

MECHTHILD SCHROETER-RUPIEPER

FÜR IMMER ANDERS

*Das Hausbuch für Familien
in Zeiten der Trauer und des Abschieds*

Patmos Verlag



Inhalt

VORWORT ZUR ÜBERARBEITETEN NEUAUSGABE	5
EINLEITUNG	6
DEM TOD BEGEGNEN	11
Wo erleben Kinder Abschiede, Tod, Vergänglichkeit?	11
Mit Kindern über den Tod sprechen	15
Wenn der Tod eintritt: notwendige Schritte und Abschiedsrituale	35
Wichtige und häufige Fragen rund um den Tod	49
TRAUERANLÄSSE	71
Tod der Großeltern	72
Tod eines Geschwisterkindes	73
Tod eines Elternteils	76
Wenn ein Kind tot geboren wird	79
Tod durch Suizid	80
Tod eines Haustieres	85
Abschied bei einer Scheidung	88
TRAUERREAKTIONEN	91
Wie Kinder ihre Trauer zeigen	94
Resilienz – die eigene Widerstandsfähigkeit	110
Trauerreaktionen bei Scheidung	112
Männer trauern anders, Frauen auch	121
Traumbegegnungen	124
Hilfen beim Betrachten persönlicher Verluste	127
MIT DER TRAUER LEBEN LERNEN - IDEEN UND ANREGUNGEN ...	131
Erinnerungen sammeln	131
Den Jahreskreis erleben	134
Gedenktage gestalten	150
EINE NEUE PARTNERSCHAFT	153
Worauf Sie achten können	153
Wie Kinder auf eine neue Partnerschaft reagieren	155
ZUM SCHLUSS	157
LITERATURHINWEISE UND LINKS	159
TEXT- UND BILDNACHWEISE	163
DANKE	164



VORWORT

zur überarbeiteten Neuauflage

Es war im Jahr 2009, mein erstes Buch »Für immer anders« war gerade erschienen und natürlich fester Bestandteil meines Trauerkoffers, den ich zu Erstbesuchen in trauernde Familien mitnehme. So auch zu Christinas Familie. Die Zehnjährige klagte Gott an, weil ihre Mama starb, obwohl doch die ganze Familie gebetet hatte, dass sie wieder gesund werden würde. Ich saß mit ihr im elterlichen Wohnzimmer und las ihr den Brief von Moritz vor (in dieser Ausgabe auf S. 60). »Zeig mal«, sagte das Grundschulmädchen und nahm das Buch an sich. »Voll spannend«, murmelte sie und las immer weiter. Ich schrieb der Familie eine Widmung auf die erste Seite und ließ das Buch als Geschenk zurück.

In diesem Moment begriff ich: Dieses Buch verdient wirklich den Namen »Hausbuch«, denn es lesen nicht nur Eltern, Großeltern und Fachkräfte darin, sondern auch Kinder finden Kapitel, die sie interessieren.

Bis heute höre ich bei Vorträgen und Seminaren immer wieder Sätze wie diesen: »Dieses Buch sollte in jedem Küchenregal stehen, genauso wie ein gutes Grundkochbuch!«

Dass dieses Buch so vielen Familien, aber auch den verschiedensten Berufsgruppen eine gute Hilfe geworden ist, freut mich sehr. Und es macht mich glücklich, dass es tatsächlich auf Küchentischen liegt, in Lehrerzimmern, Kindergärten und bei Hospizdiensten benutzt wird und in Stadtbüchereien und Universitätsbibliotheken zu finden ist.

Im Jahr 2020, in der Zeit der weltweiten Corona-Krise, die uns mit Wucht daran erinnert, dass unser Leben sehr verletzlich und jeder Mensch sterblich ist, erscheint diese überarbeitete, aktualisierte und völlig neu gestaltete Auflage von »Für immer anders.« Diese Neuauflage war an der Zeit, weil auch ich mit dem Buch gewachsen bin und ergänzende Erfahrungen in das Buch einfließen sollten. Aber weiterhin ist mir vor allem diese Botschaft wichtig: Mein Buch soll präventiv und im Ernstfall und über den Verlust hinaus dazu beitragen, dass wir keine Verlierer*innen sondern starke Krisenbewältiger*innen werden.

Mechthild Schroeter-Rupieper

EINLEITUNG

Keinem Menschen, erst recht keinem Kind, wünscht man traurige Erfahrungen auf seinem Lebensweg. Dennoch kann sich niemand die eigene Geschichte aussuchen. Es gibt Freude, es gibt Tränen, es gibt Sonne und Regen, Leben und Tod. In meiner Arbeit mit trauernden Familien ist mir aber eines klar geworden: Die Kinder, die Leid erleben, aber trauern dürfen und dabei Begleitung erfahren, gehen oft als starke Menschen aus dieser Situation hervor. Kinder in Trauerzeiten zu beschützen, heißt nicht, sie vor Traurigem zu bewahren, sondern sie zu begleiten. Und sie zu unterstützen, einen eigenen Ausdruck für ihre Gefühle zu finden.

»Ich hoffe nur, dass bald alles wieder so ist wie vorher!«, sagen Trauernde oft. Jedoch: Steht ein Abschied an, gehen alle verändert aus der Situation hervor. Man bleibt ohne den anderen zurück, ganz gleich, ob man diesen Menschen geliebt hat oder nicht. Aber dass es wieder so wird wie vorher, ist unmöglich. Es kann vielleicht wieder ähnlich werden, aber eben anders. Nicht nur die Situation hat sich verändert, auch die Menschen. Die, die gegangen sind, und die, die zurückbleiben, werden durch diese Erfahrung anders – für immer. Denn die neuen Erfahrungen verändern ihre Haltung zum Leben. Sie wird bestätigt oder verunsichert, niemals bleibt sie gleich. Die Begegnung mit Menschen verändert – und auch der Abschied von Menschen.

Einige Wochen nach dem Tod des Familienvaters ist der eineiige Zwillingsbruder des Verstorbenen als neuer Partner der Mutter in die gemeinsame Wohnung eingezogen. An der Wand hing im schwarzen Bilderrahmen der verstorbene Ehemann, Vater dreier Kinder und Bruder. Am Küchentisch saß ein Mann, der dem Verstorbenen zum Verwechseln ähnlich sah. Denken Sie, in der Familie wurde alles wieder wie vorher? Trotz seinem nahezu identischen Aussehen und großen Ähnlichkeiten in Gestik, Redensarten und inneren Haltungen war er für die Familie ein ganz anderer.

Auch in Familien, in denen Väter oder Mütter Wochen, Monate oder Jahre nach einer Trennung wieder in die Familie zurückkehren, wird es immer anders sein als vorher. Alle haben sich durch die Trennung verändert und die Rollen im Familiensystem wurden neu verteilt. Selbst wenn die Situation dann wieder »die alte« ist, ist dennoch alles anders, weil alle Erfahrungen dazugewonnen haben und durch die Situation neu

geprägt wurden. Mal hat das die Familienmitglieder geschwächt, häufig aber gestärkt.

Trauer muss gelebt werden

Damit es auch anders wieder gut werden kann, muss die Trauer gelebt werden. Und gerade für Familien ist es wichtig, gemeinsam mit Verlust, Abschied und Tod umgehen zu lernen und verschiedene Ausdrucksarten dafür zu finden. In meiner Praxis sprechen die Kinder und Jugendlichen nicht davon, welche tollen »Methoden« ihre Eltern dafür haben. Sie benennen als wichtigste Erwartung an ihre Eltern, dass diese da sind und zuhören, wenn die Jungen und Mädchen ihnen etwas erzählen wollen. Zwar reden sie häufig mit ihren Eltern gar nicht über ihre Trauer, aber sie benötigen die innere Sicherheit, dass sie das könnten, wenn sie wollten.

Und ein Zweites: Wer fragt, weiß schon etwas. Das kann bedeuten: Wer nicht fragt, benötigt Information oder möchte zurzeit nichts darüber wissen. Um zu erfahren, wie es bei den je Einzelnen gerade aussieht, muss man Fragen stellen, Gespräche anregen, aber auch Beispiele oder Möglichkeiten aufzeigen. Daher ist es sinnvoller, nicht erst abzuwarten, bis die Kinder selbst in der Lage sind, Fragen zu stellen, sondern als Eltern selbst Gesprächsimpulse zu geben oder Fragen zum Thema zu stellen.

In diesem Hausbuch der Trauer finden Sie daher Anregungen, miteinander ins Gespräch und ins Handeln zu kommen, damit Eltern ihre Kinder und Kinder ihre Eltern in ihrer je eigenen Trauer und Trauerreaktion besser verstehen können und verstehen lernen.

Annas Vater starb, als sie acht Jahre alt war. Die inzwischen Zehnjährige sagt über die von ihr gestaltete Maske: »Die Maske ist schön farbenströmend, das heißt, manchmal weiß ich nicht, wie ich mich fühle. Manchmal schön bunt wie eine Blumenwiese. Aber manchmal auch schwarz und traurig und sauer, sodass man gar nicht weiß, wie man sich gerade fühlt;

beziehungsweise was man gerade macht. Man sitzt nur blöd rum. Am Anfang hab ich mir das Leben ganz anders vorgestellt und dachte, dass es nur schön fröhlich ist. Aber leider ist es manchmal nicht so. Manchmal ist es traurig und man muss weinen. Zum Glück ist es



aber nicht immer so. Manchmal lacht man auch und ist fröhlich. Das ist schön!«

»Was soll ich nur sagen?« – Kinder frühzeitig informieren

Jeder Mensch hat ein Recht auf ehrliche, angemessene Information, ganz gleich, wie alt er ist, ob er mit einer Behinderung lebt oder als alter Mensch an Demenz erkrankt ist! Fast alle Menschen haben folgende Situation schon einmal erlebt: »Ist etwas?«, fragen wir unser Gegenüber, weil es sich »irgendwie anders« anfühlt. »Nein, es ist nichts«, ist die Antwort, die jedoch nicht beruhigt. Gerade Kinder spüren, wenn man Informationen zurückhält, ein Geheimnis in der Familie entsteht. Das irritiert und ängstigt sie und verursacht ihnen Schuldgefühle. Wenn man Kinder auf einen anstehenden Trauer- oder Todesfall vorbereiten möchte, sind Gespräche und, wenn sie das wünschen, Körperkontakt sehr wichtig. Dadurch fühlen sie sich ernst genommen und ihre Wahrnehmung wird bestätigt. Das wirkt auf Kinder beruhigend, selbst wenn der Anlass ein trauriger ist.

Ab welchem Alter spreche ich mit Kindern über den Tod?

»Ab welchem Alter sage ich meinem Kind, dass es die Farbe Gelb gibt?« Diese Frage stellt niemand. Obwohl wir wissen, dass einige Kinder die Farben lange nicht unterscheiden können, sagen wir schon den Kleinsten: »Schau mal da, die schöne gelbe Blume.« Wir lassen Kinder in eine Farbenwelt hineinwachsen und irgendwann können sie diese Farbe selbst benennen.

Genauso können wir es halten, wenn es um fröhliche oder traurige Dinge geht. Das gilt schon für kleinste Kinder. Wenn ich beispielsweise mein Baby auf dem Arm trage und traurig bin, weil mein Vater gestorben ist, wird das Baby meine Traurigkeit wahrnehmen und vielleicht sogar darauf reagieren, indem es weint. Schon dann (und selbst mit dem ungeborenen Baby im Bauch) kann ich mit meinem Kind sprechen, darf ich weinen. »Ich bin so traurig, weil Vater, dein Opa, heute gestorben ist.« Es wird die Mitteilung kognitiv nicht verstehen, aber fühlen: »Ja, etwas ist anders – aber Mama reagiert auf mich.« Selbst hinter einem fröhlichen Gesichtsausdruck verbergen sich feinste Stimmungsnuancen und Signale. Wenn ich also sage: »Pst, sei schön lieb. Warum weinst du denn? Ist ja alles gut ...«, wird mein Kind trotzdem spüren, dass etwas »nicht

stimmt«. Auch der Herzschlag und die Atmung können durch die zurückgehaltene Trauer für das Kind spürbar verändert sein. Wenn ich als Mutter oder Vater nicht im Einklang mit mir bin, löst das bei Kindern weitere Beunruhigung aus.

Warum halten Erwachsene nun die Information über einen Trauerfall zurück? Damit das Kind nicht traurig ist! Aber: Wenn der Opa stirbt, wenn Mutters Vater stirbt, dann ist das traurig und dann darf man auch traurig sein. Ich lache ja auch, wenn ich fröhlich bin, und verstecke meine Freude nicht vor dem Kind. Trauern, lachen, wütend sein, lieben ... all das gehört zum Menschsein dazu. Es liegt an

uns als Eltern, Großeltern und Pädagog*innen zu verhindern, dass bei unseren Kindern Wahrnehmungsstörungen aufgrund falscher Aussagen entstehen. Und wir können als verantwortungs- und liebevolle Erwachsene unseren Kindern helfen, in die Welt der Gefühle hineinzuwachsen, wie wir es bei der Welt der Farben ganz selbstverständlich tun.

Dieses Hausbuch für Familien soll Eltern, Kindern und weiteren Bezugspersonen Hilfen und Anregungen für den Alltag bieten. Die Inhalte und Beispiele informieren, regen zum Nachdenken an und zeigen Möglichkeiten auf, mit Trauer und Abschieden in der Familie zu leben.

Sie werden feststellen, dass es im Text Wiederholungen und Ähnlichkeiten gibt. Das ist bewusst so, denn Sie werden dieses Hausbuch nicht von vorne bis hinten an einem Stück durchlesen, sondern sich die Kapitel herausuchen, die Sie ansprechen. Daher habe ich wichtige Hinweise mehrfach im Buch untergebracht, damit Sie sie auf jeden Fall lesen, egal, wo Sie beginnen. Jedes Kapitel beinhaltet zudem praktische Erfahrungen, Anleitungen und Denkanstöße, die Ihnen helfen werden, die Informationen, die Sie hier finden, im Alltag umzusetzen.





DEM TOD BEGEGNEN

Wo erleben Kinder Abschiede, Tod und Vergänglichkeit?

Schon mit der Geburt erleben wir unseren ersten Abschied: das Geborenwerden aus der Geborgenheit der Mutter mitten in unsere Welt hinein. Im Lauf des Lebens folgen weitere Abschiede, die wir persönlich erfahren oder in unserem Umfeld entdecken. Das kann manchmal schmerzlich sein. Diese Abschiede lehren uns aber auch, den Schmerz und die veränderte Situation zu bewältigen. Oft gewinnen wir sogar etwas Neues hinzu. »Mein Sohn soll seine Kindheit fröhlich und unbelastet erleben! Wir möchten nicht, dass er irgendetwas zum Thema Tod mitbekommt.« Diese Worte, als Schutzmaßnahme von Eltern gedacht, sind auch Erzieher*innen und Lehrer*innen meist nicht unbekannt. Dennoch werden Kinder im ganz normalen Alltag bei vielen Anlässen mit Tod und Abschied konfrontiert.

Hier ein paar Beispiele:

- › Auf der Straße liegt ein überfahrener Vogel.
- › Die Topfblume vertrocknet.
- › Ereignisse wie die Corona-Pandemie bringen die Sterblichkeit des Menschen deutlich ins Bewusstsein.
- › Eine Kindergartenmutter hat eine Fehlgeburt, ein Baby wird tot geboren.
- › Im Schaufenster des Bestatters stehen Urnen und das Foto eines geschmückten Sarges; ein Leichenwagen steht vor dem Nachbarhaus.
- › Die Eltern trennen sich.
- › Eine Seifenblase zerplatzt.
- › Die Oma weint, wenn sie gefragt wird, wo Opa ist.
- › An Allerheiligen besucht die Familie den Friedhof und zündet Grablichter an.
- › Im Fotoalbum gibt es Menschen, die vor langer Zeit gelebt haben und jetzt nicht mehr da sind.
- › Ein Kind zieht in eine andere Stadt.
- › Der Jahreskreislauf wird am Beispiel eines Baumes besprochen.

- › Im Märchen stirbt die böse Stiefmutter.
- › Die Vorschulkinder verlassen den Kindergarten, Mitschüler*innen wechseln die Schule.
- › Ein Brief mit einem Kreuz auf dem Kuvert liegt im Briefkasten.
- › An der Wand hängt ein Kreuz mit einem toten Jesus daran.
- › Ein Kind hat das tote Meerschweinchen noch gestreichelt.
- › Ein Kindergartenkind weint, weil seine Mama es im Kindergarten zurücklässt.
- › Der Schmetterling wird den Kindern im Kindergarten als ein Symbol für Auferstehung vorgestellt.

Diese Erfahrungen bieten Eltern, Erzieher*innen und allen, die mit Kindern zu tun haben, die Möglichkeit, mit ihnen über Abschied und Tod ins Gespräch zu kommen. Dazu muss man nicht auf einen konkreten Todesfall »warten«, der als Anlass dienen könnte. Das Thema Tod hat so viele Facetten, dass es jederzeit in das Erleben und Lernen in Kindergarten und Grundschule einfließen kann und unreflektiert schon Bestandteil davon ist. Der Rhythmus der Jahreszeiten, naturkundliche Beobachtungen wie die Verwandlung der Raupe zum Schmetterling oder der Kaulquappe zum Frosch, die Entwicklung vom Samenkorn zur Sonnenblume und von der Zwiebelknolle zur Tulpe oder Lichtexperimenten (das Werden von Tag und Nacht) sind nur einige der Möglichkeiten, Kindern Vergänglichkeit, den Lebenskreislauf oder die Bedeutung von Anfang und Ende begreifbar und verstehbar zu machen. Auch an kirchlichen Feiertagen wie Ostern, Allerheiligen und Totensonntag gibt es Anknüpfungspunkte, die für Kinder ebenfalls nicht emotional belastend sind.

Konkret bieten die schwere Krankheit eines Großelternteils, der Tod eines Menschen im Familienkreis oder in der Nachbarschaft und auch der Tod eines Haustieres einen Anlass, miteinander ins Gespräch zu kommen. Fragen und Erzählungen der Kinder müssen dabei immer wahr- und ernst genommen werden. Manchmal stellen sich Erwachsene diesem Gespräch mit den Kindern nicht und begründen es etwa damit, alles Leid, Traurige und Dunkle von den kleinen Menschen fernhalten zu wollen. Doch wie sollen Kinder Fröhlichkeit und Helligkeit voll wahrnehmen, wenn ihnen der andere Pol verwehrt wird?

GESPRÄCHSBEREITSCHAFT VON ELTERN, ERZIEHER*INNEN UND LEHRER*INNEN

Vor allen Dingen die Bereitschaft zum Gespräch ist wichtig. Es geht nicht darum, alles »richtig« zu wissen. Eltern und Pädagog*innen sind wie alle anderen Menschen ihr Leben lang auf der Suche nach dem Sinn des Lebens, was auch den Tod einschließt. Manche Fragen kann man den Kindern mit allgemein zugänglichem Wissen beantworten, manche Antworten muss jeder Mensch für sich finden, da sie mit der eigenen Lebensdeutung zusammenhängen. Auf die klassische Frage »Wo ist jetzt meine Oma?« ist es wichtig, eine ehrliche und authentische Antwort zu geben. Diese kann auch mögliche Zweifel oder Hilflosigkeit beinhalten. Unterschiedliche Glaubensauffassungen und Meinungen verwirren die Kinder nicht, sondern zeigen ihnen die Vielfalt des Lebens auf. Ein Kind, das eine Frage zum Leben nach dem Tod stellt, hat sich vorher in der Regel schon eigene Gedanken dazu gemacht. Hier haben Erwachsene immer die Möglichkeit zurückzufragen: »Was glaubst du denn?« Daraus können wertvolle »philosophische« Gespräche entstehen.

DIE SORGE DER ELTERN

Manchmal zeigen sich Eltern besorgt. Sie erleben ihr Kind verängstigt, das Einschlafen fällt ihm schwer. Falls es im Kindergarten oder in der Grundschule keine furchtbaren Horrorgeschichten gehört hat, kann man jedoch davon ausgehen, dass es vielleicht schon viele Gedanken zum Tod gesammelt hat und nun glücklicherweise einen Anlass findet, davon zu erzählen, zu fragen und auch Ängste auszudrücken. Wenn Kinder jedoch spüren, dass traurige Themen ein Tabu sind und ihnen nahestehende Menschen »komisch« darauf reagieren, stellen sie vielleicht keine Fragen mehr. Sie suchen die Informationen anderswo und die Bilder ihrer Fantasie sind oft schrecklicher als die Tatsache selbst. Die Sorge, das Thema Sterben sei nichts für Kinder, ist oft Ausdruck eigener Berührungängste. Viele Erwachsene haben in ihrer Kindheit keine oder schlechte Erfahrungen mit Trennung, Abschied, Tod und Trauer gemacht, weil Kinderrechte weniger im Fokus waren. Gespräche mit Kindern können daher auch für erwachsene Menschen hilfreich und heilsam sein.

Manchmal sind Eltern auch besorgt, wenn der Kindergarten oder die Schule psychologische Begleitung oder professionelle Trauerhilfe empfohlen hat, weil das Kind nach dem Tod des Opas nun schon mehr als sechs Wochen traurig ist. Hier sei deutlich gesagt: Es gibt keine fest definierte Trauerzeit! Ein Kind, ja jeder Mensch, kann und darf sogar ein Leben lang von Zeit zu Zeit traurig sein, dass der geliebte Opa nicht mehr da ist. Professionelle Trauerhilfe als familienunterstützende Hilfe von außen kann jedoch immer dann sinnvoll sein, wenn sich ein trauernder Mensch dauerhaft in seinem Wesen zum Nachteil verändert: Ein fröhliches Kind findet keinen Grund mehr zum Lachen, der Freundeskreis eines Trauernden hat sich aufgelöst, die Trauernde hat keine Kontakte mehr zu anderen Menschen, keine Interesse mehr an irgendwelchen Aktivitäten. Trauerbegleitung empfiehlt sich auch immer dann – vielleicht auch nur für kurze Zeit –, wenn der Tod plötzlich eintritt, zum Beispiel bei Herzinfarkt, Schlaganfall, Unfall oder Suizid. Psychologische oder psychiatrische Hilfe wird nur dann benötigt, wenn ein Krankheitsprozess eingetreten ist. Dafür benötigt der Patient eine ärztliche Diagnose und Überweisung. Eine Trennungssituation oder ein Todesfall lösen in der Regel keinen psychologischen Bedarf aus; jedoch kann die Krisensituation den Bedarf an psychologischer Hilfe aufzeigen, der wahrscheinlich schon vor dem Verlust bestanden hat.

TROST

Neigen Sie dazu, Kinder nach einem Sturz mit den Worten »Es tut doch gar nicht weh! Hier hast du ein Bonbon« zu trösten? Wer schon einmal hingefallen ist und eine Schürfwunde am Knie hatte, weiß jedoch, wie weh das tut. Da muss man weinen und jammern dürfen, es ist eine normale Reaktion, die guttut. Bonbons und Ähnliches sollten nicht als Beruhigungsmittel eingesetzt werden. Bei Erwachsenen sind diese »Bonbons« dann oft Medikamente, die man ihnen verabreichen möchte. Wenn Sie aber Ihrem Kind sagen »Das glaube ich dir, dass das sehr weh tut! Komm, wir setzen uns hin, vielleicht wird es etwas besser«, bestärken Sie es in seiner Gefühlswahrnehmung und helfen ihm, diesen Schmerz zu spüren und auszuhalten.

HOFFUNGSBILDER UND LEBENSKREISLÄUFE KENNENLERNEN

Es gibt viele Möglichkeiten, Abschied, Sterben, Tod und Trauer, ebenso wie Hoffnungsbilder der Auferstehung, der Wiedergeburt, des Weiterlebens usw., anhand von Beispielen aus der Natur zu erleben. Der kahle Baum im Winter, die Blüten im Frühling, die Früchte im Sommer, die Farbenpracht im Herbst. Niemand, der das erste Mal eine Löwenzahnblüte sieht, kann sich vorstellen, dass sie sich in eine Pusteblume verwandelt. Doch wenn es in der Natur die Möglichkeiten dazu gibt, steigt dann nicht die Wahrscheinlichkeit, dass auch nach dem Tod des Menschen Verwandlung geschehen kann? Das weiß natürlich niemand sicher, aber ebenso wenig sicher weiß man, dass es nicht geschieht.

Den Tod in den Lebensalltag einzubeziehen, ist für Kinder und Erwachsene eine Bereicherung, nicht unbedingt eine traurige Angelegenheit. Das heißt nicht, dass man Kindern das Reden darüber aufzwingen muss. Sprechen Sie einfach über die Dinge, von denen Sie überzeugt sind oder an denen Sie zweifeln, und auf was Sie hoffen. Alleine und miteinander zu fragen und zu suchen, auf dem Weg zu sein, sich zu verändern – auch das ist eine Form von Verwandlung.

Mit Kindern über den Tod sprechen

In jeder Altersstufe verändert sich für unsere Kinder die Welt und damit auch ihre Vorstellungen vom Tod. Um diese Veränderungen zu wissen, ist für uns Erwachsene wichtig, damit unsere Erklärungen für Kinder verständlich sind.

Oftmals erscheinen Kinder nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen unberührt, wie z. B. die siebenjährige Lena, die sagte: »Dass Mama tot ist, macht mich nicht traurig. Daran habe ich mich schon gewöhnt.« Solche Aussagen sind ein Zeichen dafür, dass Kinder die Dimension des Verlustes noch nicht begriffen haben, sich jedoch in der veränderten Situation vorerst sicher fühlen. Dieses fehlende dimensionale Wissen hat nichts mit Intelligenz, sondern etwas mit der altersentsprechenden Entwicklung und Hirnreife zu tun.

Bei Kindern unter acht Jahren ist das Verständnis vom Tod individuell sehr verschieden und abhängig vom allgemeinen Entwicklungsstand

und den Erfahrungen, die sie bisher schon gemacht haben. Dennoch lassen sich alterstypische Merkmale des kindlichen Verständnisses von Abschied und Tod umreißen:

BIS ZUM VIERTEN LEBENSJAHR

Für fast alle Kinder unter vier Jahren ist der Tod nichts Bedeutsames, Endgültiges. Alles Lebensnotwendige kommt immer wieder, tot sein ist wie schlafen und wachwerden, fortgehen und wiederkommen. Den abstrakten Begriff »Tod« kann das Kind noch nicht begreifen. Die Stimmungen, die in der Familie durch Abschied, Verlust, Tod und Trauer herrschen, erfassen die Kinder auf der emotionalen Ebene. Diese Gefühle hinterlassen Spuren in ihrem emotionalen Gedächtnis. Kinder fürchten eher den Verlust oder die Trennung von Vater und Mutter als den konkreten Tod. Sie haben Angst, alleingelassen, verlassen zu werden. Dazu ein paar Beispiele: Tom, zweieinhalb Jahre, ist ein zufriedener, ausgeglichener Junge – außer abends, wenn er ins Bett gehen soll. Kaum ist die Gutenachtgeschichte erzählt und das Licht gelöscht, wird er, obwohl er müde ist, mobil: Er klettert aus dem Bett, weint, fragt nach etwas zu trinken. Er erlebt im Bett das Gefühl abendlicher Verlassenheit. Durch das Löschen des Lichts wird ihm das Alleinsein bewusst.

Andere Kinder stellen zum Beispiel nach einer Beerdigung Fragen wie: »Wo ist Oma und wann kommt sie endlich wieder?« Sie haben im Alltag gelernt, dass es manchmal Zeit braucht, bis alles wieder »an seinem Platz« ist. Dass jemand nicht mehr wiederkommt, ist erst einmal unbegreiflich. Sie können nicht zwischen Tod und zeitweiligen Trennung unterscheiden und glauben vorerst, der Tod sei eine vorübergehende Abwesenheit. Alle für sie wichtigen Menschen gehen arbeiten, einkaufen, spazieren – und kommen immer wieder. Kinder werden zur Oma gebracht und wieder abgeholt. »Nie-mehr-Wiederkommen« ist unvorstellbar, da sie es bisher noch nie erlebt haben.

**PATMOS
ESCHBACH
GRUNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



Für die Schwabenverlag AG ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns.
Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Überarbeitete und vollständig neu gestaltete Ausgabe

Alle Rechte vorbehalten

© 2020 Patmos Verlag,

Verlagsgruppe Patmos

in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

Umschlaggestaltung: Finken und Bumiller, Stuttgart

Umschlagfotos, von innen nach außen:

© Lavia; Steffz/Photocase; ASIFE/Photocase; Saiph Muhaamad/unsplash;

Isaac Mehegan/unsplash; Lavia; Lavia; Lavia

Innengestaltung und Satz: Jule Kienecker, www.jule-kienecker.de

Lektorat: Andrea Langenbacher, www.andrealangenbacher.de

Druck: Finidr s. r. o., Český Těšín

Hergestellt in der Tschechischen Republik

ISBN 978-3-8436-1267-8