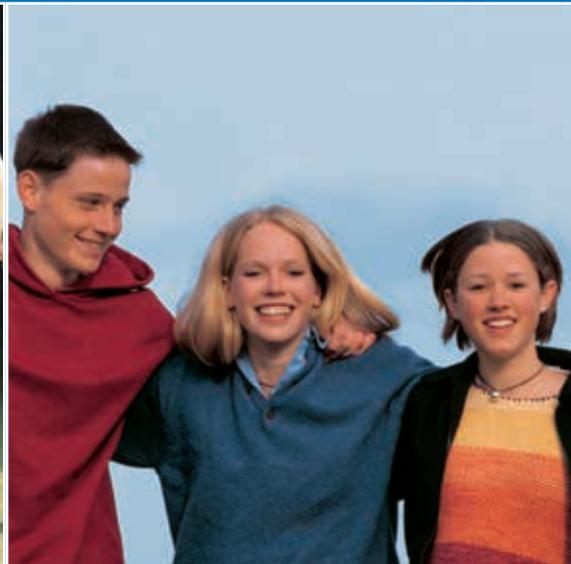


Elternbrief Nr. 14

der Neuapostolischen Kirche Süddeutschland

"Kinder und Tod. Wenn Kinder mit Sterben und Tod konfrontiert werden"



Liebe Geschwister, ihr lieben Eltern,
Amtsträger und Lehrkräfte,

in diesem Elternbrief beschäftigen wir uns mit einem tief berührenden und für Kinder besonders schwierigen Thema, der Begegnung des Kindes mit Sterben und Tod.

In unserer Gesellschaft kommen die Heranwachsenden über Medien und Computerspiele fast inflationär mit Tod und extremer, todbringender Aggression und Gewalt in Kontakt (dies soll in einem Elternbrief gesondert behandelt werden).

Andererseits wird das Thema Sterben und Tod - besonders, wenn es einen unmittelbar betrifft - tabuisiert oder zumeist mit großer Unsicherheit behandelt: "Tod und Trauer werden zunehmend anonymisiert und privatisiert. Todkranke kommen auf die Intensivstation; Beerdigungen finden im engsten Familienkreis statt, von Beileidsbesuchen bittet man abzusehen [...] Ein bisschen Trauer ist in Ordnung, dann aber ist Schluss. Dabei ist Trauer immer dann nötig, wenn Beziehungen enden [...] Und vielleicht, sagen Therapeuten, nimmt die Zahl der Depressionen auch zu, weil es diese Unfähigkeit zur Trauer gibt: Wer nie antwortlos die Schultern zucken darf, wird krank" (so Matthias Drobinski in der "Süddeutschen Zeitung" am 23.03.2009).

Nun können Sterben und Tod nicht in gleicher Weise gelehnet oder verharmlost werden, wie dies leider öfter zum Beispiel bei Suchtproblemen oder bei sexuellem Missbrauch der Fall ist (siehe Elternbriefe Nr. 8 u. 9, 11 u. 12). Jeder weiß schließlich, dass unser Leben endlich ist und jederzeit mit dem Tod enden kann - der Tod ist schließlich "der Sünde Sold" und wird nach unserer Glaubensüberzeugung nur diejenigen nicht treffen, die bei der Wiederkunft Jesu Christi "überkleidet" statt "entkleidet" werden (vgl. 2. Korinther 5,4).

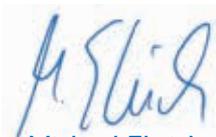
Warum also neigen die meisten Menschen dazu, Sterben und Tod auszublenzen? Meist sind es eigene Ängste, Unsicherheiten und Hilflosigkeit, die dazu führen, dass Erwachsene diesem existentiellen Ereignis im Allgemeinen und vor allem Kindern gegenüber aus dem Wege gehen - vielleicht deshalb, weil sie selbst als Kinder keine zufriedenstellenden Antworten auf ihre Fragen bekamen.

Für gläubige Christen ist beim Sterben eines geliebten Menschen die Gewissheit ein großer Trost, dass der leibliche Tod Übergang ist in ein neues Dasein in anderen Dimensionen. Apostel Paulus sagt dazu: "Leben wir, so leben wir dem Herrn, sterben wir, so sterben wir dem Herrn. Darum, wir leben oder sterben, so sind wir des Herrn" (Römer 14,8). Diese Glaubensgewissheit darf aber nicht dazu führen, die mit dem Sterben und Tod verbundene Trauer, das Leid und die aufwühlenden, oft bis tief ins Innerste erschütternden Gefühle zu verdrängen, zu verharmlosen oder gar zu ignorieren. Dies könnte, besonders bei Kindern, eine hilfreiche Trauerbewältigung verhindern - was wiederum ernstzunehmende Entwicklungsstörungen und auch Erschütterungen im Glauben nach sich ziehen könnte. Wir wissen heute, dass es wichtig ist, die mit Trauer verbundenen Gefühle wie Schmerz, Verzweiflung und Hader zuzulassen. Nur so kann eine Neuorientierung erfolgen und es können sich andere Gefühlsqualitäten, wie Freude und Fröhlichkeit, wieder entfalten.

Mit dem vorliegenden Elternbrief werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir Kindern gegenüber mit dem Thema "Tod" umgehen können - im konkreten Todesfall wie auch in einer vorbereitenden Erziehung, im "Erziehungsalltag".

Mit herzlichen Grüßen

euer



Michael Ehrich

Stuttgart, im Oktober 2009

Grundsätzliche Gedanken zum Schwerpunkt-Thema

Häufig ist von Eltern, aber auch von pädagogischen Fachkräften und Seelsorgern zu hören, Kinder seien noch zu klein, um zu verstehen, was Tod bedeutet. Viele Erwachsene meinen deshalb, man solle nicht mit kleinen Kindern darüber reden. Sie möchten sie wohlmeinend vor der Realität des Todes schützen und nicht mit etwas belasten, das sie noch nicht erfassen können¹.

Wenn es darum geht, ob und wie Eltern ihren (Schul)Kindern einen Todesfall in ihrer näheren sozialen Umgebung kommunizieren, wären Gedanken wie: "Das ersparen wir ihnen!" zu kurz gegriffen. Denn so würden die Kinder über ein elementares, einschneidendes Ereignis im menschlichen Dasein im Unklaren gelassen. Erfahrungsgemäß spüren Kinder beim Thema Tod sehr viel mehr als die meisten Erwachsenen annehmen - und fühlen sich dementsprechend alleine gelassen, wenn sich bei einem Todesfall aus dem Verwandten- / Bekanntenkreis niemand mit ihnen ausführlich und liebevoll darüber unterhält (siehe auch Fleck-Bohämilitzky 2004: S. 1; Reitmeier/Stubenhofer 1998: S. 11; Tausch-Flammer/Bickel 1998/2008: S. 12f).

Würden Kinder hier gleichsam wie in einem "Glashaus" abgeschirmt, um sie vor allen möglichen Einflüssen und Ereignissen zu schützen, könnte dies bedenkliche Auswirkungen für die kindliche Entwicklung haben: Wer im "Glashaus" sitzt, sieht vieles von dem, was sich außerhalb abspielt, kann aber auf Dauer nicht die nötigen Kräfte entwickeln, um sich mit der Atmosphäre außerhalb zu "akklimatisieren", d.h. sich damit auseinanderzusetzen und so "draußen" zurecht zu kommen.

Reden über Tod und Sterben bedeutet auch, "den Kindern Entwicklungsperspektiven für ihr Leben zu

ermöglichen" (Student 2005: S. 27). Wenn sich niemand mit dem Kind zusammen darüber Gedanken macht, niemand den Kinderphantasien dazu ein Ohr schenkt und niemand mittels eigener Einschätzung Orientierungshilfen und Sicherheit bietet, leidet es unter dem Gefühl, mit dem Ereignis "Tod" allein gelassen zu sein. Unreflektierte Vorstellungen und Phantasien sind oft schlimmer als das Reale (siehe auch Reitmeier/Stubenhofer 1998: S. 14).

In diesem Zusammenhang ist es von großer Bedeutung, den Tod niemals als Bestrafung Gottes für ein individuelles Fehlverhalten zu interpretieren.

Tod ist ein so komplexes und unmittelbar mit dem menschlichen Leben verbundenes Ereignis, dass es durch die Eltern in die Gesamterziehung von Kindern einbezogen werden sollte, denn "[...] die Auseinandersetzung mit Sterben und Tod [wäre] in einer nicht belasteten Zeit eine günstige Voraussetzung [...], um ein tragfähiges inneres Fundament zu bilden für eine spätere Zeit des Verlustes, die uns ohnehin bis an den Rand unserer eigenen Kräfte und Möglichkeiten bringen wird" (Tausch-Flammer/Bickel 1998/2008: S. 13). Das Kind vermag dann den Verlust eines geliebten Menschen - bei aller immer noch verbleibenden Dramatik - leichter zu bewältigen und in sein Weltbild einzuordnen.

¹ **Hinweis für Lehrkräfte:** In der Vorsonntagsschule sollen **Tod und Sterben von Menschen nicht thematisiert** werden, außer es bestünde eine konkrete Notwendigkeit, beispielsweise durch einen Todesfall in der Familie / im näheren Umfeld eines Kindes. (Es ist Aufgabe der Eltern der Vorschulkinder, ihr Kind im Rahmen der Gesamterziehung behutsam, mit einfühlsamen Beispielen aus Natur und Lebensalltag des Kindes, an dieses Thema heranzuführen; siehe Ausführungen oben.) In der Vorsonntagsschule kann jedoch, wenn es zum Lehrwerk-Inhalt passt, das Werden und Vergehen in der Natur thematisiert werden (Pflanzen, ggf. sterbende Tiere).

Erste Erfahrungen des Kindes mit dem Tod

Kinder erleben Vergängliches nicht erst, wenn ein ihnen nahe stehender Mensch stirbt. Die Natur zeigt eine Fülle von Beispielen des Werdens und Vergehens. Bereits das Welken einer Blume gehört in diesen Erlebnisbereich - was eine Zeitlang schön geblüht hat, verwelkt und stirbt ab. Möglicherweise bietet dieser Vorgang eine erste Gelegenheit, mit Kindern dieses Thema anzusprechen.

Viele Kinder erleben den Tod eines Tieres sehr schmerzlich. Das kann ein toter Vogel sein, den sie im Garten entdecken, oder ein überfahrenes Kätzchen am Straßenrand. Trauert ein Kind deswegen, sollte man die Gefühle des Kindes nicht abtun mit

Äußerungen wie: "Ist doch bloß ein toter Vogel!" oder: "So ist es eben in der Natur!", aber auch nicht dramatisieren - es wäre angebracht, Bedauern über den Tod des Tieres auszudrücken.

Noch intensiver empfinden dies Kinder beim Verlust eines geliebten, vertrauten Haustiers. Hier kann man, wenn es sich um ein Kleintier handelt (wie Vogel, Hamster), gemeinsam mit dem Kind eine Stelle im Garten oder an einer Wiese suchen, in der das Tier "begraben" wird: Damit wird dem Kind ein Gefühl der Geborgenheit und des "Versorgtseins" des Tieres und damit Trost für sich selbst vermittelt. Ebenso ist die Gestaltung einer

kleinen Erinnerungsstätte möglich (siehe auch Tausch-Flammer/Bickel 1998/2008: S. 21 u. 95ff). Zudem ist zu empfehlen, nicht gleich ein neues Tier als schnellen Ersatz zu besorgen. Vielmehr ist wichtig, dem Kind Gelegenheit zum Trauern zu geben und es in passenden Situationen entsprechend zu trösten.

Auf diese Weise lernen Kinder, auch mit schmerzlichen Erfahrungen umzugehen: dass Platz für Trauer und Tränen ist, dass gemeinsames Trauern tröstet, Geborgenheit vermittelt und den Zusammenhalt stärkt, aber auch, dass das Leben weitergeht und bei aller Trauer nach wie vor viele Freuden bereit hält. Dies erhöht die Frustrationstoleranz und hilft Kindern, zu starken Persönlichkeiten heranzureifen - nicht nur in Bezug auf Trauererlebnisse.

Hilfreich bei der kindlichen Trauerbewältigung ist erfahrungsgemäß, dem Entwicklungsstand des Kindes entsprechend klare Antworten auf dessen Fragen zu geben und zu versuchen, seinen Gefühlszustand zu verstehen und darauf einzugehen.

Das Verarbeiten des Verlustes eines Tieres und erst recht einer geliebten Person kann kleineren Kindern mit Hilfe entsprechender Geschichten und Bilderbüchern erleichtert werden (siehe Literaturliste). Ältere Kinder fühlen sich ernst genommen und gestärkt, wenn Eltern / wichtige Bezugspersonen mit ihnen über Unfälle, Unglücke und auch Verbrechen, von denen sie in Nachrichten oder in der Schule gehört haben, ausführlich sprechen und auf ihre Fragen eingehen.

Umgang mit einem konkreten Todesfall

Grundsätzlich haben Kinder noch größere Schwierigkeiten beim Trauern als Erwachsene, da sie noch unfähiger als diese sind, entsprechende Gefühle zu verbalisieren und es vor allem kleineren Kindern an der kognitiven Einsicht in die Alltagsgegebenheiten und -zusammenhänge mangelt (siehe auch Leist 1987: S. 149).

Man kann bei trauernden Erwachsenen und bei älteren Kindern in der Regel fünf Trauerphasen beobachten, die ineinander übergehen können: Nach Elisabeth Kübler-Ross und Dipl.-Psych. Gertraud Finger sind dies

- 1) die Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens, der Abwehr des Geschehens bis hin zum Verleugnen
- 2) die Phase der Gefühlsausbrüche, wie Hader, Zorn und Wut
- 3) die Phase des Erinnerns und Abschiednehmens bzw. bei Kindern oft des "Verhandelns" ("Wenn ich lieb bin, kommt er wieder?")
- 4) die Phase der Erschöpfung, verbunden mit Trauer und Depression
- 5) die Annahme des Unabänderlichen und die Bereitschaft zu einem Neubeginn

Zum Verständnis des trauernden Kindes ist es notwendig zu erspüren, in welcher Gemüts- und Trauerphase es sich gerade befindet. Dabei verläuft der Trauerprozess nicht linear, sondern in Zyklen, die unterschiedlich lang sind und vor allem bei kleineren Kindern sehr sprunghaft wechseln können. Trauer kennt keine Zeit, auch nach Jahren können plötzlich noch Tränen kommen.

Trotz der o. a. Phasen wirkt sich der Tod eines nahe stehenden Menschen bei jedem Kind unterschiedlich aus, je nach Alter, Reife, psychischer Verfassung und sozialer Situation, Vorerlebnissen

und Beziehung zum Verstorbenen. Zudem trauert jeder etwas anders. Persönliche Reaktionen auf den Tod können von völliger Verzweiflung bis sogar zum "Albern-Sein" reichen (Finger 2008: S. 9). Jeder braucht auch unterschiedlich lange, um Trauer zu verarbeiten. Von großer Bedeutung ist, diese Unterschiede zu akzeptieren und auf die jeweilige Gemütsverfassung des Kindes einzugehen, ohne dem Kind mit irgendwelchen "Norm-Vorstellungen" von Trauerverhalten zu begegnen.

Kinder können in der Regel Mechanismen des Selbstschutzes und der Heilung entwickeln, um einen Todesfall innerlich zu verarbeiten, insbesondere wenn dies durch die Eltern / betreuenden Erwachsenen unterstützt und nicht blockiert wird. In jedem Fall sollte ein Kind Leid und Trauer mit seinen Angehörigen teilen dürfen. Darüber hinaus können Eltern und Bezugspersonen über alle Altersstufen hinweg Kindern bei einem kurz bevorstehenden oder bereits eingetretenen Todesfall bei der Trauerbewältigung entscheidend helfen, wenn sie Folgendes beachten:

● Eltern sind auch beim Trauern Vorbild.

Eigenes Weinen und Trauern sollten sie nicht verbergen, vielmehr das Kind an der eigenen Trauer teilhaben lassen, sich dabei aber nicht darin verlieren, sondern gemeinsam wieder in den Alltag finden und sich an Schöнем freuen. Wenn Eltern offen trauern und dabei für sich selbst sorgen können, entlastet dies die Kinder ungemein. "Ihr Verhalten stellt in der Seele des Kindes Weichen, die tief greifende Auswirkungen auf das spätere Leben als Erwachsener haben können." (Fleck-Bohaumilitzky 2004: S. 11f)

Vielen Kindern hilft es in solchen Situationen, über ihren Schmerz, ihre Ängste, all ihre Gefühle in vertrauensvollen Gesprächen zu reden; sie wollen dabei einmal mehr in den Arm genommen werden, um sich geborgen zu fühlen.

● **Offenheit und Wahrhaftigkeit²**

Kinder können nicht vor der Realität des Todes "beschützt" werden. Schweigen bedeutet Dramatisieren, da Kinder spüren, dass "etwas nicht stimmt". Um nicht diffuse Ängste zu erzeugen, sollte man die Ursache, die zum Tod geführt hat, benennen, etwa so: "Es war eine schwere Krankheit"/"... ein Unfall"/"... Altersschwäche". Fehlt eine deutliche Aufklärung, sucht sich das Kind eigene Erklärungen, die mit der Realität oft nichts zu tun haben und das Kind unnötig belasten könnten.

Es kann für Kinder Angst erzeugend sein, wenn man z.B. sagt, die Oma sei "ruhig eingeschlafen" und "halt nicht mehr aufgewacht" - sie sorgen sich dann, selbst plötzlich nicht mehr aufzuwachen. Auch die Aussage, Opa sei auf einer "großen, weiten Reise", verschleierte die Endgültigkeit des diesseitigen Abschieds und lässt die Kinder hilflos zurück. Sie brauchen eindeutige Aussagen wie: "... ist tot / gestorben" und nicht: "... ist eingeschlafen"/ verloren"/"verreist". (Das Bild einer "Reise" kann als Erklärung des Todes dann taugen, wenn unmissverständlich ausgedrückt wird, dass sie ohne Wiederkehr ins irdische Leben ist.) Das wirkt zunächst sehr schmerzlich, lässt aber erst wirksame Trauerarbeit zu, die dann auch irgendwann abgeschlossen sein kann - im Gegensatz zu unklaren, vagen Erklärungen, die das Kind in einem belastenden Schwebestadium der Hoffnung auf ein irdisches Wiedersehen gefangen halten können. "Kinder können ihr Leid nur überwinden, wenn sie leiden dürfen" (Finger 2008: S. 170, auch Leist 1987: S. 149).

● **Die Fragen der Kinder ernst nehmen und ehrlich beantworten**

- auf keinen Fall abtun mit: "Dafür bist du zu klein!"; Kinder haben häufig Phantasien, die stark von Vorstellungen Erwachsener abweichen, und stellen, durchaus auch noch in fortgeschrittenem Alter, dementsprechende Fragen. Dann ist es wichtig, sie konkret zu beantworten, aber dabei nicht zu weit auszuholen, um das Kind nicht zu überfordern. Hat man nicht gleich eine passende Antwort parat, ist es günstig, dies auch zu sagen ("Da muss ich erst mal drüber nachdenken!" - "Das wissen wir Menschen nicht, das weiß nur der liebe Gott."). Eine Sammlung häufiger einschlägiger Kinderfragen und Vorschläge möglicher Antworten findet sich u. a. bei Ulrike Klinkenberg (Klinkenberg 1993), Christine Reitmeier (Reitmeier/ Stubenhofer 1998) und Daniela Tausch-

Flammer (Tausch-Flammer/Bickel 1998/2008). Wichtig: Auf wiederholte Fragen geduldig immer die gleiche Antwort geben - das gibt Sicherheit!

- Vom Sterbenden wie auch vom Toten sollte man die Kinder, wenn sie es möchten, **Abschied nehmen lassen**. Wichtig ist, sie dabei zu begleiten und mit ihnen vorher darüber zu reden. Wenn Kinder eine eigene Vorstellung haben, in welcher Form sie Abschied nehmen wollen, sollte man sie, soweit möglich, gewähren lassen (für den Verstorbenen ein Bild malen und ihm ins Grab mitgeben, einen Blumenstrauß ablegen usw.) und sie je nach Beziehung zum Toten und Alter des Kindes in die Gestaltung der Trauerfeier (zumindest im engsten Familienkreis) einbeziehen.
- Wenn das Kind **Schuldgefühle** ausspricht, ist es hilfreich, ausführlich darauf einzugehen und es aufzuklären. Besonders bei nahe stehenden Verstorbenen muss dem Kind gegenüber immer wieder betont werden, dass das Verhalten oder Denken des Kindes in keiner Weise mit dem Tod dieser Person in Zusammenhang steht.
- Eltern sollten **dem Kind helfen, mit seinen Gefühlen umzugehen**; zum Beispiel Verständnis für Zorn oder Regressionen ("Babysprache", weinerlich sein, Einnässen usw.) zeigen. Vom Weinen des Kindes darf man nicht ablenken oder es gar verbieten, man sollte es zulassen, ja unterstützen und dem Kind tröstend zur Seite stehen. Gegebenenfalls kann mit dem Kind darüber gesprochen werden, dass nur die "Hülle" des Verstorbenen im Sarg liegt, das Wesentliche des Menschen aber, seine Seele, weiterlebt. Gemeinsame Friedhofsbesuche sollten dem Kind auch längere Zeit nach dem Todesfall angeboten, dürfen ihm jedoch nicht aufgezwungen werden.
- Es ist hilfreich, mit dem Kind einen **Platz** zu schaffen, wo Fotos und **Erinnerungsstücke** an den Verstorbenen aufbewahrt werden können, genauso aber auch "trauerfreie Orte".
- Eltern sollten dem Kind **viel Zeit und Aufmerksamkeit schenken**, um in Ruhe auf das Geschehene eingehen zu können. Man darf das Kind nicht zur Auseinandersetzung mit dem Tod zwingen, soll sein Bedürfnis danach aber auch nicht übergehen. Es bietet sich an, gemeinsam Fotos des Verstorbenen anzuschauen und sich seiner zu erinnern, wenn das Kind keinen Widerstand dagegen zeigt - der Trauerschmerz kann auf diese Weise gemildert werden.

² In ihrem Buch "Opa hatte immer prima Ideen" (Klinkenberg 1993) nennt Ulrike Klinkenberg Möglichkeiten, wie Grundschulkindern in geeigneter Weise Sterben und Tod erklärt werden kann (Klinkenberg 1993: S. 15).

● Kreatives Tun

Man könnte passende **Rituale und Spiele** einführen, je nach Alter und Interessen. Spielen hilft vor allem Vorschul- und Grundschulkindern, Trauer zu überwinden. **Puppen und Stofftiere** können Kummer und Trauer mildern, sie wirken beruhigend und Angst mindernd. Auch **Malen** kann Kindern helfen, ihre Trauer auszudrücken und damit ein Stück weit zu bewältigen, da sie sich gedanklich und sprachlich noch viel weniger mit dem Tod auseinandersetzen können (Bewertungen dieser Kinderbilder durch Erwachsene sollten unterbleiben).

Für ältere Kinder und Jugendliche ist **Schreiben** eine Möglichkeit, auf eine gewisse Distanz zum Erlebten zu gehen, sie können sich gleichsam "den Kummer von der Seele schreiben" (Tagebuch, Brief an den Verstorbenen ...). Auch **sportliche Aktivitäten** oder Musizieren können älteren Kindern bei der Trauerbewältigung helfen.

Ebenso können **Lesen und Vorlesen** hilfreich sein. In passenden Geschichten können Kinder am Leben anderer teilnehmen und gleichzeitig viel über sich selbst erfahren: Sie können ihre eigenen Gefühle in fremden Gestalten erleben, sie in ihren Bildern und ihrer Sprache wiederfinden - in einer gewissen Distanz, die das Geschehen erträglicher macht. Hilfreiche Bücher sind u. a. daran zu erkennen, dass sie sich im Spannungsfeld zwischen Hoffnung und Schmerz, Liebe und Trauer bewegen und Gefühle wie Wut und Hilflosigkeit nicht ausklammern. Damit sind Kinderbücher eine wertvolle Hilfe für Eltern im Umgang mit dem Thema Tod (siehe Literaturliste).

Die genannten Möglichkeiten zur Trauerbewältigung können wichtige Brücken sein, um Kinder

aus Leid und Verzweiflung zu führen - sie können aber keineswegs **Vertrauenspersonen und liebevolle Menschen** ersetzen, die mit ihnen reden und ihnen Geborgenheit schenken! Insbesondere jüngere Kinder sind nach Begegnungen mit dem Tod auf eine besondere **Verlässlichkeit der Bezugspersonen** angewiesen.

● Gewohnte Alltagsstrukturen und Abläufe sollten, soweit möglich, nicht verändert, sondern bewusst beibehalten werden.

- Je nach Alter und Entwicklungsstand des Kindes sollen die Erziehenden ihm **hoffnungsvolle Gedanken und Überzeugungen aus unserem Glauben** nahebringen. Dabei muss man sich vor Spekulationen hüten und deutlich machen, dass wir auch als Gläubige nur wenig über die unsichtbare Schöpfung Gottes wissen. Auch wenn wir keine Antworten auf das "Warum" haben - Gott weiß um das Ganze; im Gegensatz zu unserer begrenzten Sicht sieht er immer alles. Er verhindert nicht Leid, ist aber den Menschen, wenn sie dies zulassen, im Leid nahe: beispielsweise in unseren **Gebeten**, in denen wir ihm unser Leid klagen und ihn um Hilfe und Kraft bitten, und in der Gemeinschaft der mitfühlenden Gemeinde.

Auf diese Weise kann dem Kind ein liebevoller, aber auch "großer, allmächtiger" Gott vermittelt werden. So ist es hilfreich, Gott als Wesen zu zeigen, das nicht alles Schwere und Leidvolle von uns abhält, das uns aber beisteht. Diese Glaubensgewissheit kann dem Kind dann wahrhaftig vermittelt werden, wenn Eltern und Erziehende sich selbst entsprechend damit auseinandergesetzt haben, davon überzeugt sind und dies auch vorleben.

Literatur-Verzeichnis:

1. Finger, Gertraud: "Wie Kinder trauern". Stuttgart 2008
2. Fleck-Bohaumilitzky, Christine: "Wenn Kinder trauern". München 2003
3. Fleck-Bohaumilitzky, Christine: "Wie Kinder Tod und Trauer erleben". In: Das Familienhandbuch des Staatsministeriums für Erziehung (IFP) 2004, www.familienhandbuch.de
4. Keyserlingk, Linde von: "Da war es auf einmal so still". Geschichten für die Kinderseele. Freiburg i. Br. / Basel / Wien 3. Aufl. 1997, zum Selberlesen und Vorlesen
5. Klinkenborg, Ulrike: "Opa hatte immer prima Ideen". Wir sprechen mit Kindern. Basel 4. Aufl. 1993, Themeneinführung für Eltern und Geschichten für Kinder
6. Leist, Marielene: "Kinder begegnen dem Tod". Gütersloher Taschenbücher/Siebenstern 956 1987
7. Reitmeier, Christine/Stubenhofer, Waltraud: "Bist du jetzt für immer weg?". Mit Kindern Tod und Trauer bewältigen. Freiburg i. Br. 1998
8. Student, Johann-Christoph: "Im Himmel welken keine Blumen". Freiburg i. Br. / Basel / Wien überarbeitete Neuauflage 2005
9. Tausch-Flammer, Daniela/Bickel, Lis: "Wenn Kinder nach dem Sterben fragen". Ein Begleitbuch für Kinder, Eltern und Erzieher. Freiburg i. Br. / Basel / Wien 14. Gesamtauflage 1998/2008 (Erster und Zweiter Teil)
10. Walper, Sabine: "Verlust der Eltern durch Trennung, Scheidung oder Tod". In: Oerter, Rolf / Montada, Leo (Hrsg.): "Entwicklungspsychologie" 5., vollständig überarbeitete Auflage, Psychologie-Verlags-Union 2002, München, S. 818-832
11. Drobinski, Matthias: "Wenn die Alles-Erklär-Gesellschaft Pause macht", Artikel in der "Süddeutschen Zeitung" vom 23.03.2009
12. Interview mit Martina Plieth, Religionspädagogin an der Uni Münster, in "chrison", das evangelische Magazin 04/2009 (Beilage "Süddeutsche Zeitung", "Die Zeit")
13. Kachler, Roland: "Damit aus meiner Trauer Liebe wird". Stuttgart 2007
14. Kachler, Roland: "Meine Trauer wird dich finden". Stuttgart 2005

Hinweis: Eine Auswahlliste von Kinderbüchern, die geeignet scheinen, um das Thema mit betroffenen Kindern umfassender anzugehen, liegt den Moderatoren der Gesprächskreise vor.

Fallbeispiele

Fallbeispiel 1:

Der sechsjährige Martin erlebt mit seinem dreijährigen Bruder einen dramatischen Verkehrsunfall, bei dem sein Vater im Beisein der Jungs stirbt. Martin und sein Bruder bleiben unverletzt; die Mutter ist zum Zeitpunkt des Unfalls zu Hause.

Die Mutter steht nach der Todesnachricht unter schwerem Schock, unfähig, das Geschehene zu fassen. Viele Verwandte kommen weinend zu ihr, um die Anteilnahme auszusprechen - die Mutter lässt dies (scheinbar) teilnahmslos über sich ergehen und wirkt wie gelähmt. Die beiden Kinder toben derweil in der Wohnung herum und sind kaum zu bändigen, was ein Teil der Anwesenden missbilligend, kopfschüttelnd zur Kenntnis nimmt.

Schließlich verschwindet Martin im Hof und ruft laut jedem, der kommt, die Nachricht zu: "Mein Papa ist tot! Mein Papa ist tot!" Dabei wirkt er in keiner Weise traurig. Bei der Beerdigung fällt er durch Herumhampeln und aggressives Verhalten auf.

Die Geschwister des verstorbenen Vaters reagieren fassungslos auf Martins Verhalten, ein Onkel versucht, ihn zu maßregeln. Anwesende Seelsorger schauen missbilligend, gehen aber nicht auf Martins Verhalten ein. Später lässt der Onkel gegenüber Martins Mutter durchblicken, dass er bei Martin Erziehungsdefizite feststellen müsse, die ihn besorgt machten.

Fragen:

1. Wie ist das Verhalten der Mutter und Kinder sowie der Verwandten einzuschätzen?
2. Wie kann Martin und seiner engsten Familie geholfen werden?

Fallbeispiel 2:

Der Opa mütterlicherseits der achtjährigen Miriam verstarb völlig überraschend an einem Herzinfarkt, als sie sechs Jahre alt war. Bis zu seinem Tod war er sehr aktiv und unternahm viel mit seinen Enkeln, so auch mit Miriam. Für alle Familienmitglieder war sein plötzlicher Tod ein Schock, zumal "Max-Opa" durch seine gutmütige, offene Art sehr beliebt war.

Die formellen und organisatorischen Regelungen im Zusammenhang mit dem Todesfall wurden von Miriams Eltern erledigt. Damit Miriam diese Zeit möglichst unbelastet durchleben sollte, wurde sie bis nach der Beerdigung des "Max-Opas" bei den Großeltern väterlicherseits untergebracht.

Miriam wusste nichts Konkretes von den Umständen des Todes und der Bestattung, da die Großeltern meinten, sie sei noch zu klein "für so was". Wieder zu Hause, traute sie sich nicht weiter nachzufragen, zumal ihre Mutter lange Zeit wie erstarrt wirkte.

Eines Tages im Sommer spielt Miriam mit ihren Eltern abwechselnd Federball auf einer Wiese vor ihrer Wohnung. Plötzlich fängt sie bitterlich zu weinen an und wirft den Schläger auf den Boden. Als die Eltern betroffen nachfragen, meint sie schluchzend: "Max-Opa hat doch hier immer mit mir gespielt, warum ist er nicht mehr da?!"

Die Mutter eilt weinend davon, der Vater ist irritiert und hilflos und sagt vorwurfsvoll: "Was kommst du denn jetzt damit daher?! Das ist doch schon zwei Jahre her, du weißt doch, dass Max-Opa tot ist! Jetzt siehst du mal, was du angerichtet hast!"

Miriam bleibt wie versteinert stehen, als der Vater seiner Frau naheilt.

Fragen:

1. Was könnte der Auslöser für Miriams Verhalten gewesen sein?
2. Was könnte das elterliche Verhalten bei ihr bewirken?
3. Was geht in den Eltern vor?

Trauern lernen - Zusammenfassung für uns:

Trauern sollte möglichst früh gelernt werden. Eltern helfen ihren Kindern, wenn sie Tod und Trauer nicht tabuisieren. Dazu müssen Eltern aber selbst in der Lage sein, zu trauern. Dann "erschrecken" sie auch nicht über entsprechende Fragen und Empfindungen ihrer Kinder und versuchen nicht, "sie mit Aktivitäten zuzudecken" (Finger 2008: S. 11).

Oft vermeiden Eltern, mit den Kindern über Sterben und Tod zu sprechen, weil sie sich bei der Auseinandersetzung damit hilflos und überfordert fühlen. Ein Grund mag sein, dass sie selbst als Kind keine Antworten auf die entsprechenden Fragen bekamen oder sie gar nicht erst stellen durften (s. a. Tausch-Flammer/Bickel 1998/2008: S. 19ff). Nicht selten wurde und wird das Thema auch ver-

drängt. Es gilt jedoch, die bittere und schwere Realität des Todes zu akzeptieren, und das Wahrnehmen des "Vergehens", also des Todes, macht naturgemäß erst einmal Angst. Der Blick auf die Begrenztheit und Kostbarkeit des (diesseitigen) Lebens kann aber helfen, die Lebenszeit bewusster zu nutzen.

Aus der Erkenntnis unseres Glaubens heraus verstehen wir den (leiblichen) Tod nicht als "letztes Ende" des menschlichen Lebens, sondern als Anfang eines neuen Daseins. So sind gerade wir Christen in besonderer Weise aufgerufen, uns diesem Thema zu stellen und mit unseren Kindern offen und einfühlsam darüber zu sprechen, ohne dabei Gefühle wie Trauer, Verzweiflung, Hilflosigkeit, manchmal auch Wut, sich verlassen fühlen o. ä., zu übergehen.

Trotz aller Glaubenszuversicht sind wir - Erwachsene wie Kinder -, wenn ein geliebter Mensch gestorben ist, erst einmal tieftraurig und verzweifelt. Warum? Weil wir nie mehr mit ihm sprechen, ihn nie mehr hören und berühren, ihm nie mehr in seiner leiblichen Gestalt begegnen können und nie mehr die Möglichkeit haben, etwas mit ihm gemeinsam zu unternehmen. "Trauer ist eine gesunde, lebensnotwendige [...] Reaktion auf Verlust- und Trennungseignisse. Trauer kann nicht vergessen und durch die Zeit ‚geheilt‘ werden. Sie sucht immer nach Ausdruck, der sich, wenn er ihr verwehrt bleibt, gegen uns richtet und sich in einer Reihe körperlicher wie seelischer Beeinträchtigungen äußern kann. Unausgedrückte Trauer wirkt lebenshindernd" (Student 2005: S. 200).

Kinder und Erwachsene erfahren und zeigen Trauer auf sehr verschiedene Art und Weise. Schreien, Stöhnen, Wut, Zorn, Weinen, Aggression, Trotz, Hilflosigkeit, Schuldgefühle, Schuldzuweisungen, Selbstmitleid, Verzweiflung können solche Empfindungen und Ausdrucksformen sein. Aber nicht nur die Seele, auch der Körper reagiert auf den Verlust eines geliebten Menschen. Dies kann sich in Symptomen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Beklemmungen, etc. äußern. (s. a. Tausch-Flammer/Bickel 1998/2008: S. 48f).

Trauer kann man nicht auflösen, aber man kann Halt in der Trauer geben. Erfolgreiche Trauerarbeit kann "stark für's Leben machen" (Reitmeier/Stubenhofer 1998: S. 76). "Weinen, Tränen und andere [...] Ausdrucksformen wirken heilsam auf die schmerzenden [...] Wunden des Verlustes und des Abschieds." (Student 2005: S. 200)

Wenn sich Menschen gegen die Trauer wehren, da sie sich nicht dem Schmerz aussetzen oder auch ihre Gefühle verbergen wollen, ist es nicht möglich, den Verlust zu verarbeiten. Die Folgen nicht bewältigter Trauer können dazu führen, dass die oben genannten Symptome chronisch werden und dass schwere, anhaltende Entwicklungsstörungen auftreten, je nach Alter des Kindes und dessen Beziehung zum Verstorbenen (siehe Leist 1987: S. 61ff, S. 98 und S. 170).

"Es führt kein Weg an der Trauer vorbei, sondern nur durch sie hindurch" (Student 2005: S. 200).

Kindern brauchen beim Trauern besondere Unterstützung; dies desto mehr, je enger sie mit dem Verstorbenen verbunden sind - also:

- **Trauer bei sich und dem Kind zulassen**
- **Das Kind nicht mit der Trauer alleine lassen.** Besondere Zuwendung, Liebe, Geborgenheit und Sicherheit durch offene Erwachsene, die ihre Trauer nicht verbergen, sondern dem Kind zeigen, wie sich Trauer anfühlen kann, wie sie bewältigt, in den Alltag integriert und die Liebe zum Verstorbenen erhalten werden kann, ohne ihn dabei zu idealisieren.
- **Trost statt Vertröstung** - keine vagen und verharmlosenden Umschreibungen, sondern ausführliche Gespräche mit klaren, aber einfühlsamen Aussagen über den Tod und dessen Begleitumstände mit anschaulichen, kindgerechten Bildern; Kinderfragen ernst nehmen
- **Impulse zum aktiven Verarbeiten geben**, je nach Neigungen und Bedürfnissen des Kindes, z. B. über Spiele, Malen, Lesen/Vorlesen, Schreiben (Briefe, Tagebuch, virtuelle Beratung), Haustiere
- **Einbeziehen der Kinder in Trauerfeiern / Trauerrituale und bewusstes Abschiednehmen**, gegebenenfalls auch von Sterbenden in ihren letzten Lebenstagen. Erinnerungs-Orte einführen und dem Kind Gelegenheit geben, diese mit ihm zusammen oder auch alleine aufzusuchen
- **Verständnis für den spontanen kindlichen Wechsel der Gefühlsschwankungen**
- **Erhalt gewohnter Strukturen**
- Die **Gewissheit vermitteln: Der Tod beendet das Leben, aber nicht die Liebe!** Gott bleibt liebevoller Schöpfer und Vater, der zwar Leid zulässt, aber auch hilft, es zu tragen. Hoffnungsvolle Gebete und die Gewissheit des ewigen Lebens

Matthäus 5,8: "Selig sind, die da Leid tragen; denn sie sollen getröstet werden."

Ausblick

Zu diesem Schwerpunkt-Thema finden im Zeitraum Dezember 2009 bis April 2010 Gesprächskreise statt. Eingeladen sind alle an diesem Thema Interessierten.

Unsere nächsten Themen:

- **Das "schwierige Alter" - Probleme in der Pubertät und Adoleszenz**
- **"Der Höchste: Die Priorität meines Lebens?"**

Neuapostolische Kirche Süddeutschland K.d.ö.R.

Heinestraße 29, 70597 Stuttgart

© Nachdruck, auch auszugsweise, ist nicht gestattet.