

Warum sagt mir keiner was? – Die sagen ich bin zu klein!“

Wenn Kinder dem Tod begegnen, ist Trauer:

die Lösung und eine natürliche Reaktion
 Ausdruck von Liebes- und Bindungsfähigkeit
 Notwendig – Not wenden
 Kinder trauern in Pfützen, nicht in Flüssen

Trauerreaktionen:

fühlen / tun / denken / vermeiden
 hängt ab von:
 Prägung / Muster / Entwicklung / Eigenerfahrung

Todesvorstellungen:

3-6 Jahre: begreifen die Endgültigkeit oft noch nicht
 7-10 Jahre: suchen oft konkrete Antworten
 Jugendliche: schwanken zwischen Stärke und tiefer Trauer

Dem Kind von einem Todesfall erzählen

Ruhige Atmosphäre schaffen
 Genügend Zeit nehmen
 Fragen ehrlich beantworten
 Einfache Worte wählen - gestorben / tot / (lebt nicht mehr)
 Möglichst nicht vor dem Zubettgehen

Bild: was wir nicht sagen: sie ist auf eine Reise gegangen / er ist eingeschlafen / Gott hat ihn zu sich genommen

Kinder brauchen Erklärungen

-Erklärungen im Vorfeld
 (Bestatter/Trauerkleidung/Einäscherung/Urne ...)

Zeit zwischen Tod und Beisetzung nutzen

- ... gemeinsam Kleidung, Decke, Kissen aussuchen
- ... etwas mit in den Sarg geben: Bild, Brief, Kuscheltier ...
- ... etwas basteln
- ... sich verabschieden vom Verstorbenen
- ... Sarg / Urne bemalen

Verabschiedung / Beisetzung / Trauerfeier

- Erklärungen im Vorfeld -gut vorbereiten
- sich Unterstützung holen

Wir wünschen Kindern:

- ehrliche, zeitnahe Infos geben, auf altersentsprechende Weise
- Fragen ehrlich beantworten
- Teilhabe an vielen Prozessen ermöglichen
- sich Zeit nehmen und da sein
- eine gewohnte Struktur aufrechterhalten

Versch. Bilderbücher:

- Abschied, Tod und Trauer - Wieso, Weshalb, Warum / Ravensburger
- „Was ist das?“, fragt der Frosch - Max Velthuis / Sauerländer
- Abschied von Opa Elefant – Ein Bilderbuchgeschichte über den Tod, Isabel Alendi & Miriam Cordes / ellermann
- Knietzsche – der kleinste Philosoph der Welt (Buch und kleine „Pixi-Büchlein“) / Anja v. Krampen
- Geht Sterben wieder vorbei - Mechthild Schröter-Rupieper / thienemann Verlag
- Gelbe Blumen für Papa – Chris Paul / Balance Verlag
- Und was kommt dann – Pernilla Stalfelt / Moritz Verlag

Film:

- ardmediathek.de/video/willi-wills-wissen/wie-ist-das-mit-dem-tod

Hilfreiche Sätze – an Kinder gerichtet

Frage des Kindes → Mögliche Antwort/Reaktion

Was ist passiert? → „Dein Papa ist gestorben.“ → Details noch aufsparen für evtl. weitere Fragen.

Warum ist er gestorben? → „Wir wissen es noch nicht.“ „Dein Papa hatte einen Unfall.“

Bin ich schuld? → „Nein, du bist nicht schuld.“

Wann kommt mein Papa wieder? → „Dein Papa kann nicht wieder kommen. Wenn man gestorben ist / tot ist kann man nicht wieder kommen.“

Wo ist mein Papa? → „Dein Papa ist jetzt beim Bestatter, ... ist noch im Krankenhaus ...“
ABER: Vorsicht mit im Himmel und Seele → Der Körper bleibt auf der Erde! Es gibt viele Geheimnisse rund um den Tod.

Situation des Kindes → Mögliche Antwort/Reaktion

Kind versteht nicht was tot bedeutet. → „Körperliche Veränderungen = Herz schlägt nicht mehr, Blut kann nicht mehr fließen ...

Wenn das Kind spielt. → „Was spielst du da?“

Kind ist wütend, schlägt die Tür zu ... → Kind lassen, den Erwachsenen signalisieren, Kind schützt sich, um es auszuhalten

Kind ist ablehnend → Präsenz zeigen – auch stilles Dasein wirkt (es mit ihnen aushalten).

Kind spürt, dass etwas verheimlicht wird. → Lage entschärfen, Kind aus der Situation nehmen, Wasser trinken, spielen ...

Unsere Situation → Mögliche Antwort/Reaktion

Mir fehlen die Worte. → „Ich weiß gerade nicht, was ich sagen soll. Es ist sehr traurig.“

Offenheit signalisieren. → „Du darfst alles fragen – Und wenn ich etwas nicht weiß, sage ich dir das ehrlich.“ → Bereitschaft signalisieren Dinge zu klären.

Hilfreiche Sätze – an Eltern gerichtet

Situation → mögliche Antwort/Reaktion

Kind soll nichts wissen / Eltern wollen das Kind schützen. → „Kinder merken, dass etwas passiert ist (‘Antennen’) – auch wenn niemand etwas sagt. Sie brauchen einfache, ehrliche Worte, damit sie sich sicher fühlen können.“

Eltern fragen, ob oder was sie sagen sollen. → „Ja, das Kind braucht die Wahrheit, in Worten, die es versteht. Es hilft, wenn Sie das aussprechen – wir können Sie dabei unterstützen.“

Eltern haben Angst, das Kind zu überfordern. → „Die Fantasie ist schlimmer, als die Realität.“

Eltern sind selbst sehr aufgelöst. → „Sie müssen jetzt nicht alles richtig machen. Es reicht, wenn Sie ehrlich sind und dableiben.“

Eltern wollen Suizid ... nicht benennen → großer Vertrauensverlust, Gefahr: die Kinder erfahren davon auf dem Schulhof