichte beinhaltet viele Aspekte, Trauer, Tod und Hoffnung und bietet so die Möglichkeit über diese Themen ins Gespräch zu kommen.
- Fragen an die Kinder stellen (jedoch ohne das betroffene Kind): Wie würde ich mich fühlen? Was würdet ihr euch wünschen wenn ihr in die Klasse zurückkommt? Wollt ihr einen Willkommensgruss für das trauernde Kind vorbereiten, z.B. ein gemeinsames gemaltes Bild?
- Teilnahme an der Beerdigung: Eine Teilnahme an der Beerdigung kann nur mit Abstimmung der betroffenen Angehörigen und mit Einwilligung der Eltern der Klassenkameraden erfolgen. Gegebenenfalls sollte kurzfristig ein Elternabend einberufen werden.
- Die Klasse kann eine Trauerkarte oder einen Kranz selbst gestalten.

⁵⁵ **Flottmann, N., Niederstadtkötter, A.,** (2007). Ich will nicht, dass die tot sind! Die Themen Sterben und Katastrophen mit Grundschulkindern. Verlag an der Ruhr. S. 18-19

Rituale

- Rituale entstehen durch die Übernahme von Traditionen.
- Kinder können durch alltägliche, oft zufällige Handlungen Rituale entwickeln.
- Rituale stärken die Identität reduzieren die Ängste und verhelfen zur Selbstständigkeit.

Beispiele für Rituale:

- Kerze entzünden (Entzünden einer Kerze zum Gedenken. Es ist wichtig, dass eine Kerze sichtbar entzündet wird und länger brennt).
- Steine gestalten (Steine sind durch ihre Vielgestaltigkeit ein gutes Symbol, um Gefühle beim Tod eines Menschen auszudrücken.)
- Samen und Blumenzwiebeln säen (als Zeichen der Hoffnung, Samenkörner / Blumenzwiebeln müssen sterben, damit Blumen wachsen können).
- Briefe schreiben, Bild malen (beides kann eventuell bei der Beerdigung zum bzw. ins Grab gelegt werden).

Was man nicht tun sollte:

- Worte wie Tod und Sterben blumig ausdrücken: z.B. Opa ist eingeschlafen, die Tante ist jetzt ein Engel, Gott hat ihn heimgeholt. Kinder nehmen das Gesagte wörtlich, sie glauben, was ihnen gesagt wird. Wenn Opa eingeschlafen ist, dann muss er auch wieder aufwachen.
- Sätze verwenden wie: „Ich weiß wie du Dich fühlst ...“ .Wenn sie es nicht selbst erlebt haben, können sie es nicht nachempfinden. Besser wäre der Satz: „Ich weiß nicht wie du dich fühlst, aber ich kann mir denken, dass es dir schlecht geht“.
- Sätze wie: „Du bist noch jung, das Leben geht weiter.“ Diese Worte nehmen den Schmerz nicht ernst.
- Formulierungen wie: „Ein Glück, dass sie jetzt erlöst ist und keine Schmerzen mehr hat.“ Sie hat keine Schmerzen mehr, aber um welchen Preis?

Bücher für Kinder:

Carle, E., (1998). **Die kleine Raupe Nimmersatt**. Gerstenberg Hildesheim

Wie die kleine Raupe Nimmersatt zu einem wunderschönen Schmetterling wird. Ab 2 Jahre

Fried, A., Gleich, J.(1997). **Hat Opa einen Anzug an?** Carl Hanser Verlag

Bruno kann es nicht genau sehen, denn sein Opa liegt im Sarg und der Sarg ist hoch aufgebahrt. Ab 5 Jahre

Hubka, CH., Hammerle, N., (2004). **Wo die Toten zu Hause sind**. Tyrolia

Wohin gehen die Toten? Was passiert nach dem Sterben? Im Anhang erhalten Eltern und ErzieherInnen einfühlsame Tipps, wie sie Kinder auf dem Weg der Trauer begleiten. Ab 4 Jahre

Nicholls, S., (2008). **Wie man unsterblich wird**. Carl Hanser
Eine Geschichte vom Sterben, die voller Lebensfreude ist. Ab 10 Jahre

Oeyen, W., Kaldhol, M., (1987). **Abschied von Rune**. Ellermann
Saras Freund Rune ertrinkt beim Spielen. Die Endgültigkeit von Runes Tod ist für das kleine Mädchen unfassbar. Ab 5-6 Jahre

Pfundner, I., Stich, P., (2006). **Paul und der rote Luftballon**. Babu Verlag
Ein Buch über das Leben, den Tod und das Wunder der Freundschaft. Ab 9 Jahre und für Erwachsene zum miteinander Lesen

Saalfrank, H., Goede, E., (2006). **Abschied von der kleinen Raupe**. Echter
Dieses Buch ermuntert Kinder über den Tod zu sprechen, da das Leben hier nicht mit dem Tod endet. Ab Kindergartenalter

Snunit, M., Golomb, N., (2006). **Der Seelenvogel**. Carlsen Verlag
In diesem Buch wird mit Bildern und wenigen Worten versucht, dem Kind ein Gefühl für die Seele zu vermitteln. Ab 8 Jahre

Tropper, D., (2003). **Mama, gibt es einen Katzenhimmel**. Leykam Verlag Im hinteren Teil des Buches wertvolle Tipps für Trauerarbeit mit Kindern.

Varley, S., (2000). **Leb wohl, lieber Dachs**. Annette Betz Verlag
Zuerst ist die Trauer groß. Mit der Zeit aber kommt eine Phase der dankbaren Erinnerung. Ab 6 Jahre

Weigelt, U., Kadmon, C., (2004). **Der alte Bär muss Abschied nehmen**. Nord –Süd Verlag.
Ab 4 Jahre

Für Erwachsene und PädagogInnen:

Kewett Jarrat, C., (2006). **Trennung, Verlust und Trauer**. Beltz

Warmherziger Rat und neue praxiserprobte Methoden wie Kinder geholfen werden kann Trennungen (Tod, Scheidung, schwere Krankheit aber auch Umzug), ihre Traurigkeit und andere Gefühle zu überwinden.

Everding, W., (2005). **Wie ist es tot zu sein?** Herder Verlag

Vorschläge für den pädagogischen Alltag im Umgang mit dem Thema Tod, Trauerarbeit mit betroffenen Kindern.

Hinderer, P., Kroth, M., (2005). **Kinder bei Tod und Trauer begleiten.** Ökotopia Verlag

Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und Zuhause, viele praktische Beispiele für Rituale.

Biesinger, A., Gaus, E., und R., (2008). **Warum müssen wir sterben.** Herder

Fässler-Weibel, P., (1999). **Wie ein Blitz aus heiterem Himmel.** Paulusverlag

Ein Tod durch Herzstillstand, Unfall oder Verbrechen kommt unvermittelt und plötzlich. Diese Situationen brauchen besondere Begleitung.

Flottmann, N., Niestadtkötter, A., (2007). **Die Themen Sterben und Katastrophen mit Grundschulkindern.** Verlag an der Ruhr

Franz, M., (2008) **Tabuthema Trauerarbeit** Don Bosco

Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod

Kübler-Ross, E., (1984). **Kinder und Tod.** Kreuz Verlag

Wie gehen Kinder mit dem Tod um?

Lueger-Schuster, B., Pal-Handl, K. (2004) **Wie Pippa wieder lachen lernte.** Springer Verlag

Elternratgeber für traumatisierte Kinder.

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, (2006). **Vom Umgang mit Trauer in der Schule.** Bräuer Verlag

Reschke, E., (2008). **Gemeinsam trauern.** Lahn

Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule

Specht-Tomann, M., (2008). **Wenn Kinder traurig sind.** Patmos

Wie wir helfen können. Was können wir Erwachsene tun, um Kindern zu helfen, Trauer zu bewältigen?

Unverzagt, G., (2004). **Kinder fragen nach dem Tod**. Kreuz

Kinder konfrontieren uns mit Tabuthemen, sie fragen nach, auch zu Tod und Sterben.

Jugendalter:

Die Reaktionen und Vorstellungen sind sehr stark von der Persönlichkeit und dem individuellen Entwicklungsstand des einzelnen Kindes abhängig. Jeder Mensch erlebt Verluste anders!

Todesvorstellungen von Jugendlichen:

Das Todesverständnis der Kinder ab dem zehnten Lebensjahr nähert sich dem der Erwachsenen an. In diesem Altersabschnitt ist das Todesverständnis zunehmend von der Erwachsenenwelt und von äußeren Bedingungen geprägt. Zum Beispiel: Jenseitsvorstellungen bei Kindern ab dem neunten Lebensjahr:

1. Es komme nichts mehr nach dem Tod, weil alles vorbei ist.
2. Ein geistiger Teil des gestorbenen Menschen existiere in einer jenseitigen Welt fort. Unter Umständen können die Lebenden sogar Kontakt mit ihm aufnehmen.
3. Der christliche Auferstehungsglaube bietet sowohl vielen Erwachsenen als auch Kindern Trost angesichts ihrer Todesfurcht.
4. Von der Reinkarnationsvorstellungen ausgehend, meint man, nach dem Tode wiedergeboren zu werden.

Die Einsicht in den Bedeutungsumfang des Todes ist erst ab zehn Jahren möglich. Der Blick richtet sich jetzt verstärkt auf die Frage des „Wie“ des Sterbens und auf die Suche nach dem „Sein“ nach dem Tod. Die Bedeutung des Todes als definitive Trennung wird anerkannt. Der Blick des Kindes richtet sich jetzt direkt auf den Tod, nicht nur auf die Peripherie, wie Särge oder Gräber.

Mit zunehmendem Alter vergrößert sich die Furcht vor dem Tod. Je genauere Kenntnis über biologische Vorgänge und über das Ausmaß des Todes für die Hinterbliebenen, desto größere Angst vor dem Tod.

Die Jugendlichen schenken eigenen Gefühlen größere Beachtung als früher. Die Heranwachsenden errichten ev. eine unsichtbare Mauer um ihre Innenwelt. Daher ist auch der Tod ein schwieriges Thema in diesem Alter.

Durch die Suche nach der eigenen Identität wird im Jugendalter die Sinnfrage des Lebens eindringlicher. Damit richtet sich das Interesse der jungen Menschen verstärkt auf die Fragen nach dem Tod, besonders nach dem eigenen Tod.

Der Tod, besonders der Selbstmord, kann eine gewisse Faszination auf Jugendliche ausüben, z.B. in Bestrafungsphantasien gegenüber den Eltern oder in der Beeinflussung durch bestimmte Jugendidole oder Peer Groups. Heranwachsende sind bereits zur Erkenntnis über die Endgültigkeit und die weit reichende, unausweichliche emotionale Bedeutung des Todes gekommen und deshalb drücken sie sehr oft in rau formulierter Abwehr ihr Unbehagen am Tod aus.

Im Jugendalter versucht man oft, seine Trauer selbst zu gestalten d.h. seine Gefühle um den Verlust eines geliebten Menschen auf eine individuelle, spezifische Weise zu verarbeiten. Damit hängen oft auch eigene, selbst entwickelte Trauerrituale zusammen.

Drei Gruppen von Jugendlichen lassen sich bezüglich ihrer Einstellung zum Tod unterscheiden.

1. Gruppe: Sie stehen dem Tod „sachlich“ gegenüber. Es berührt sie wenig, denn ihre Lebenswirklichkeit ist eher auf die positiven Seiten des Lebens gerichtet, der Tod existiert für sie in weiter Ferne. Sie fühlen sich selbst durch den Tod nicht bedroht, scheinen kalt zu sein, sind es aber im Grunde nicht.
2. Gruppe: Sie reagieren in Bezug auf die Todeswirklichkeit mit einem mehr oder minder brutalen Zynismus, der aber nur die Angst vor dem Tod verbergen soll.
3. Gruppe: Sie zeigen aus einer Weltschmerzstimmung heraus eine gewisse Todessehnsucht, die sich normalerweise bald wieder gibt. Bei sehr labilen Jugendlichen und krisenhaften äußeren Umständen kann sich diese Stimmung allerdings verfestigen und zu schwerer Suizidgefährdung führen. Der Tod wird dann als „Erlösung“ herbeigesehnt wenn Jugendliche sich von allen unverstanden fühlen. Der eigene Selbstmord wird dann zur eigenen Entlastung und zur Bestrafung der „unverständigen Anderen“, meist der Eltern, fantasiert.

Reaktionen der Trauer:

Jugendliche reagieren beim Tod eines Angehörigen in der Regel mit ganz großer Tapferkeit, was fast „cool“ wirkt. Aber nicht, weil sie das sind, sondern weil sie spüren, dass jetzt ev. das System zusammenbricht. Wenn Mutter und Vater wie gelähmt sind, kann das Kind vielleicht die einzig handlungsfähige Person sein und die Verwandten darüber informieren, was passiert ist. So kann es sein, dass ein Jugendlicher, obwohl in Trauer, nichts von seiner Trauer zeigt.

Jugendliche haben eine rasche Wechselmöglichkeit zwischen großen Gefühlen, die sie zeigen und dann plötzlich – nichts mehr zu spüren. Junge Menschen können sehr weinen in ihrer Trauer und im nächsten Moment sich die Tränen abwischen und fragen: „In welchen Film gehen wir jetzt?“ Das ist bei Erwachsenen so nicht möglich. Das hat nichts damit zu tun, dass sie nicht trauern – sie trauern nur anders.

Es kann die eigene Unsicherheit sein, die einen Jugendlichen dazu veranlasst, bewusst oder unbewusst, Schutzmechanismen einzusetzen. Es wird vielleicht Härte demonstriert, wo Verletzlichkeit vorhanden ist. Diese manchmal unverständlichen Handlungsweisen erfordern ein besonderes Maß an Toleranz.

Jugendliche haben die Fähigkeit, Trauer zu vertagen.

Viele Jugendliche haben Angst vor Trauerzwang und damit auch vor verordneten Ritualen. Das ist wichtig zu respektieren auch wenn viele Erwachsene es als Kränkung erfahren, wenn Jugendliche sagen, dass sie diesen Prozess nicht mit ihnen zusammen durchleben möchten.

Es kann sein, dass in der Trauer manchmal auch ein Rückzug aus der Familie stattfindet. Jugendliche nehmen Erwachsenen möglicherweise übel, wenn sie zur Tagesordnung übergehen. Das gilt auch für das Klassenzimmer: wenn man für den Verstorbenen keinen Platz mehr lässt oder nicht mehr mit ihm und über ihn redet.

Wenn in einer Familie ein Todesfall eintritt fühlen sich die überlebenden Kinder völlig einsam. Die verbliebenen Erwachsenen sind von der eigenen Trauer so absorbiert, dass sie fast nicht mehr ansprechbar sind. Das führt zu Verletzungen, zu Wut und zu Schuldgefühlen – bis hin zu dem Wunsch, selbst sterben zu wollen. Das wohl auch um auszuloten, wie wichtig man selbst noch ist.

Grundgedanken, die im Umgang mit der Trauer der Jugendlichen hilfreich sein können:
In Zeiten der Trauer und der existenziellen Betroffenheit der Schüler kann es für diese hilfreich sein, ihre Lehrer als „Menschen“ wahrzunehmen. Selbst Gefühle zu zeigen, mit den Schülern darüber zu reden, etwas von sich selbst und der eigenen Trauer zu erzählen kann verbinden und schafft Vertrauen.

An allen mit dem Todesfall zusammenhängenden Feierlichkeiten, Ritualen und Treffen sollten Jugendliche teilnehmen können.

Auch gesellschaftlich nicht anerkannte Verhaltensweisen, was die Trauer und die damit verbundenen Emotionen betrifft, sollten nach Möglichkeit akzeptiert werden. Es wäre falsch zu versuchen den Jugendlichen eigene, bekannte und für sich selbst stimmige Formen der Bewältigung von Trauer aufzudrängen.

Es kann sein, dass die üblichen Rituale unserer Gesellschaft und Religion bei den Jugendlichen keine Anerkennung finden. Sie sollten ihre eigenen Ideen und Vorstellungen einbringen können.

Verlusterlebnisse, sind in manchen Fällen mit Schuldgefühlen verbunden und können unter Umständen pathologische Ausmaße annehmen. Veränderungen im Verhalten und Auffälligkeiten genau beobachten und benennen. Im Zweifelsfall ist professionelle Hilfe unbedingt angezeigt.

Trost und Unterstützung

Hilfe von Erwachsene kann in dieser Altersstufe nur ein Angebot an Jugendliche sein und niemals aufgedrängt werden (z.B. Name und Telefonnummer aufschreiben und Bereitschaft zur Begleitung anbieten).

Ermutigung und Aushalten sind die beiden wichtigsten Elemente in der Begleitung Jugendlicher. Die jungen Menschen brauchen Begleiter, die ihnen Mut machen, ihren eigenen Weg der Trauer zu gehen. Trauer ist harte Seelen-Arbeit.

Ein wesentlicher Schritt in der Begleitung ist, die Reaktionen des/der Jugendliche/n zu normalisieren: d.h. vermitteln, dass das, was jetzt passiert, eine übliche Reaktion auf ein nicht-übliches Ereignis ist. (Normalität vermitteln).

Ermutigen zum Sprechen oder Schreiben über das Ereignis: Tagebuchschreiben; Ermunterung, das Ereignis und eigene emotionale Reaktionen aufzuschreiben; ...

Nachfragen, was in anderen belastenden Situationen geholfen hat und ob dies auch in dieser Situation helfen könnte.

Einfache und bewältigbare Aufgaben geben, um dem Gefühl der Hilflosigkeit entgegen zuwirken: z.B. Rituale anregen: Konkrete Vorschläge sind meist nicht notwendig, hilfreicher ist es auf das kreative Potential junger Menschen zu vertrauen und es anzuregen.

Die Teilnahme an Begräbnissen von Gleichaltrigen ist in der Gruppe meist leichter zu bewältigen als im Alleingang. Auch hier sind angepasste oder selbst entwickelte, alters- und peergruppenspezifische Rituale hilfreich. Jugendlichen haben meist einen reichen Schatz an Ideen und brauchen nur jemanden, der Mut macht, „es zu tun“.

Zugestehen und vielleicht sogar dazu ermuntern sich abzulenken, sich etwas Gutes zu tun oder z.B. Sport zu betreiben, einem Hobby nachzugehen usw. - das Leben weiter zu leben. Bewegung ist aktive und notwendige Bewältigungsstrategie und Prävention.

Anbieten von Informationen: z.B. div. Hotlines, Internetseiten, ...

Interventionen in Klassen:

- Grundsätzlich sollten LehrerInnen gemeinsam und abgestimmt agieren.
- Probleme haben immer Vorrang, auch vor dem Unterricht -eine „Schul-Alltags-Struktur“ beizubehalten kann aber auch Sicherheit geben.
- Gespräche mit den SchülerInnen über das Ereignis stehen im Vordergrund. Die Anregung mit Freunden, Eltern, Lehrern oder Lehrerinnen und Verwandten immer wieder das Gespräch zu suchen, sollte mehrmals wiederholt werden.
- Wenn Jugendliche bei Todeserfahrungen persönlich dabei waren, kann man sie anregen zu erzählen. Jenen, die nicht zuhören wollen, soll angeboten werden, dass sie die Möglichkeit haben, den Raum zu verlassen – möglichst in Begleitung eines Erwachsenen.

Bücher für Jugendliche:

Korschunov, I., (2003). **Die Sache mit Christoph**. Dtv, ab 12 Jahre / Unfall oder Selbsttötung eines Jugendlichen

Mazer, H., (1992). **Wenn Kevin bleibt**. Dtv ab 12 Jahre / Wie geht es weiter, nachdem die Eltern bei einem Flugzeugabsturz ums Leben kommen?

Schmitt, E., (2005). **Oskar und die Dame in Rosa**. Fischer Taschenbuch Verlag

Semper, L., Kaldhol, M., (2001). **Auf einer Harley Davidson möchte ich sterben**. Beltz , ab 14 Jahre / Nachdenken eines Jungen über die Selbsttötung

Zanger, J., (2001). **Warum haben wir nichts gesagt**, Beltz, ab 12 Jahre / Selbstmord eines Klassenkollegen

Zöller, E., (2004) **Auf Wiedersehen, Mama.** Fischer, ab 10 Jahre / Tagebuch einer 13-jährigen über die krebserkrankte Mutter und den bewussten Abschied von ihr.

Für Erwachsene und PädagogInnen:

Jäckl, K., (1988) **Furcht vor dem Leben. Wenn Jugendliche den Tod als letzten Ausweg sehen.** Bechtermünz Verlag

Biesinger, A., Gaus, E., und R., (2008). **Warum müssen wir sterben.** Herder

Fässler-Weibel, P., (1999). **Wie ein Blitz aus heiterem Himmel.** Paulusverlag
Ein Tod durch Herzstillstand, Unfall oder Verbrechen kommt unvermittelt und plötzlich. Diese Situationen brauchen besondere Begleitung.

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, (2006). **Vom Umgang mit Trauer in der Schule.** Bräuer Verlag

Konklusio

Der Umgang mit dem Thema Tod und Trauer im Kindes- und Jugendlichenalter hat langfristige und massive Auswirkungen auf das weitere Leben. Daher braucht dieser Prozess besondere Sensibilität und Aufmerksamkeit. Trauernde Kinder und Jugendliche, egal in welcher Entwicklungsstufe, brauchen Menschen, die sie in diesem Prozess begleiten, ihre Bedürfnisse wahrnehmen und der Begegnung standhalten.

Quellenverzeichnis

Literatur

Abrahamian, H., Grünstäudl, V., Bruns, V. (2007). Den letzten Weg gemeinsam gehen. Goldegg

Benigini, M., Specht-Tomann, M. (2005). Leben und sterben, lachen und weinen. Materialkoffer, Verein Hospiz Steiermark

De Saint-Exupery, A., (2008). Der kleine Prinz. Rauch

Ennulat, G., (2003). Kinder trauern anders. Herder spektrum

Everding, W.(2005).Wie ist es tot zu sein? Herder

Finger, G., (2008). Wie Kinder trauern. Kreuz

Flottmann, N., Niederstadtkötter, A., (2007). Ich will nicht, dass die tot sind! Die Themen Sterben und Katastrophen mit Grundschulkindern. Verlag an der Ruhr

Franck, N., (2003). Handbuch Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Fischer

Franz, M., (März 2008, 3. Auflage). Tabuthema Trauerarbeit: Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod. Don Bosco Verlag

Friesl, C., (2000). Experiment Jung-Sein. Die Wertewelt österreichischer Jugendlicher. Czernin

Hinderer, P., Kroth, M., Sander, K., (2005). Kinder bei Tod und Trauer begleiten: Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause. Ökotopia

Jäckl, K., (1988) Furcht vor dem Leben. Wenn Jugendliche den Tod als letzten Ausweg sehen. Bechtermünz Verlag

Jararrat, C.J., (2006). Trennung, Verlust und Trauer. Beltz Taschenbuch

Kewett Jararrat, C., (2006). Trennung, Verlust und Trauer. Beltz

Körblein, H., Zeitschrift: Sicher durch den Schulalltag, (Oktober 2003). Ein Platz bleibt leer... S. 7-13

Lueger-Schuster, B., Pal-Handl, K., (2004). Wie Pippa wieder lachen lernte. Elternratgeber für traumatisierte Kinder. Springer

Rehe, R., Zeitschrift periodikum (2/2008). Design Research International

Reschke, E., Jacob, E., (2008) Gemeinsam trauern: Ideen für Familie, Kindergarten und Grundschule. Lahn

Scheilke, C., Schweitzer, F., (2000). Musst du auch sterben? Kinder begegnen dem Tod. Verlag Ernst Kaufmann

Schulte, C., Köster, R., Tessmer, G. (2006). Handreichung zur Befähigung ehrenamtlicher Mitarbeiter in ambulanten Kinderhospizen. Deutscher Kinderhospizverein

Specht-Toman, M., Tropper, D., (2000). Wir nehmen jetzt Abschied. Patmos

Student, J., (2005 Auflage 6). Im Himmel welken keine Blumen. Kinder begegnen dem Tod. Herder

Unverzagt, G., (2004). Kinder fragen nach dem Tod. Herder

Zimbardo, P.G., Gerrig, R.J., (2008 Auflage 18). Psychologie. Pearson Studium

Internet

Hermann, I., Sole`-Vendrell, C.; <http://www.diplomarbeiten24.de/vorschau/23252.html>

Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg (März 2009):

<http://schulpastoral.drs.de/umgangtrauer.htm> und <http://schulpastoral.drs.de/KuJtrauern.pdf>

Schwarz, E. (Dezember 2008). Religionspädagogisches Institut Loccum, <http://www.rpi-loccum.de/download/schent.rtf>

Steinhart, A. (Dezember 2008) <http://www.veid.de/1044.0.html>

www.kindertrauer.info

www.kinder.trauer.org

www.trauernde-kinder.de

Fachgespräche

Deutscher Kinderhospizverein, 7.6.2007, EAPC-Kongress Budapest

Kerschbaumer, Xaver (Organisator für Ausbildungen von Kindergartenpädagoginnen in NÖ),
6. August 2008

Tuider, Silvia (Mitarbeiterin Rainbows mit langjähriger Erfahrung in Trauerarbeit mit Kindern),
18. November 2008

NÖ-Hospizenquete, Landhaus St. Pölten, Mai 2009

EAPC Kongress, Austria Center, Mai 2009

Medienliste

Eine Auswahl an Medien⁵⁶

„**Wie ist das mit dem Tod?**“ (Reihe: Willi will's wissen), VHS, 25 min, 2003

Willi geht zu den Menschen, die mit dem Thema zu tun haben, und fragt sie einfach, wie das ist mit dem Tod. Auf einem Friedhof trifft er den Bestatter Ralf, der ihn mit ins Bestattungsinstitut nimmt, wo sie gemeinsam einen Sarg herrichten. Im Verabschiedungsraum ist ein Verstorbener aufgebahrt. Willi begegnet anschließend dem Seelsorger Peter, dem 83-jährigen schwer kranken Herrn Wälde, der achtjährigen Gabriele und ihrem zehnjährigen Bruder und ist noch Gast bei der Trauerfeier für Oma Trude.

„**Die Totenwäscherin**“ (Reihe: 37 Grad), D 2000, 30 min

Der Film gibt einen Einblick in die Arbeit einer Bestattungsfrau. Er zeigt, wie sie mit den Toten und ihren Angehörigen umgeht; er erzählt von den Motiven, die sie zu ihrem Beruf geführt haben, von ihren ethischen Einstellungen, ihren Auffassungen über Sterben und Tod, aber auch von den Schwierigkeiten, die sie damit hat, von den Menschen ihrer Umgebung akzeptiert und anerkannt zu werden.

„**Abschied von der Hülle**“ (Reihe: Sendung mit der Maus), D 2004, 29 min

⁵⁶ <http://schulpastoral.drs.de/MedienTodundTrauer.pdf>

Die Maus-Sachgeschichte zum Totensonntag ist ein erzählter Erfahrungsbericht des vielen Kindern vertrauten Armin Maiwald. Erzählt wird vom plötzlichen Tod des Zwillingbruders von Armin. Was geschieht, wenn ein Mensch stirbt; welche Schritte müssen getan werden, um das Begräbnis vorzubereiten und wie es dem Bruder ergeht (Gefühle) – all das wird in sehr realistischer, aber nicht schockierender Weise erzählt.

„Filzpantoffeln und Bonbons“ Kurzspielfilm, N 1994, 11 min

Der Film begleitet das vier oder fünfjährige Mädchen Ragnhild beim Abschied nehmen von seinem verstorbenen Großvater. Dabei wird konsequent aus der Gedanken- und Gefühlswelt des Kindes heraus erzählt.

„Tod“ (Reihe: Moskito), D 1992, 42 min, ab 12

Der Film beinhaltet 22 Cartoons, Sketche, Songs und Videoclips, Gespräche, Interviews und Dokumentationen zu den Themen Sterben, Tod und Leben nach dem Tod auf dem Erfahrungs- und Begegnungshorizont Jugendlicher.

„In der Nacht“ Kurzspielfilm, D 1995, 15 min, ab 8

Der Film erzählt in sieben Stationen, wie fünf Kinder (Geschwister und Spielkameraden) den Wunsch ihres Bruders und Freundes erfüllen, nach seinem Tod nicht in der Erde, sondern im Meer bestattet zu werden.

„Mama ist tot. Wie Kinder trauern.“ Dokumentarfilm, D 1995, 30 min

Im Film wird die Trauer und Trauerarbeit von drei Familien gezeigt, die den Tod eines Elternteiles bewältigen müssen. Es kommen dabei sieben betroffene Kinder bzw. Jugendliche (drei Mädchen, vier Jungen), zwei Mütter und ein Vater zu Wort, die ihre Erfahrungen im Umgang mit dem Verlust schildern. Sie sprechen dabei über ihre Empfindungen, Einstellungen und Handlungen, die sie in dieser Lebensphase bestimmten.

„Leb wohl, lieber Dachs“ (Reihe: Medien zu wichtigen Erziehungsfragen)

Verfilmung des gleichnamigen Bilderbuches von Susan Varley.

„Einen Grund zum Leben find ich immer“ Dokumentarfilm, D 1994, 26 min, Sek II

Ein Film über das Sterben einer krebskranken Frau und ihren über 10 Jahre langen Kampf gegen den Tod. Sie selbst erzählt von ihrem Leben und den Veränderungen darin, nachdem sie von ihrer Krankheit erfahren hat. Tagebuchaufzeichnungen und Fotos ergänzen diesen Bericht eines Menschen in seiner bewussten Vorbereitung auf den Tod.

„**Nana**“ Spielfilm, D 1995, 102 min, ab 14

Die 16jährige Nana leidet an einer unheilbaren, tödlichen Krankheit. Der Film erzählt, wie sich Nana, ihr Vater und das Au-pair-Mädchen Jeanie mit der Krankheit auseinandersetzen. Der Vater kann die Krankheit nicht akzeptieren. Es fällt ihm schwer, mit seiner Tochter über seine und ihre Angst zu sprechen.

„**Ad vitam aeternam**“ Kurzspielfilm, F 1998, 11 min

Ohne gesprochene Dialoge, in einer anspielungsreichen und anspruchsvollen Bildvision beschwört der Film die Gemeinschaft der Lebenden und der Toten. Zwei Frauen besuchen Gräber von Angehörigen, während der Friedhofswärter in seinem Dienstraum das Foto eines verstorbenen Kindes betrachtet. Ihre Gedanken schweifen ab. Vielleicht nehmen sie es gar nicht wahr, aber der Friedhof ist voller Menschen, die zwischen den Gräbern zu tanzen beginnen. Dann formieren sich die Tänzerinnen und Tänzer zu einem Chor, der das „Lacrimosa“ aus Mozarts Requiem singt. Vergangenheit und Gegenwart, Realität und Traum, Trauer und Hoffnung gehen ineinander über und verbinden sich miteinander, bevor eine Glocke die Schließung des Friedhofs ankündigt. Die Toten werden wieder unsichtbar und die Lebenden kehren in die Alltagsrealität zurück.

„**Papierflieger**“ Kurzspielfilm, N 1995, 15 min, ab 6

Ein Junge wird mit dem Tod seines besten Freundes konfrontiert. Er fragt sich, wo der Freund geblieben ist. Die ihm von Erwachsenen angebotenen Hilfen kann der trauernde Jan nur teilweise nutzen. Durch seine Initiative, seine Beharrlichkeit und zielgerichtete Aktivität gelingt es mit Hilfe eines Mannes, die Trauer um den verlorenen Freund zum ‚Fliegen‘ zu bringen.

„**Anja, Bine und der Totengräber**“ Kurzspielfilm, D 1998, 32 min, ab 8

Anja, ein schüchternes, neunjähriges Mädchen, hat eine Riesenangst, im Schwimmbad vom Dreimeterbrett zu springen. Seit vor sechs Jahren ihr älterer Bruder durch einen Unfall ums Leben gekommen ist, versucht ihre Mutter übervorsichtig, Anja vor allem zu beschützen. Glücklicherweise gibt es Bine, Anjas beste Freundin. Sie ist ein wahres Energiebündel und macht Anja allein durch ihr Vorbild Mut und Lust auf das Leben. Während in Anjas Familie der Tod verdrängt wird, setzt sich Bine neugierig-kindlich damit auseinander. Erst als Anja Bine verliert, erfährt sie, dass man, um zu leben, den Tod nicht außen vor lassen darf.

Zu bestellen bei:

AV-Medien-Zentrale, Kardinal-Döpfner-Platz 5, 97070 Würzburg - Tel. 0931-386 62 267

av-medien-zentrale@bistum-wuerzburg.de

www.bistum-wuerzburg.de/Medien

Evangelische Medienzentrale Bayern, Hummelsteiner Weg 100, 90459 Nürnberg - Tel. 0911-430 42 15/16

Info@emzbayern.de

www.emzbayern.de

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 / Trauerprozesse.....Seite 13

Referat Schulpastorale, Diözese Rottenburg (März 2009):

<http://schulpastoral.drs.de/umgangtrauer.htm>

Abbildung 2 / Trauerphasen.....Seite 15

Körblein, H., Zeitschrift: Sicher durch den Schulalltag, (Oktober 2003). Ein Platz bleibt leer...

S. 7-13