

Bachelorarbeit

Tod und Trauer bei Kindern

eingereicht von

Kummer Marie

Geburtsdatum: 8.3.1990

zur Erlangung des akademischen Grades

Bachelor of Science (BSc)

der Gesundheits- und Pflegewissenschaft

an der

Medizinischen Universität Graz

Begutachterin:

Mag.phil. Dr.phil. Susanna Schaffer

Billrothgasse 6/I

8010 Graz

Lehrveranstaltung:

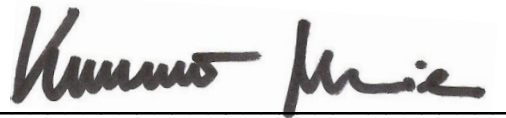
„Evidence based nursing“

Graz, am 21. Februar 2013

EHRENWÖRTLICHE ERKLÄRUNG

Ich erkläre ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Bachelorarbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst habe, andere als die angegebenen Quellen nicht verwendet habe und die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe. Weiters erkläre ich, dass ich diese Arbeit in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt habe.

Graz, am 22. Februar 2013



Unterschrift

INHALTSVERZEICHNIS

ZUSAMMENFASSUNG	III
SUMMARY	IV
1. EINLEITUNG	1
2. AUFBAU UND LITERATURRECHERCHE	2
3. THEORETISCHE GRUNDLAGEN.....	3
3.1 DEFINITION TRAUER.....	4
3.2 TRAUERAUFGABEN DES KINDES NACH JAMES WILLIAM WORDEN.....	8
4. VORSTELLUNGEN VON TOD UND AUSDRUCK KINDLICHER TRAUER.....	13
4.1 KINDER UNTER DREI JAHREN	17
4.2 KINDER VON DREI BIS FÜNF JAHREN.....	19
4.3 KINDER VON SECHS BIS NEUN JAHREN	20
4.4 KINDER VON ZEHN BIS VIERZEHN JAHREN	22
5. TRAUERARBEIT IM BEZUG AUF INFORMATION, ANLEITUNG UND BERATUNG	25
5.1 VORRAUSSETZUNG FÜR DIE TRAUERARBEIT	27
5.2 DIE ARBEIT MIT DER TRAUER.....	29
5.3 „ALLES IST ANDERS“ EIN PROJEKT FÜR TRAUERENDE KINDER.....	36
6. FAZIT.....	38
LITERATURVERZEICHNIS	39

ZUSAMMENFASSUNG

Kindliche Trauer ist ein Wechselbad der Gefühle. In einem Moment kann das Kind überaus vergnügt sein, im anderen Moment betrübt. Die wechselnden Gefühle sind kein Anzeichen für ein allgemeines Schema. Vor allem bei kleinen Kindern ist es normal, dass sie die gesamte Situation noch nicht überblicken und deshalb die Trauer nicht gleichbleibend intensiv, sondern langanhaltend ist. Das ist ein Schutzmechanismus des Kindes und verhindert, dass die weitere Entwicklung gefährdet wird. Der Trauerprozess eines Kindes ist oft weniger nachvollziehbar als der von Erwachsenen. Es ist schwer, Charakteristika und Merkmale der trauernden Kinder in ein fixes Schema zu packen. Abhängige Faktoren bei trauernden Kindern sind, das Alter des Kindes und ob es über Erfahrungen verfügt. Je nachdem wird sich die Trauerreaktion eines Kindes immer anders zeigen und andere Ausdrucksweisen hervorrufen (Franz 2008, S. 88 – 89).

In der Trauerarbeit mit Kindern ist es wichtig, mit dem Kind sensibel und achtsam umzugehen. Der Begleiter oder die Begleiterin sollte empathisch und beobachtend arbeiten. Das trauernde Kind sucht nach Nähe und deshalb sollte der Begleiter oder die Begleiterin als Stütze und Zuhörer oder Zuhörerin agieren.

SUMMARY

The feelings of a grieving child can be very different. In one moment the child is happy in the other moment he or she is sad. The child can't deal with the death of a family member – the child is overwhelmed. The grief is not consistently intense but lengthy. The grieving process of a child has different characteristics. A three year old child reacts in another way as a seven year old child. It depends on the age of the child and experiences with death. A helper has to know this information. The helper must be sensitive and attentive. The helper must have an empathic character. The most important thing in grief work with children is listening and watching.

1. EINLEITUNG

Trauer und Tod sind Themen, die sich schon in der Kindheit durch eine positive Auseinandersetzung und Verarbeitung manifestieren sollten. In Familien, in der Sterben, Tod und Trauer ein Tabu sind, werden sich Kinder mit Loslassen und Abschiednehmen schwer tun und im Gegenzug Ablehnung und heimliches Vertuschen erleben (Tropper 2003, S. 21).

Trauernde Kinder suchen sich gewöhnlich eine Bezugsperson aus, welche sie ihre Trauer anvertrauen. Dabei sollte die Vertrauensperson einen behutsamen Umgang mit trauernden Kindern pflegen und Bereitschaft zeigen auf ihre Emotionen einzugehen (Tropper 2003, S. 21).

Jedes Kind zeigt seine Trauer anders. Erwachsene sollten auf ihre Gefühle vertrauen wenn sie Kinder trösten. Wichtig ist, das Kind nicht auf morgen oder übermorgen zu vertrösten, sondern im Hier und Jetzt, ab dem ersten Moment da sein (Tropper 2003, S. 22).

2. AUFBAU UND LITERATURRECHERCHE

Die Arbeit ist in drei Hauptteile gegliedert: Theoretische Grundlagen, Vorstellungen von Tod und Ausdruck kindlicher Trauer und Trauerarbeit in Bezug auf Information, Anleitung und Beratung.

Im ersten Kapitel werden die Entstehungen eines Todeskonzeptes beschrieben und Trauer als Begriff definiert. Die kindliche Trauer in den Trauerphasen wird ebenfalls erklärt.

Das zweite Kapitel bezieht sich auf Todesvorstellungen von Kindern und wie sich kindliche Trauer in den verschiedenen Altersstufen ausdrückt. Dabei werden typische Verhaltensmuster und Reaktionen auf den Tod eines nahestehenden Familienmitglieds beschrieben.

Im dritten und letzten Kapitel werden Methoden der Trauerarbeit mit Kindern dargestellt. Dabei wird die Trauerberatung als wichtigstes Instrument der Trauerarbeit beschrieben.

Die Arbeit wird von zwei fundamentalen Forschungsfragen geleitet:

- *Was verstehen Kinder unter Tod und wie zeigt sich ihre Trauer in den verschiedenen Altersstufen?*
- *Wie können Kinder in ihrer Trauer begleitet werden?*

Die Forschungsfragen basieren auf relevanter, praxisorientierter und evidenzbasierter Literatur. Literatur aus der Medizinischen Universität, Karl-Franzens-Universität, sowie aus E-Journals wurde hierzu verwendet.

3. THEORETISCHE GRUNDLAGEN

Im ersten Kapitel werden die Grundlagen über das Verständnis von Trauer dargestellt. Jeder Mensch entwickelt sein eigenes Todeskonzept. Wie sich Trauer ausdrückt, ist vom individuellen Todeskonzept abhängig.

Die Vorstellungen über den Tod sind Bestandteil des menschlichen Weltbildes. Im Laufe des Lebens entwickelt jeder Mensch bestimmte Bilder über den Ursprung des Lebens, den Beginn menschlicher Existenz sowie auch über den Tod und seine Bedeutung für das individuelle Weltbild. Diese Auffassungen über Leben und Tod gibt es nicht erst seit ein paar Jahren, schon seit Beginn der Menschheit sind sie ein fixer Bestandteil (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 18).

„Durch die enge Beziehung zwischen Leben und Tod sowie durch die Begrenztheit, die der Tod unserem Leben gleichsam vorgibt, erfährt das Leben gerade angesichts des Todes eine ganz besondere Qualität. (...) Nur durch das Bewußtwerden der Endlichkeit unseres Daseins sind wir aufgerufen, Einmaliges zu schaffen, Individualität lebendig werden zu lassen und den Fragen nach dem Sinn unseres Daseins nachzuspüren.“ (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 18)

Abschiednehmen und das Leben nach dem Tod haben unser menschliches Handeln seit eh und je beeinflusst und sind deshalb ein wichtiger Bestandteil unserer Existenz (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 20).

„Die große Bandbreite an Vorstellungen und konkreten Verhaltensweisen zeigt die Abhängigkeit des Todeskonzeptes von historischen und kulturellen Größen. Jede Zeit und jede Kultur hat ihre eigenen Vorstellungen von Leben und Tod entwickelt, hat gleichsam ihr eigenes Todeskonzept entworfen.“ (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 20)

Wir leben in einer Zeit, in welcher der Tod keinen Platz findet, indem er ausgeklammert wird und eher als „Unfall“ gesehen wird. Heutzutage gibt es keine geregelten Abschiedsrituale mehr und dadurch ist die Selbstverständlichkeit nicht mehr da, bei denen die Menschen am Prozess des Sterbens teilnehmen können (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 21 – 22).

„Die Pole des Lebens – Geburt und Tod – sind aus dem familiären Rahmen verdrängt worden, sind gleichsam ausgebürgert und delegiert worden.“ (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 23)

Der selbstverständliche Umgang mit Leben und Tod und den betroffenen Gefühlen ist nicht mehr Bestandteil und kann somit nicht erfahren werden. Es kommt zu einer Abspaltung der Emotionen, da man mit diesen Erfahrungen nicht mehr umgehen kann beziehungsweise möchte. Dadurch entsteht eine Angst gegenüber dem Tod (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 24).

Das Todeskonzept des Einzelnen entsteht durch kulturelle, religiöse und familiäre Rahmenbedingungen. Der kulturelle Einflussfaktor beschreibt die Bilder und Vorstellungen über Sterben und Tod, die sich im Einzelnen im Laufe der Entwicklung manifestieren. Immer wieder können neue Bilder in uns auftauchen, die sich nur im größeren kulturellen Umfeld einprägen können. Der religiöse Einflussfaktor steht eng in Verbindung mit dem kulturellen. Ein großer Bestandteil der Religion ist der Tod mit seinen Jenseitsvorstellungen, der Erlösung oder der Prüfung. Der dritte Einflussfaktor betrifft die individuelle Familie mit ihren Denk- und Verhaltensmuster über den Tod, die jedes Familienmitglied prägt. Die drei Faktoren beeinflussen das Kind und entwickeln sich bis zum Erwachsenenalter zu einem individuellen Todeskonzept (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 24).

3.1 Definition Trauer

Tod ist ein Teil des Lebens, der Tod macht unser Leben erst lebenswert. Im Innersten weiß jeder Mensch, dass das Leben nicht unendlich und deshalb wertvoll und sinnvoll ist. Leben, Tod und Trauer gehören zum Lebenskreislauf, sind sozusagen zentrale Lebensthemen (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 13).

„Grundsätzlich ist die Trauerreaktion eine Fähigkeit, die mit uns geboren wird. Sofortnach der Geburt tritt sie in Erscheinung als das bekannte Verhalten des Neugeborenen: weinen, schreien, protestieren, klagen usw. Die erste schmerzhafteste Trennung ist der Verlust des paradiesischen Aufenthaltes im Bauch

der Mutter, und die letzte, vielleicht schwerste, ist die Trennung von der Welt und den Menschen, wenn man stirbt.“ (Müller-Domnig 2006, S. 5)

Viele Menschen haben „Angst“ vor der Trauer, erschrecken, fühlen sich gefangen oder versuchen sie abzuschütteln. Trauer ist unabhängig von Alter, Wohlstand, Geschlecht, Bildung, Rasse oder Religion – sie ist ein Teil in uns. Tod aber auch Abschiede und Verluste lösen Trauer aus. Am höchsten anerkannt ist Trauer beim Tod eines Menschen, zumindest für eine Weile. Im Trauerprozess gehen viele Schutzmechanismen, die im Alltag hilfreich sind, verloren. An trauerlosen Tagen verspüren wir Kraft, Schwung, Leichtigkeit und Lebensenergie. An Tagen der Trauer verlieren wir diese alltäglichen Selbstverständlichkeiten und haben keine Stützkraft mehr. Trauernde fühlen sich daher oft eingesperrt, eingengt und hilflos (Müller, Schnegg 2004, S.13).

Der Tod eines geliebten Menschen lässt auch in uns etwas sterben. Die gemeinsame Welt, die zwischen zwei Menschen aufgebaut wurde, ist dann nicht mehr. Wir sind daher aufgefordert eine neue Welt und neue Perspektiven zu schaffen. Trauern wird oft als „Schwäche“ verstanden, ist aber ein ganz normaler psychologischer Prozess, der für die seelische Gesundheit des Menschen wichtig ist (Kast 2006, S. 7 – 8).

„Die Welt tritt dem Trauernden anders gegenüber als dem Menschen, der nicht trauert. Und je stärker die Trauer und der Tod in einer Gesellschaft verdrängt werden, umso weniger spontan wird diese Gesellschaft mit den Trauernden umgehen, desto schneller wird sie fordern, dass man nun endlich wieder einmal mit der Trauer aufhören sollte.“ (Kast 2006, S. 8)

Trauernde Menschen erleben die Welt anders, als nicht trauernde Menschen. In Momenten der Trauer kämpft man mit den Problemen eines Verlustes und ist meist völlig desinteressiert am übrigen Weltgeschehen. Hinzu kommen die Sinnfrage und die Frage nach dem Schicksal, die das Trauern erschweren. Eigentlich ist es Teil des Trauerns nicht zu verstehen, was passiert ist, das heißt keinen Sinn zu sehen und trotzdem weiterzuleben. Auch die Hoffnung einmal

einen Sinn im Sterben eines anderen zu finden, zählt zum Trauerprozess. Das „Problem“ beim Trauern ist die Auseinandersetzung mit sich selbst und dem veränderten Lebensgefühl (Kast 2006, S. 8 – 10).

Die Gesellschaft darf Trauer nicht länger als „Krankheit“ sondern als etwas Natürliches und Wesentliches sehen. Dafür ist es notwendig die Angst vor der Trauer zu überwinden, die Realität anzunehmen, und Lernen damit umzugehen. Verluste begleiten uns das ganze Leben und deshalb ist es wichtig sich damit auseinanderzusetzen und zu verstehen, dass das Leben sterblich ist und Verluste wehtun (Kast 2006, S.11).

Verena Kast, schweizer Tiefenpsychologin, setzte sich intensiv mit dem Thema Trauer auseinander und entwickelte die Trauerphasen: Die Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens, die Phase der aufbrechende Emotionen, die Phase des Suchens und Sich-Trennens und die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs. Jede dieser Phasen hat ganz bestimmte Merkmale, die sie nach jahrelanger Forschung als Trauerphasen analysiert und entwickelt hat. Die Trauerphasen gelten als allgemeingültig und sind eine wichtige Grundlage für das Verständnis von Trauer (Die Johanniter 2011, S. 1)

Die Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens bezeichnet den Gefühlsschock. Der Trauernde oder die Trauernde erfahren vom Tod eines geliebten Menschen. Es folgt eine Empfindungslosigkeit und Starre. Diese Phase kann Stunden bis eine Woche dauern. In dieser Phase braucht der Trauerende oder die Trauernde Unterstützung. Personen, die helfen möchten, sollten das richtige Verhältnis zwischen Nähe und Distanz finden. Wichtig ist dem trauernden Menschen die notwendige Wärme zu geben, aber trotzdem eine gewisse Eigenständigkeit zu überlassen. Aufgrund des Schockzustandes ist es auch ganz natürlich das Menschen gar nicht weinen müssen. Ein zu starkes Gefühl muss erst überwältigt werden damit umgegangen werden kann (Kast 2006, S. 14 – 16)

In der zweiten Phase der aufbrechenden Emotionen kommen Wut, Trauer, Freude, Zorn, Angst und Ruhelosigkeit zum Vorschein. Der Zorn kann in zwei

verschiedene Richtungen gehen. Verena Kast fand heraus, dass zum Beispiel Witwen ihren Zorn auf Ärzte oder Verwandte richten und geben ihnen die Schuld etwas unterlassen zu haben. Nur wenige Witwen richten ihren Zorn direkt auf den verstorbenen Mann. Somit suchen viele einen Schuldigen für den Tod und fühlen sich dadurch ein wenig erleichtert, oder sie projizieren ihren Zorn auf den Verstorbenen, da dieser den Trauernden verlassen hat. Der direkte Zorn ist somit der Zorn auf den Verstorbenen selbst. Der Zorn, der sich gegen Ärzte und so weiter richten, ist eher ein verschobener Zorn, weil man sich nicht traut auf den Verstorbenen zornig zu sein. In dieser Phase spielen auch die Schuldgefühle eine wichtige Rolle. Die Dauer und das Gelingen des Trauerprozesses sind ganz davon abhängig welches Verhältnis zwischen dem Verstorbenen oder der Verstorbenen und dem Trauernden oder der Trauernden war. Wenn Konflikte und Probleme gelöst wurden erleichtert das den Trauerprozess. Wenn jedoch das Gegenteil der Fall ist, wird sich der Trauernde oder die Trauernde mit Schuldgefühlen und Aggressionen herumschlagen (Kast 2006, S. 16 – 20).

In der dritten Phase, des Suchens und Sich-Trennens wird das Suchen ganz real. Die trauernde Person versucht alte Gewohnheiten zu retten. Es ist in gewisser Weise ein Widerstand gegen die Veränderung. Gewohnheiten oder Lebensstile der verstorbenen Person werden übernommen. Örtlichkeiten, an denen der Verstorbene oder die Verstorbene gerne waren werden öfters besucht. Man versucht eine Verbindung zur verstorbenen Person herzustellen. Das Suchverhalten zeigt aber die ansteigende Akzeptanz zum Verlust. Der Trauernde oder die Trauernde setzt sich mit dem Verstorbenen auseinander und versucht etwas zu entdecken, was sie zusammenhält. Das bedeutet auch, dass die alten Lebensumstände nicht mehr gelten, sondern dass das Welt und Selbstbild im Umbau ist. Was wiederum auf eine Akzeptanz, mit dem Verlust umzugehen, hinweist (Kast 2007, S. 23 – 27)

Die vierte und letzte Phase ist der neue Selbst- und Weltbezug. Wichtig ist das die trauernde Person sich besser in die Rolle hineinfindet, um so die Eigenschaften für sich neu zu entwickeln. Daraus gewinnt die Person mehr Selbstvertrauen und

Selbstachtung. Neue Beziehungen sind ein wichtiger Teil der Trauerarbeit, sowie es wichtig ist die eigenen Möglichkeiten und Wünsche immer zu respektieren. Es kann krankmachende Folgen haben, wenn die trauernde Person den Verstorbenen oder die Verstorbene als innere Figur sieht, und alle Tätigkeiten und Eigenschaften dieser Person übernimmt. Jedoch den Toten oder die Tote als innere Figur anzunehmen ist prinzipiell nicht schlecht. Es muss immer einen Zusammenhang zwischen der eigenen und der „zweiten“ Persönlichkeit geben. Die letzte Phase charakterisiert das der Verlust akzeptiert wird. Immer wieder kann es zu Rückfällen kommen und der trauernde Mensch findet sich in einer Phase wieder, die er schon durchlaufen hat (Kast 2006, S. 29 – 31).

3.2 Traueraufgaben des Kindes nach James William Worden

Kindliche Trauer ist spontan. Einige Kinder ziehen sich in eine Ecke zurück, sind bedrückt und weinen, andere wiederum sind albern und lustig. Es hat den Schein als wäre es ihnen gleichgültig was geschehen ist. Jedes Kind reagiert anders, da jede Situation anders erlebt wird und der Tod Auslöser verschiedenster Veränderungen ist. Wenn zum Beispiel der Vater stirbt, gibt es viele Verluste. Erstens der Verlust der familiären Situation, zweitens der finanzielle Verlust und somit auch die finanzielle Veränderung. Die Trauerarbeit von Kindern ist positiv wenn verständnisvolle, liebevolle und ermutigende Menschen um sie sind. Sie lernen von den Erwachsenen, kommen über den Verlust hinweg und finden sich mit der neuen Lebenssituation zurecht. Kinder, die mit ihrer Trauer allein gelassen werden erleiden einen doppelten Verlust. Einerseits da sie sich einsam und allein gelassen fühlen, andererseits der Verlust selbst. Die Begleitung trauernder Kinder ist wichtig und deshalb sind die folgenden Fragen von großer Bedeutung (Franz 2008, S. 86).

Fragen nach der kindlichen Verlustsituation:

- Welches Verhältnis hatte das Kind zur verstorbenen Person?

- Wie stark war die Beziehung zwischen dem Kind und der verstorbenen Person?
- Gab es häufigen Kontakt zwischen dem Kind und der verstorbenen Person?
- Was bedeutete die verstorbene Person für das Kind?
- Welche weiteren Bedeutungen hat der Tod für das Kind?
- Unter welchen Umständen ist die Person gestorben?
- War der Tod überraschend oder konnte sich das Kind vorbereiten?
- Wie hat das Kind vom Tod erfahren?
- War es dem Kind möglich sich von der verstorbenen Person zu verabschieden?
- Ist das Kind in die Trauergemeinschaft integriert oder isoliert?
- Geht das Kind zur Beerdigung (Franz 2008, S. 87)?

Die „Aufgabe“ des trauernden Kindes ist es, den Schmerz aktiv zu bewältigen. Die erste Aufgabe ist es die Realität anzuerkennen. Das Kind wird damit konfrontiert den Tod zu akzeptieren und zu begreifen. Voraussetzung dafür ist, dass das Kind die Realität akzeptiert. Ältere Kinder die den Verlust vollständig verstehen zeigen eine andere Reaktion als Jüngere. Widersprüchliche Emotionen, die in Gefühlsausbrüche ausarten, sind positive Reaktionen der ersten Aufgabe (Franz 2008, S. 89 – 90).

In der ersten Phase reagieren Kinder mit Verleugnung oder einem Gefühlsschock. Verleugnung beruht auf ganz normalen Lebens- und Überlebensprinzipien, die jeder Mensch in sich hat. Das Kind versucht das Schreckliche von sich zu entfernen und an alten Gewohnheiten festzuhalten. Im Gefühlsschock verhält sich das Kind benommen, betäubt, starr, teilnahmslos, unbeteiligt und unberührt. Diese Verhaltensweisen beruhen jedoch nicht auf Gleichgültigkeit oder Desinteresse. Besonders auffällig sind Kinder, die sehr aufgeweckt und lebhaft sind, aber in Zeiten der Trauer still und unauffällig. Sie zeigen Rücksicht und versuchen hilfsbereit, vorsichtig, brav und lieb zu sein. Dieses Verhalten bedeutet, dass das Kind seine engsten Bezugspersonen schonen will, und weitere Veränderungen

vermeiden möchte. Oft ist das Kind aber zutiefst betroffen, erschüttert und kann innerlich sehr aufgebracht sein. Kinder entwickeln in ihrer Trauer einen Selbstschutz. Sie brauchen ein emotionales Ausgleichsventil, das bedeutet sie befreien sich vom psychischen Druck und versuchen sich von der Krise zu distanzieren. Das drückt sich durch kreative Verhaltensweisen aus – das Kind beginnt plötzlich zu singen, tanzen oder malen (Franz 2008, S. 90 – 91).

In der zweiten Phase durchlebt das Kind den Abschiedsschmerz. Kontroverse Gefühle sind typisch für diese Phase. Das Kind bewältigt diese Aufgabe positiv, wenn es den Schmerz und die Trauer über den Verlust zulässt. Enttäuschung, Gefühlsausbrüche und aggressive Verhaltensweisen sind typisch für diese Phase. Das Kind fühlt sich vom Verstorbenen im Stich gelassen. Die Gefühle für die verstorbene Person bleiben immerhin aufrecht und deshalb ist die Enttäuschung umso größer, da die Gefühle des Kindes ins Leere gehen. Bei dem Kind hinter bleiben Lücken der Selbstwahrnehmung. Die einzigartige Liebe, die zum Beispiel der verstorbene Opa oder die verstorbene Oma seinem Enkel oder seiner Enkelin gegeben hat, ist dann nicht mehr vorhanden und die Bestätigung der eigenen Person nimmt ab (Franz 2008, S. 92).

Gefühle, wie Zorn, Hass, Angst oder Ohnmacht folgen nach der anfänglichen Gefühlslähmung. Die Gefühle sind oft widersprüchlich und unverständlich, jedoch auch ein Symbol der Lebendigkeit und der Auseinandersetzung mit der Trauer. Das Kind lässt seinen Gefühlen freien Lauf, und Zurückgehaltenes oder Verdrängtes kommt in Fluss (Franz 2008, S. 92 – 93).

Schlagen, Kratzen, Beißen und Spucken sind eine Ausdrucksweise des Kindes. Sie sind unglücklich und befinden sich im inneren Ungleichgewicht. Die Kinder sind seelisch verletzt und sind folglich aggressiv sowie destruktiv, da der Tod und die Trauer ihnen Schmerzen zufügt. Einerseits kann die aggressive Verhaltensweise des Kindes ein Schutzmechanismus sein, der sich von den Gefühlen Liebe und Sehnsucht distanziert. Eine andere Möglichkeit wäre, dass das Kind durch Wut sich an anderen rächen möchte. Das hat zur Folge, dass sich

das Kind mächtig und stark fühlt, und sich von den „schwachen“ Gefühlen distanziert (Franz 2008, S. 92 – 93).

Die dritte Aufgabe ist, dass sich das Kind verinnerlicht, was geschehen ist. Das Kind setzt sich mit dem Verstorbenen oder der Verstorbenen auseinander. In dieser Situation kommt es zu Gefühlen, wie Sehnsucht und Abschiedsschmerz. Wenn sich das Kind erschöpft zurückzieht, ist diese Aufgabe positiv bestanden. In dieser Phase taucht der Wunsch auf, mit der verstorbenen Person in Kontakt zu treten. Es beginnt die Suche nach der toten Person, um an alten Gewohnheiten festzuhalten. Die Suche gestaltet sich sowohl bei Kindern als auch Erwachsenen sehr real. Das Kind glaubt den verstorbenen Vater oder die verstorbene Mutter wiedergesehen zu haben. Das Suchen bedeutet eine intensivere Auseinandersetzung mit dem Toten und führt folglich zum Begreifen des Todes (Franz 2008, S. 96).

Bei einem Kind, das den Verstorbenen zu Lebzeiten entwertet und herabgesetzt hat, tritt das Gegenteil ein. Das Kind versucht der verstorbenen Person einen höheren Stellenwert zuzuordnen – als dieser oder diese zu Lebzeiten hatte. Diese erhöhte Idealisierung der verstorbenen Person hält die Erinnerung lebendig (Franz 2008, S. 96).

Erinnerungen an die verstorbene Person werden wach. Orte, an denen der Tote oder die Tote gerne waren, werden aufgesucht. Alte Fotos werden angeschaut. Daraus ergeben sich viele Fragen für das Kind, die von einem Erwachsenen beantwortet werden sollten. Die Gespräche mit dem Kind über die tote Person sind eine gute Gelegenheit über die Geschehnisse und die Gefühle des Kindes zu reden. Das räumt Unklarheiten, Schuldgefühle oder Kränkungen vielleicht aus den Weg (Franz 2008, S. 96 – 97).

„Indem das Kind ein inneres Bild entwirft, löst es sich vom äußeren Bild des Verstorbenen – das Wesentliche des Verstorbenen wird verinnerlicht, wodurch die Befreiung aus der oftmals belastenden, emotionalen Befangenheit gelingt. Der

Verstorbene hat seine allgegenwärtige Präsenz im Leben des Kindes verloren.
(Franz 2008, S. 97)

Nach emotionaler Anstrengung und Anspannung reagieren Kinder meist innerhalb einer gewissen Zeit mit Erschöpfung und Rückzug. Die Aktivitäten werden weniger und die Kontakte reduzieren sich. Das Kind zieht sich in eine „stille“ Ecke zurück, wird quasi zum Stubenhocker. Manche Kinder neigen dazu in eine frühere Entwicklungsstufe zurückzufallen. Diesen Zustand nennt man Regression. Das Kind beginnt an den Daumen zu lutschen, wird Bettnässel oder möchte wieder Fläschchen trinken. Bei älteren Kindern äußert sich diese Verhaltensweise zum Beispiel durch schlechtere schulische Leistungen. Die Ursache für dieses Verhalten kann der Wunsch nach alten, vertrauten Zeiten sein oder dass sich das Kind vernachlässigt fühlt (Franz 2008, S. 98).

Die Entwicklung einer neuen Identität ist die letzte Aufgabe im Trauerprozess eines Kindes. Das Kind akzeptiert den Tod und lässt sich auf neue Beziehungen und auf das neue Leben ein. Danach hat das Kind diese Traueraufgabe positiv bewältigt. Das Kind ist nun soweit um ins „normale“ Leben zurückzukehren. Die Gefühle zur verstorbenen Person bleiben unerwidert und verschaffen dem Kind keine weitere Befriedigung. Wenn das Kind bereit ist, wieder Vertrauen gegenüber anderen Menschen aufzubauen, ist ein Ende des Trauerprozesses vorhersehbar. Das bedeutet keinesfalls, dass die Trauerarbeit abgeschlossen ist. Es ist auf jeden Fall von positiver Bedeutung, wenn das Beziehungsbedürfnis des Kindes wieder geweckt wird. Nach dem Erhalten einer Todesnachricht erfährt das Kind zum ersten Mal, dass wir Menschen sterblich sind. Dies zerstört erstmals seine oder ihre Illusion der Unverwundbarkeit. Später wird dieses Gefühl vom Verstand verinnerlicht. Durch die Erfahrungen mit Tod und Trauer lernt das Kind ein neues Selbstverständnis. Es gewinnt an Sensibilität und selbstverständliche Bezüge und Bindungen werden aus einer anderen Perspektive gesehen. Ein neuer Lebens- und Weltbezug wurde geschaffen. Das Kind hat sich während dieser Zeit verändert und ist emotional über sich hinausgewachsen. Diese Erfahrungen sind nun ein Teil ihrer oder seiner Persönlichkeit geworden (Franz 2008, S. 99 – 100).

4. Vorstellungen von Tod und Ausdruck kindlicher Trauer

Im zweiten Kapitel werden die alterstypischen Vorstellungen von Tod dargestellt. Kinder trauern anders – abhängig von Alter und Erfahrung. Ihre Trauer spiegelt sich in den Vorstellungen über den Tod und ihrem Todeskonzept wieder.

„Jedes Kind erlebt Vergänglichkeit, Abschied und Tod – aber jedes Kind erlebt es anders.“ (Specht-Tomann M., Tropper D. 2011, S. 59)

Vergänglichkeit äußert sich durch eine verwelkte Blume oder durch die Ablöse von Frühling auf Sommer. Abschiede können kleine Abschiede sein, wie zum Beispiel wenn der Vater oder die Mutter in der Früh zur Arbeit gehen und das Haus verlassen oder wenn die Großeltern auf Besuch kommen und wieder fahren. Größere Abschiede wären, wenn der Kindergartenfreund in eine andere Stadt zieht oder die Geschwister von zu Hause ausziehen. Tod erleben Kinder wenn zum Beispiel ein überfahrener Igel tot auf der Straße liegt, eine tote Wespe auf der Wasseroberfläche schwimmt oder ein toter Vogel auf der Erde liegt (Specht-Tomann M., Tropper D. 2011, S. 59).

Verluste und Abschiede sind von Kind zu Kind unterschiedlich. Auch in den verschiedenen Altersstufen zeigen sich unterschiedliche Umgangsweisen der Kinder. Zur Entwicklung des Todeskonzeptes eines Kindes spielen drei Faktoren eine wichtige Rolle: der Einfluss der vorherrschenden Kultur, der religiöse Einfluss und der Einfluss der Familie und des Freundeskreises. Grundlage für die Entwicklung eines solchen Todeskonzeptes ist eine normale geistig-seelische Entwicklung des Kindes (Specht-Tomann M., Tropper D. 2011, S. 59 – 60).

Trauernde Kinder können weinen, abwesend sein, still, aggressiv oder spaßig sein. Tränen als Ausdruck der kindlichen Trauer zeigen die Bereitschaft getröstet werden zu wollen. Kinder, die sich abwesend und widerspenstig verhalten sind schwieriger zu trösten, weil sie anfänglich niemanden an sich heran lassen. Sie fühlen sich irritiert und allein gelassen. Durch das Verwehren der Hilfe oder des Trostes will das Kind seine Verlassenheit ausdrücken. Wenn das Kind ein Gespräch sucht, kommt es auf den Begleiter oder die Begleiterin meist selbst zu.

Oftmals zeigen Kinder aggressive Verhaltensweisen, lassen sich kaum beruhigen und werfen mit Spielsachen – sitzen am Ende erschöpft am Boden und weinen. Andere Kinder sind mit der Trauer überfordert und verhalten sich oft als würde es ihnen nichts ausmachen. (Ennulat G. 2012, S. 55 – 56).

Kinder, die Offenheit und Toleranz spüren, können ihre Trauer gut ausleben. Beispiele aus dem Buch Tabuthema Trauerarbeit von Margit Franz zeigen, wie Kinder ihre Trauer kreativ zeigen. Ein Vater, dessen Frau verstorben ist, bringt den siebenjährigen Sohn in die Schule. Der Vater erklärt der Lehrerin, dass seine Frau gestorben sei. Der Bub wollte nicht darüber reden. Deshalb nahm er die Todesanzeige aus der Zeitung mit in die Schule und legte sie, für alle anderen Kinder sichtbar, auf seinen Tisch. Das war seine Lösung, wie er mit dem Tod seiner Mutter gegenüber seiner Schüler umgeht – ohne darüber reden zu müssen. Ein anderes Beispiel handelt über einen Vierzehnjährige. Als Symbol ihrer Trauer rasiert sie ihre linke Schädelhälfte kahl. Ihr Vater war an Krebs gestorben. Die Familie und die Lehrer reagieren empört. Mit der Zeit beginnt die Mutter die Sprache der Trauer zu verstehen und bewundert mit Freude die nachwachsenden Haare, als Zeichen der Auferstehung (Ennulat 2012, S. 57 – 58).

Diese Beispiele zeigen eine gute Trauerarbeit. Kinder arbeiten selbst mit ihrem Schmerz und werden so vom Energiefluss der Trauer weiterbewegt. Wichtig ist die Akzeptanz und Toleranz der Eltern in diesem Beispiel (Ennulat 2012, S. 58)

Kindertrauer ist komplexer als Erwachsenentrauer. Von einem Moment auf den anderen kann die Gefühlswelt eines Kindes anders aussehen. Das wirkt oft, als würde das Kind den Ernst der Lage nicht begreifen und es sieht aus der Sicht eines Erwachsenen oft so aus, als würde das Kind den Tod gut wegstecken. Dieser gewonnene Eindruck entspricht aber meist nicht der Realität. Das Kind schützt sich vor Überbeanspruchung. Ein bildhafter Vergleich wären Pfützen der Trauer. Kinder springen von einer Pfütze zur anderen. Längere Zustände der Trauer wären für die Kinder bedrohlich. Das Bild der Pfützen der Trauer zeigt die Dynamik eines trauernden Kindes (Ennulat 2012, S. 59).

„Manchmal ist die Pfütze besonders groß und matschig, dann wieder spritzt es nur ein wenig.“ (Ennulat 2012, S. 59)

Kinder fragen immer wieder nach, wie es zum Beispiel war als der Opa gestorben ist. Diese Fragen sind eine Suche nach Antworten, die ein Teil ihrer Trauerarbeit ist. Darüber hinaus geben die Fragen Aufschluss darüber welche Gefühle der Unsicherheit und des inneren Durcheinanders in ihnen wühlen. Wichtig dabei ist dem Kind zuzuhören und zu unterstützen bis sie ihren Fragedrang verlieren und somit zum Suchen aufhören (Ennulat 2012, S. 60).

Erfahrungen mit Trauer zeigen uns Grenzen wahrzunehmen, dies ist auch bei Kindern der Fall. Das trauernde Kind lernt eine neue innere Seelenlandschaft kennen – den Grenzbereich, wo Tod und Leben sich so nahe kommen wie nie zuvor. In einer Geschichte wurde dies bildhaft dargestellt: *„Ein Kind ist in einer eisigen Landschaft und sucht Unterschlupf bei der Schneekönigin. Die Schneekönigin spürt den Schmerz des Kindes und daraufhin vereist sie den Schmerz des Kindes.“* (Ennulat 2012, S. 61)

Es ist eine ganz natürliche Erfahrung, die sowohl den Erwachsenen als auch Kindern widerfährt. Jedoch kann es bei Kindern oft bedrohlich werden, wenn die Unterstützung der Erwachsenen nicht vorhanden ist. Den Kindern fehlt eine innere Stütze, die Gegenwart eines Erwachsenen, der ihnen Halt gibt. Wenn dies jedoch gegeben ist, wächst im Inneren des Kindes ein Ordnungssystem, das Tod und Leben klar voneinander trennen beziehungsweise differenzieren kann.

Ereignisse oder Situationen werden von Kindern aufgenommen, eingeordnet, bewertet und mit einem Gefühl verbunden. Gefühle stellen Reaktionen dar, die das Kind verinnerlicht und somit lernt, Freude von Wut, Angst oder Trauer zu unterscheiden. Jüngere Kinder drücken ihre Gefühle mit dem Körper aus. Ein Beispiel wäre, wenn das Kind über Bauchweh klagt obwohl es eigentlich nur traurig ist. Ältere Kinder sprechen ihre Gefühle aus. Dabei ist es wichtig die Worte des Kindes in seinen eigenen zu wiederholen. Das stärkt das Selbstbewusstsein des Kindes. Die Gefühle des Kindes sind Verbündete, denn sie spiegeln das

Geschehen wider. Das Gefühl der Trauer ist deshalb wichtig um den Verlust durch den Tod zu verstehen. Das Kind will wahrgenommen werden – es will begleitet und gehört werden (Ennulat 2012, S. 62 – 63).

Die Ausdrucksweise des Kindes wenn ein bestimmtes Ereignis eintritt, ist stark von der Persönlichkeit und dem Alter des Kindes abhängig. In den ersten Lebensjahren finden viele Veränderungen statt. Umso jünger das Kind, desto mehr Veränderungen gibt es in seiner Gedanken- und Gefühlswelt sowie jedem Lebensbereich. Was heute aktuell ist, kann morgen vergessen sein, was gestern Sicherheit gab, wird heute verworfen. Die Sichtweisen, Einstellungen und Haltungen sind in einem ständigen Veränderungskreislauf gegenüber der Mit- und Umwelt. Das Fassungsvermögen des Kindes ist in den verschiedenen Altersstufen unterschiedlich. Sie haben eine andere geistig-seelische Welt, ein anderes Verständnis und zeigen somit andere alterstypische Reaktionen (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 65).

Die Geburt, als Ereignis, ist der erste große Abschied. Sowohl für das Kind, als auch für die Mutter ist es ein körperlicher und seelischer Abschied. Das Kind benötigt Hilfe von Menschen, die ihm oder ihr Geborgenheit und Schutz geben können, um die Trauer zu überwinden. Wenn das passiert, nimmt das Kind die neue Welt an. In jeder Lebensphase wird das Kind mit neuen Lebensaufgaben, neuen Bezugspersonen und neuen Lebensfragen konfrontiert (siehe Abbildung 1). Mit zunehmendem Alter werden die entwicklungsbedingten Neuorientierungen seltener, dafür sind Verluste, wie der Verlust des Arbeitsplatzes, körperliche Verluste und der Tod der Eltern vorrangig (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 30 – 32).

4.1 Kinder unter drei Jahren

Kleinkinder werden von fünf Weltbildern geprägt, dem anthropomorphistischen, magischen, egozentrischen, prälogischen und physiognomisches Weltbild. Kleine Kinder können Belebtes von Unbelebtes nicht unterscheiden. Vor allem werden Dingen Eigenschaften zugeschrieben, wie zum Beispiel der böse Tisch. Kleine Kinder haben somit ein anthropomorphistisches Weltbild.

In diesem Alter glauben Kinder an Zauberei und Magie. Die Fabelwesen, wie zum Beispiel Feen oder Hexen sind für das verantwortlich, was sie nicht verstehen.

Sie glauben an sowohl gute Wesen, wie das Christkind, als auch an böse wie Kobolde. Deshalb besitzen sie auch ein magisches Weltbild.

Kleinkinder stehen im Mittelpunkt der Welt. Sie versuchen die Welt zu entdecken und zu erobern und glauben sehr gut in der Welt als Mittelpunkt verankert zu sein. Ihr Weltbild ist deshalb auch egozentrisch ausgerichtet.

Kleine Kinder verstehen nur das, was sie selbst sehen, hören oder fühlen können. Alle Veränderungen, an denen sie nicht teilnehmen, sind für sie unverständlich und nicht akzeptabel. Darunter wird ein prälogisches Weltbild verstanden.

Das Gefühl eines Kleinkindes zu einem Menschen, Tier oder Ding ist entweder gut oder schlecht, lieb oder böse. Aus einer angenehmen Erfahrung wird eine gute angenehme Welt, beziehungsweise aus einer schlechten Erfahrung eine negative Welt. Das bezeichnet ein physiognomisches Weltbild. Die kleinen Kinder haben zwar noch kein gutes Tatsachengedächtnis, das „Gefühlsgedächtnis“ jedoch funktioniert ausgezeichnet. Sie können sich lange an Gefühle, die rund um ein Ereignis stattgefunden haben, erinnern. Starke emotionale Erlebnisse bleiben sogar ein Leben lang im Gedächtnis und werden in ähnlichen Lebenssituationen wieder hervorgerufen. Traumatische Verluste in der frühen Kindheit sind ein besonders sensibles Thema und können im Laufe des Lebens immer wieder entfacht werden (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 66).

Die Familie spielt bei Kindern unter drei Jahren die wichtigste Rolle. Sie gibt ihnen das Urvertrauen um wichtige Lebensaufgaben zu meistern. Abstrakte Begriffe, wie Tod können von Kleinkindern nicht erfasst werden, jedoch spielt ihre Gefühlswelt

eine wichtige Rolle – sie schwingt einher mit der Umwelt. Das heißt, dass Kinder sehr wohl die Trauer von Erwachsenen spüren. Plötzlich geschieht etwas das in der positiven Gefühlswelt des Kindes für Irritation sorgt. Anfangs versucht das Kind sich gegen dieses negative Gefühl der Trauer zu wehren. Es hat eine erhöhte Reizbarkeit, weint öfters, lässt sich schwieriger beruhigen als sonst oder verweigert das Essen. Die vertraute Welt des Kindes hat sich durch den Tod verändert. Die Anhaltspunkte fehlen um sich neu zu orientieren. Es ist daher von großer Bedeutung den regelmäßigen Tagesablauf des Kindes einzuhalten um ein Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit zu geben (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 67).

Kleinkinder setzen mit dem Tod das Gefühl der Trennung gleich. Tod bedeutet für ein Kleinkind Entbehrung oder Entzug von etwas das für sie besonders wichtig oder bedeutsam ist. So kommt schon mit einem Jahr die Angst von den Eltern verlassen zu werden. Diese Verlustangst kann oft bis zum siebten Lebensjahr andauern. Bei einem Todesfall klammern sich die Kinder noch extremer an die Eltern und wollen auf keinen Fall alleine bleiben (Fleck-Bohaumilitzky 2002, S. 2 – 3).

Typische Reaktionen und Vorstellungen:

- Ess- und Schlafverhalten ändert sich
- häufigeres Weinen und Unruhe
- Gefühlsausbrüche abhängig von Persönlichkeit und Temperament des Kindes:
Angst, Wut, Zorn, Ärger, Suchen, Warten, Protest
- Resignation und Apathie bei engeren Bezugspersonen
- keine spezifische Trauerreaktion, jedoch ähnlich wie bei „kleinen“ Verlusten (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 68).
- erhöhtes Bedürfnis der Nähe, Zuwendung und Angenommen-Sein
- Kontakt zur Mutter hat höchste Priorität
- Suchen nach den Verstorbenen (Tropper 2003, S. 24 – 25).

Bei einem Todesfall in der Familie ist es von Vorteil eine externe Hilfe zu suchen, die sich um das Kind kümmert. Es ist wichtig den Tagesrhythmus beizubehalten und das fällt mit einer zusätzlichen Unterstützung leichter. Aufgrund der persönlichen Trauerarbeit der Familienangehörigen ist es oft schwierig, sich um die Begleitung der Kinder zu kümmern. Immer wieder muss erklärt werden, dass die verstorbene Person nicht wiederkommt. Abschiedsrituale, wie zum Beispiel das Begräbnis, sollten dem Kind nicht verboten werden (Tropper 2003, S. 24 – 25).

In Trauersituationen ist es wichtig dem Kind zuzuhören. Kreative Impulse wie zeichnen, tanzen, singen, Musik hören und spielen sind ein ganz wichtiger Faktor für die Trauerverarbeitung. Weitere Impulse für Kleinkinder wären: Geschichten vorlesen, in der freien Natur sein, Abschiedsgeschenke basteln oder Trauerrituale veranstalten. Auf keinen Fall darf der Verlust verschwiegen werden, oder besänftigt werden, indem man sagt, dass die verstorbene Person weggefahren ist oder eingeschlafen ist. Das könnte beim Kind Ängste hervorrufen sodass er oder sie nicht mehr einschlafen möchte (Tropper 2003, S. 25 – 27).

4.2 Kinder von drei bis fünf Jahren

Kinder in diesem Alter sind voller Neugierde. Sie möchten alles wissen und haben das starke Bedürfnis die Dinge zu begreifen – auch den Tod. Jedoch findet der abstrakte Begriff zu wenig Platz im Gedächtnis, dafür ist die Gefühlswelt des Kindes stark ausgeprägt. Tod bedeutet für Kinder zwischen drei und fünf einfach „Weg-Sein“. Deshalb dürfen Sätze wie zum Beispiel, die Tante soll tot sein, nicht zu ernst genommen werden. Auch das magische Weltbild ist in diesen Lebensjahren noch verankert. Deshalb ist es typisch, wenn Kinder versuchen ihren Opa oder ihre Oma zu „heilen“ (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 68 – 69).

Typische Reaktionen und Vorstellungen:

- vage Vorstellungen über den Tod
- das Anliegen den Tod zu erforschen
- Rückschritte in der Entwicklung möglich

- Ängste, die schon vergessen waren, treten wieder hervor (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 69).
- Tod als vorübergehender Zustand: Schlafen, Dunkelheit
- bei Tod eines Familienmitgliedes: Verwirrtheit, Verstörung, Alltagsängste
- vermehrtes Bedürfnis nach Nähe und Geborgenheit
- Unruhe und Suchverhalten (Tropper 2003, S. 27 – 28).

Durch das Entstehen von Ängsten verliert das Kind auch an Selbstbewusstsein. Es ist von großer Bedeutung, dass das Kind Fragen stellt und die auch beantwortet werden – ehrlich und offen. Die Tatsachen, wie der Tote gestorben ist sollten auch klar und deutlich erklärt werden. Lob und Anerkennung sind in diesen Altersstufen sehr wichtig, sowie auch die vertraute Umwelt. Der tägliche Ablauf sollte eingehalten werden und immer wieder darauf geachtet werden, ob das Kind sich zurückzieht (Tropper 2003, S. 28).

Die inneren Gefühle des Kindes können durch Malen und Basteln ausgedrückt werden. Es ist wichtig, dass sich das Kind viel im Freien aufhält – laufen und spazieren gehen erleichtert den Trauerprozess. Das Anzünden von Kerzen ist auch ein Ritual, das dem Kind nahegebracht werden kann. Als negativ erleben Kinder es, wenn so getan wird, als wäre nie etwas geschehen oder sie mit einem Schweigen bestrafen. Negative Gefühle, wie Wut oder Zorn sind ein wichtiger Bestandteil der Trauerarbeit und sollten nicht verboten werden (Tropper 2003, S. 29 – 31).

4.3 Kinder zwischen sechs und neun Jahren

Das Kind entwickelt aus einem frühkindlichen Weltbezug einen sogenannten naiven Realismus. Es löst sich von der frühkindlichen Welt, und beginnt Belebtes von Unbelebtem zu unterscheiden.

Das Kind entwickelt ebenfalls ein Verständnis dafür, dass Erlebnisse nicht etwas Einmaliges sind. Eigenschaften und Merkmale werden nicht nur auf eine Person oder Situation bezogen, sondern gelten für ganze Gruppen. Ein Beispiel wäre, das

nicht nur die Mama einkaufen geht, sondern alle Mütter einkaufen gehen. Das Kind nimmt Kleinigkeiten und Einzelheiten mehr wahr und stellt sie in Zusammenhang miteinander. In diesen Lebensjahren werden Regeln, Ordnungen und Gesetze wahrgenommen und auch eingehalten.

Des Weiteren beginnt das Kind Geschichten zu verstehen, Geschichten seiner Mitmenschen und sich selbst. Ebenfalls charakteristisch sind „Weil-Deshalb“ Gedanken des Kindes. In jüngeren Jahren gab es „Wenn-Dann“-Schlüsse im Denken. Das Kind entwickelt seine eigenen Theorien, indem es Zusammenhänge immer mehr erkennt und Phantasien und Vorstellungen miteinbezieht (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 70).

Durch den Bezug des naiven Realismus, ist das Kind fähig, den Tod als Ende des belebten Lebens zu sehen. Alles was ein Teil des Menschen ist, existiert dann nicht mehr. Das Kind nimmt Details wahr und macht sich ein Bild - es wird zum Beobachter der Welt. Mit der Zeit kommen die Kinder zum Entschluss, dass jeder Lebendige sterben muss. Das hat die Konsequenz, dass beim Kind erstmals Gedanken über den eigenen Tod auftauchen. Daraus zieht das Kind Schlüsse: „Wenn die Tante sterben kann, kann auch meine Mama sterben, wenn der junge Bub sterben kann, kann auch ich sterben. Wenn in einer Familie einer stirbt sind alle traurig.“ Das Kind denkt in Wenn-Dann-Verbindungen. Vieles über den Tod wird verstanden, jedoch bleibt einiges verborgen. Somit kann es auch zu falschen Gedankenverknüpfungen kommen. Es ist oft irrelevant ob das Kind etwas richtig oder falsch verstanden hat, die Trauer bleibt immer und wird auch immer erfahren. Den Tod mit dem Kopf zu verstehen ist oft weit davon entfernt ihn mit dem Herzen zu erfassen. Wenn ein Kind den Tod als einen realistischen Teil des Lebens vollständig ansieht, ist es auch nicht mehr gehemmt über den Tod zu sprechen. Die Fragen oder das Untersuchen von toten Tieren ist Vergangenheit. Ab dem zehnten Lebensjahr kommen auch Vorstellungen über das Leben nach dem Tod. Ob das Kind nun an die Unendlichkeit oder an etwas anderes glaubt, ist von der religiösen Zugehörigkeit abhängig (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 70 – 71)

Aufgrund der Wissensbegierde lernt das Kind die Familiengeschichte. Es möchte viel über die Personen wissen, die ihnen am nächsten stehen. Wie haben sie gelebt? Wie sind sie gestorben? Gibt es eine Verbindung zum Verstorbenen und mir? Auch Geschichten, Märchen, Sagen und Mythen über Sterben, Trauer und Tod werden für das Kind immer interessanter (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 71).

Typische Reaktionen und Vorstellungen

- Der Tod wird mit einer Person dargestellt, zum Beispiel Sensenmann
- Der Tod als Strafe von Regelbrüchen
- Vorstellungen über Phantasie und Realität
- Verlust- und Trennungsängste, Trennungsschmerz, Trauergefühle (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 71).
- Klammerverhalten
- Abschied und Trauer als Bedrohung
- Gefühlsrad (Tropper 2003, S. 31 – 32)

Wichtig ist es, als erwachsene Person Ruhe und Gelassenheit auszustrahlen und das Kind zu beruhigen, da es oft selbst mit Ängsten konfrontiert ist. Das Kind ist mit seiner Gefühlswelt in Phasen der Trauer überfordert. Verständnis und Geduld sind bei der Betreuung von Kindern deshalb wichtig. Bereiche für Kinder, in denen sie sich zurückziehen können sollten geschaffen zu werden (Tropper 2003, S. 32 – 33).

4.4 Kinder zwischen zehnten und vierzehnten Lebensjahr

Laut den Autoren Specht-Tomann und Tropper, ist man zwischen zehn und vierzehn Jahren noch kein Jugendlicher. Dieses Alter zeichnet sich durch die rasche körperliche Entwicklung aus. In den letzten Jahrzehnten beobachtete man einen rascheren körperlichen Reifungsprozess. Dem gegenüber steht der geistige Leistungsschub. Das Kind beginnt neue Denkmuster zu entwickeln, lernt aus Fehlern und übernimmt Verantwortung. Das Kind lebt nicht mehr nur im

Augenblick, sondern beginnt immer mehr an die Zukunft zu denken. Es setzt sich immer mehr mit Fragen des Lebens und des Todes auseinander, Begriffe wie Schönheit, Treue, Gerechtigkeit und Tod werden verinnerlicht und bekommen eine Wertigkeit. Das Kind entwickelt ein Wertesystem und versucht Fragen über sein oder ihr „Ich“ zu beantworten (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 72 – 73).

Aus „Wenn-Dann“-Schlüssen werden „Weil-Deshalb“-Verknüpfungen. Beispiele wären (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 73):

- *„Weil der Opa nach dem Tod der Oma nicht alleine leben wollte, deshalb ist er auch gestorben.*
- *Weil die Marie solange krank war und ihr kein Arzt helfen konnte, ist sie jetzt gestorben.“* (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 73)

Kinder in diesem Alter werden von anderen Interessen und Motiven geleitet als Erwachsene, jedoch nähern sie sich den Denkmustern an. Ein Kind zwischen zehn und vierzehn ist mit den Fragen der eigenen Identität beschäftigt – Wer war ich, wer bin ich und wer werde ich sein? Hier tritt erstmals Loslassen, Abschiednehmen und Sterben im weitesten Sinn als Lebensthema auf. Daraus ergeben sich dann Fragen über das Jenseits, über das Weiterleben und schlussendlich die Frage nach dem Sinn des Lebens. Jedoch werden Sterben und Tod eher verallgemeinert und nicht auf die eigene Person projiziert (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 73 – 74).

Typische Reaktionen und Vorstellungen:

- Der Tod als Ereignis das jeden Menschen auf dieser Erde trifft
- Tod als Endpunkt des menschlichen Lebens
- Tod als Verlust der Liebe
- Sinnfrage, spirituelle Fragen
- Individuelle Gestaltung des Trauerprozesses. (Specht-Tomann, Tropper 2012, S. 75)

- Körperliche Symptome bei Trauer, wie zum Beispiel Schlafstörungen, Magen-Darm-Erkrankungen, Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel
- Aggression und Auflehnung im Trauerprozess (Tropper 2003, S. 36).

5. Trauerarbeit in Bezug auf Information, Anleitung und Beratung

Trauerarbeit bezieht sich auf die Beratung Trauernder, die einen normalen Trauerprozess durchleben. Im Gegensatz dazu benötigen Trauertherapie jene Trauernde, die eine abnormale beziehungsweise komplizierte Trauer durchleben (Worden 2011, S. 83).

Unter komplizierter Trauer versteht man eine erhöhte Intensität der Gefühle, welche sich auf eine verlängerte Dauer der Trauer auswirkt. Dies zeigt sich durch ein depressives Verhalten des Kindes nach dem Verlust eines nahestehenden Angehörigen. Ein komplizierter Trauerprozess tritt bei einem besonders tragischen Tod, oder bei aufeinanderfolgenden folgenschweren Ereignissen ein. Deshalb ist es für Betroffene wichtig, die Zeichen einer komplizierten Trauer zu erkennen und unterstützende, professionelle Hilfe anzunehmen (Franz 2008, S. 104 – 105).

Trauerberatung ist keine neue Fachdisziplin. Ein historischer Rückblick zeigt, dass Trauernde schon immer von Freunden, Angehörigen, Nachbarn oder Religionsgemeinschaften unterstützt wurden. Heute gibt es Menschen, die Hilfe suchen da sie sich der Aufgabe des Trauerns nicht gewachsen fühlen. Andere, die nicht von sich aus zu einer Beratung kommen, nehmen Hilfsangebote sehr gerne an, wenn sie das Gefühl haben, die Trauer nicht überwinden zu können (Worden 2011, S. 83).

Wer berät nun das trauernde Kind? Parkes C.M. veröffentlichte im Jahre 1980 den Artikel „Bereavement Counselling: Does it works?“ und beschrieb darin drei Grundtypen der Trauerberatung. Der erste Typ betrifft alle individuell oder in Gruppen durchgeführten Angeboten von professionellen Vertretern und Vertreterinnen der Medizin, Krankenpflege, Psychologie und Sozialpädagogik. Der zweite Typ von Trauerberatern sind ehrenamtliche Mitglieder, die als Laien tätig sind, jedoch von Fachleuten ausgewählt, ausgebildet und unterstützt werden. Der dritte Typ der Trauerberatung sind Selbsthilfegruppen, die unter der Leitung von einer Fachkraft einander gegenseitig unterstützten (Worden 2011, S. 84).

Die Studie von Pestinger, Schartmann-Unrath et al. (2011) gab Aufschlüsse über die Informiertheit und Sicherheit im Umgang mit Tod und Trauer bei Kindern verschiedener Berufsgruppen. In einem Fragebogen mit halbstrukturierten Interviews wurden Lehrer, Sozialarbeiter, Kinderärzte, Psychologen, Seelsorger etc. befragt. Sie wurden über den Grad ihrer Informiertheit, Belastung mit dem Thema Trauer und Tod bei Kindern, zur Verfügung stehendes Informationsmaterial, bekannte Einrichtungen für die Beratung und Begleitung von trauernden Kindern und Bedarf und Erwartung an Fortbildung, befragt. Die Ergebnisse zeigten, dass mehr als die Hälfte der befragten Personen sich eher nicht oder überhaupt nicht mit dem Umgang mit Tod und Trauer bei Kindern informiert fühlt. Nur 3% fühlten sich gut informiert. Bei der Frage über verfügbares Informationsmaterial gaben die Befragten an, am häufigsten Literatur oder das Internet zu verwenden. An dritter Stelle wurden Gespräche mit Fachleuten genannt. Die Frage nach dem Bedarf einer Fortbildung wurde von 30% der Befragten mit voll zutreffend und von 50% als eher zutreffend beantwortet. Die Erwartungen an eine Fortbildung waren, dass es einen Praxisbezug gibt, dass sie ausreichend informiert werden und unterstützende Kontaktadressen bekommen. Ein Drittel der Befragten gaben an, über Einrichtungen und Dienste bezüglich Trauerbegleitung von Kindern informiert zu sein. Die Belastung mit dem Thema Trauer und Tod bei Kindern war in allen Berufsgruppen höher als 50%, ausschließlich der Psychologen. Die Autoren fanden heraus, dass es einen Zusammenhang zwischen der Belastung mit dem Thema Trauer und Tod bei Kindern und der Informiertheit der Berufsgruppen gibt. Umso weniger die Berufsgruppen informiert sind, desto höher ist die Belastung mit dem Thema Trauer und Tod bei Kindern. Diese Studie soll zeigen, dass es einen Mangel an Informationen und Fortbildung bezüglich Trauer und Tod bei Kindern gibt (Pestinger, Schartmann-Unrath et al. 2011, S. 229 – 232).

5.1 Voraussetzung für die Trauerarbeit

Voraussetzung für eine Trauerbegleitung ist Informationen über die begleitende **Person**, über den **Verlust** und über die **Trauersituation** zu sammeln. Deshalb müssen zu Beginn der Trauerbegleitung verschiedene Fragen geklärt werden: Wem gilt die Trauer? Wer trauert? Wie war die Beziehung zum Verstorbenen? Für welche Situation gilt die Trauer? Kinder erleben immer wieder Verluste – der kaputte Teddybär, die Puppe die verloren gegangen ist, das verstorbene Haustier oder der schwerkranke, verstorbene Großvater. Diese Verluste werden alle im „Trauergedächtnis“ gespeichert. In einer akuten Trauersituation können unverarbeitete Verluste und die damit in Verbindung stehenden Gefühle wieder hervorgerufen werden. Wichtig ist, sich ein Bild von der trauernden Person zu machen. Eine positive Trauerarbeit kann nur gelingen, wenn die Trauererlebnisse voneinander getrennt bearbeitet werden. Es darf nie zu einer Vermischung der Trauererlebnisse kommen.

Bevor mit der Trauerarbeit begonnen werden kann, muss der Begleiter oder die Begleiterin wissen, wer dieses Kind ist, das begleitet werden soll. Es muss auch das Verhältnis zwischen dem Kind und dem Begleiter oder der Begleiterin geklärt werden. Im Zentrum steht jedoch die Frage wen ich nun begleite: ein Kind das „jetzt“ jemand verloren hat oder das verlassene kleine Kind aus der Vergangenheit, das Trost braucht.

Gerade bei Kindern kann es passieren, dass der Tod eines nahestehenden Verwandten nicht die intensivste Trauer hervorruft. Manchmal wird der Tod eines Schulkameraden dramatischer erlebt (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 112 – 113). Die Trauerreaktionen variieren – je nachdem ob ein Elternteil, ein Geschwister, ein Großelternteil oder ein Freund oder eine Freundin gestorben ist. Der natürliche Tod des Großelternteils löst eine andere Trauerreaktion aus, als der Verlust eines Geschwisters bei einem Verkehrsunfall. Der Tod eines entfernten Cousins oder einer entfernten Cousine ruft eine andere Trauerreaktion hervor, als der Tod eines Elternteils. Wenn beispielsweise ein Elternteil stirbt reagieren die Geschwister auf den Tod ganz unterschiedlich. Der dreizehnjährige Sohn hatte eine andere Beziehung zum Vater oder zur Mutter als die neunjährige Tochter

(Worden 2011, S. 61 – 62).

Abhängig von der Intensität der Trauer eines Kindes ist auch die Vorbildfunktion des Verstorbenen. Umso höher die Vorbild-Qualitäten umso größer die Trauer (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 113). Die Frage nach der Art der Bindung hat viele Aspekte. Die Stärke der Bindung ist ein Aspekt. Je tiefer oder intensiver die Liebe desto tiefer oder intensiver die Trauer. Welche Sicherheit gab der Verstorbene oder die Verstorbene dem Kind? War die Person für das Wohlergehen des Kindes stark verantwortlich, wird die Trauerreaktion intensiver sein. Ein weiterer Aspekt wäre, ob es Konflikte gab. Dadurch können starke Schuldgefühle im Trauerprozess auftauchen, da Ungeklärtes nicht vor dem Tod geklärt werden konnte. Eine große Abhängigkeit zur verstorbenen Person ist ebenfalls ein Faktor. War die verstorbene Person die Mutter oder der Vater, das Zentrum des kindlichen Daseins, so wird die Trauer stärker ausfallen (Worden 2011, S. 62 – 63).

Im Erinnerungsgedächtnis des Kindes ist der erste schwere Verlust, das erste Begräbnis, und somit das erste Abschiednehmen am stärksten verankert. Die verstorbene Person steht weniger im Mittelpunkt, als die Rituale und der Umgang der Erwachsenen mit der Trauer. Immer wieder kommen diese Erinnerungen ans Tageslicht, aus dem Unterbewusstsein hervor. Hier gilt es, die trauernde Person bewusst und sensibel auf die „eigentliche“ Trauer zurückzuführen (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 113).

Gewisse Fragen sollten beantwortet werden:

Die **trauernde Person** – wer trauert?

- Wie alt ist das Kind?
- Wie weit ist das Kind schon entwickelt?
- Welche Charaktereigenschaften hat das Kind?
- Welches Todeskonzept hat das Kind?/
Welche Vorstellungen von Tod hat das Kind?
- Wie informiert ist das Kind über die Geschehnisse?
- Wieviele Verluste hat das Kind schon erlebt

- Welche soziale Unterstützung hat das Kind?

Der **erlittene Verlust** – Wer ist gestorben?

- Ist die verstorbene Person aus dem engeren sozialen Umfeld des Kindes?
- Gehört die verstorbene Person zu den primären Bezugspersonen des Kindes?
- Welche Beziehung hatte das Kind zur verstorbenen Person?
- Welche Rolle nahm die verstorbene Person im Leben des Kindes ein?
- Wie oft hatten die verstorbene Person und das Kind Kontakt?

Besonders belastende Verluste sind vorherzusehen beim Tod der Eltern oder eines Elternteils, bei Geschwistern, Menschen, die in der Familie leben beziehungsweise Menschen aus dem Familienverband oder bei drohenden Verlust des eigenen Lebens oder bei bleibenden Einschränkungen der eigenen Person.

Die **Trauersituation** – **Wie ist die Situation**

- War der Tod der verstorbenen Person zu erwarten, oder plötzlich?
- War das Kind auf den Verlust vorbereitet?
- Gab es die Möglichkeit zur Verabschiedung?
- Ist es ein besonders tragisches Ereignis (Mord, Suizid, Unfall)?
- Wie sind die persönlichen Lebensumstände des Kindes?
- Welche Folgen hat der Verlust für das Kind?
- Mit wem kann das Kind den Verlust teilen?
- Gibt es soziale Stützen? (Specht-Tomann, Tropper 2011, S. 113 – 114).

5.2 Die Arbeit mit der Trauer

Trauernde Kinder brauchen trauerfreie Zonen. Das Kind hat immer wieder den Wunsch nach Alltäglichkeit. Deshalb ist es wichtig, das Kind regelmäßig in den Kindergarten oder in die Schule zu schicken. Im Kindergarten oder in der Schule

verspürt es das Gefühl von Normalität und Akzeptanz. Dort kann es fröhlich, gelassen und albern sein und gönnt sich damit eine Verschnaufpause (Franz 2008, S. 141).

Trauernde Kinder benötigen einen aufmerksamen Begleiter. Kinder sind immer auf einen Erwachsenen angewiesen da nur diese den nötigen Schutz bieten können und dadurch eine große Stütze sind. Meist betreffen Todesfälle aber die ganze Familie und die engsten Familienangehörigen fallen aus. Kinder brauchen vor allem in der Zeit der Trauer das Gefühl von Nähe. Das Kind möchte spüren, dass immer jemand für ihn oder sie da ist. Um ein trauerndes Kind zu begleiten benötigt der Begleiter oder die Begleiterin eine sensible und gefühlsstarke Umgangsweise. Dabei passiert es, dass der Begleiter oder die Begleiterin auch mit persönlichen Erfahrungen zurechtkommen muss. (Franz 2008, S. 141 – 142).

Die Aufgabe des Begleiters oder der Begleiterin ist es, das richtige Verhältnis von Nähe und Distanz zu finden und die eigene Betroffenheit mit diesem Fall im Vorhinein zu klären. Deshalb ist es von großer Bedeutung, die Gefühle des Kindes und die eigenen Gefühle auseinander zu halten. Die Kunst der Trauerbegleitung ist es, seine eigene Trauer und die Trauer des Kindes nicht zu „vermischen“. Für Berater und Beraterinnen ist es hilfreich ihre eigene Gefühlssituation mittels kollegialer Supervision zu klären (Franz 2008, S. 142).

Beobachtung ist das oberste Gebot. Der Begleiter oder die Begleiterin können durch aufmerksames Sehen und Hören viel über die Gefühle des Kindes erfahren. Der Begleiter oder die Begleiterin sollten auch sich selbst beobachten.

Nachstehende Fragen geben hierfür eine gewisse Hilfestellung:

- Hat sich das Kontaktverhalten des trauernden Kindes zu anderen Kindern verändert? Und in welcher Form?
- Hat sich das Beziehungsverhalten des trauernden Kindes zu mir verändert? Und in welcher Form?
- Wie reagieren die anderen Kinder auf das trauernde Kind, wie auf seine Situation?

- Wie hat das Kind sein Spielverhalten geändert?
- Wie hat sich die Stimmung des Kindes verändert?
- Wie kommuniziert das Kind seine Trauer?
- Welche Gefühle ruft das Kind in mir und in andere hervor?
- Finde ich das Verhalten des Kindes falsch und warum?
- Welche Gefühle löst das Verhalten des Kindes in mir aus?
- Welche Veränderungen gibt es im Beziehungs- und Kontaktverhalten zwischen mir und dem Kind?
- Wie gehe ich mit der Situation um?
- Wie hat sich meine Stimmung verändert?
- Wie würde ich am liebsten reagieren?
- Wie und wodurch bewältigt das Kind seine Krise selbst (Franz 2008, S. 142 – 143)?

Die letzte Frage erweist sich als besonders wichtig. Krisenbewältigungsstrategien äußern sich in Form von Schlagen, verstärktes Essverhalten, Einnässen, Drangsalieren, Lügen oder über Bauchschmerzen klagen. Dieses Verhalten weist darauf hin, dass das Kind den Schmerz verdrängt, sich unverwundbar macht und dadurch die schreckliche Erinnerung minimiert. Der Begleiter oder die Begleiterin sind hier aufgefordert, die versteckten Bedürfnisse hinter diesem Verhalten wahrzunehmen und die chaotische Gefühlswelt des Kindes zu ordnen. Eine Möglichkeit wäre, das Verhalten des Kindes zu beobachten und sich selbst hinzueinfühlen (Franz 2008, S. 143 – 144).

Begleiter oder Begleiterinnen müssen versuchen den Selbstheilungsmechanismus des Kindes zu vertiefen indem sie dem Kind helfen die Gefühle klarer und intensiver zu fühlen. Der Begleiter oder Begleiterin sollte sich an die Gefühle herantasten, indem er oder sie die Gefühle des Kindes verbalisiert: Der Tod deines Bruders hat dich so schwer verletzt, dass du dich einsam und schutzlos fühlst.

Dadurch entwickelt auch der Betreuer oder die Betreuerin ein Verständnis für sein Verhalten. Mit dieser Methode finden die Betreuer einen Zugang zum Kind somit gleicht dies einer Gradwanderung zwischen Verstehen-Wollen und Nicht-Verstehen-Können (Franz 2008, S. 144).

Kinder erleben ihre Trauer abhängig von ihrem Entwicklungsstand, ihrer persönlichen Erfahrungen und den momentanen Bedürfnissen. Neid, Wut und Eifersucht sind ständiger Begleiter in ihrer Trauer. Deshalb ist es wichtig, dass ihre Gefühle nicht bestraft und negativ bewertet werden. Dadurch versuchen sie ihre negativer Gefühle zu verstecken, verdrängen oder überspielen und sind somit in ihrer Persönlichkeit eingeschränkt (Franz 2008, S. 145).

Trauernde Kinder brauchen Personen, die sich an die Art und an das Tempo ihrer Trauer anpassen. Wenn die Trauer die ganze Familie betrifft, sind die Familienangehörigen oft nicht fähig, den Kindern die notwendige intensive Zuwendung und zeitliche Präsenz zu schenken. Deshalb ist Zeit das wohl Wichtigste, das der Betreuer oder die Betreuerin dem Kind schenken kann. Die intensive Auseinandersetzung und die Aufmerksamkeit zum Kind, geben ihm oder ihr Geborgenheit und Halt. Der Begleiter oder die Begleiterin braucht auch Verständnis. Das Kind möchte nicht jederzeit Trauern, es gibt Zeiten, in denen das Kind die Trauer verleugnen möchte oder muss. Verleugnung für eine kurze Zeit kann auch eine natürliche, lebensnotwendige Abwehrmaßnahme sein (Franz 2008, S. 145).

Weinen und Lachen sind typische Ausdrucksformen der Trauer. Der Begleiter oder die Begleiterin sollten sich nicht irritieren lassen wenn er beim Kind Tränen im Gespräch auslöst. Tränen sind ein Symbol, dass das Kind die angestauten Gefühle heraus lassen möchte. Danach fühlt sich das Kind ein wenig erleichtert, da die Anspannung wegfällt. Wenn Kinder ihre Tränen nicht zulassen können oder dürfen und somit ihre Gefühle unterdrücken, entsteht ein andauernder Spannungszustand. Durch das Unterdrücken der Gefühle können Verhaltensweisen wie Einnässen, Daumenlutschen, Nägelkauen,

psychosomatische Reaktionen oder allgemeine physisches Unwohlsein auftreten (Franz 2008, S. 145).

Aggressionen gehören auch zum Trauerprozess. Der Begleiter oder die Begleiterin sollte damit gut umgehen können. Wertschätzung gegenüber dem Kind ist von großer Bedeutung. Das heißt jedoch nicht, dass jedes Verhalten des Kindes als gut gesehen und akzeptiert werden muss. Der Begleiter oder die Begleiterin müssen die Aggressionen des Kindes tolerieren, bis es soweit ist neue Verhaltensweisen zu entwickeln. Schwierig dabei ist, die Aggressionen des Kindes zu dulden und gleichzeitig dem Kind Halt und Schutz zu geben. Aggressionen drücken Hilflosigkeit aus. Das Kind möchte gehört werden und Hilfe bekommen. Wer die negativen Gefühle erträgt, gewinnt dann sein oder ihr ganzes Vertrauen. Wenn der Begleiter oder die Begleiterin sich die Gefühlswelt des Kindes hinein fühlen kann, entsteht eine tragfähige Beziehung. Die Fähigkeit liegt darin, dem Kind immer wieder Resonanz zu geben. Diese Beziehung ist die Basis, um dem Kind weitere Forderungen zu stellen, ihm oder ihr Veränderungen im Verhalten zuzumuten (Franz 2008, S. 146).

Trauernde Kinder brauchen Trost. Das bedeutet aber nicht, dass das Kind getröstet werden sollte. Erwachsene möchten dem trauernden Kinder Schutz geben und es schonen, jedoch kann das Kind nicht auf Dauer vor der Realität geschützt werden. Trost zu spenden beinhaltet, den Gefühlen des Kindes freien Lauf zu lassen, da zu sein und für die Fragen des Kindes offen zu sein. Begleiter oder Begleiterinnen sollten dem trauernden Kind Streicheleinheiten geben wie zum Beispiel auf den Schoß nehmen, in den Arm nehmen, die Hand halten, behilflich sein, zuhören oder einfach nur zusammen zu essen. Das trauernde Kind braucht Raum für Fragen, Stille und Zeit – wenn man geduldig abwartet kommt das Kind von selbst (Franz 2008, S. 147).

Dinge, die dem trauernden Kind Schutz und Geborgenheit geben, werden oft als Seelentröster eingesetzt. Kuscheltiere, Schmusetücher, Kissen und Spielsachen geben dem Kind das Gefühl geschützt und unverletzlich zu sein. Begleiter oder Begleiterinnen können dem trauernden Kind etwas Kuscheliges, Weiches oder

einen Stein schenken. Dabei ist es wichtig, dieses „Sicherheitsobjekt“ immer bei sich zu haben (Franz 2008, S. 148)

Zuhören zählt zu den wichtigsten Aufgaben des Begleiters oder der Begleiterin. Zuhören ist die schweigende Anteilnahme in Gegenwart des trauernden Kindes. Zuhören und Hinhören sind aktive Verhaltensweisen. Wer zuhört, kann mitfühlen, mitdenken, mitsuchen, mithandeln und mitschwingen auf emotionaler Ebene des Kindes (Franz 2008, S.148)

Erfolge des Gesprächs sind abhängig von der Tiefe des Verständnisses. Carl Rogers erfand das Konzept der Gesprächspsychotherapie. Im Vordergrund stehen eine personenzentrierte Haltung sowie die geeignete Vorgehensweise beim Gespräch mit der betroffenen Person. Dafür benötigt der Begleiter oder die Begleiterin ein einfühlsames Verständnis und eine entwicklungsbereite Beziehung. Im Mittelpunkt des Gesprächs steht die Gefühlsebene des Kindes. Das Kind gibt auch das Tempo und die Richtung des Gespräches vor – das bedeutet kein Bedrängen, Unterdrücken, Behindern oder Manipulieren. Gesprächsimpulse können jedoch vom Begleiter oder von der Begleiterin gegeben werden. Kinder möchten ihre Trauer nicht immer direkt mitteilen, deshalb kann es hilfreich sein mit einer Handspielpuppe oder eine Kuscheltier mit dem das Kind spricht zu arbeiten (Franz 2008, S. 149).

Der Begleiter oder die Begleiterin sollten echt, wertschätzend und empathisch in der Arbeit mit trauernden Kindern sein. Die Ansprüche bei der Trauerarbeit mit Kindern sind sehr hoch, deshalb ist es wichtig, dass der Begleiter oder die Begleiterin sich selbst immer wieder reflektieren. Echtheit ist das Grundprinzip in der Trauerarbeit mit Kindern – deshalb muss sich der Begleiter oder die Begleiterin seiner oder ihrer Gefühle bewusst sein. Erst dann stimmt das was man sagt und tut mit dem was man denkt und fühlt überein. Wenn das trauernde Kind Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit erfährt, wird es auch mit Offenheit und Vertrauen gegenüberzutreten. Wertschätzung drückt sich durch Akzeptanz aus. Gefühle, Gedanken und Verhaltensweisen dürfen keinesfalls bewertet und beurteilt werden. Das trauernde Kind muss spüren, dass es seine Gefühle jederzeit zeigen darf –

erst dann kann das Kind richtig trauern. Empathie sollte ebenfalls eine Eigenschaft des Betreuers oder der Betreuerin sein, da eine wichtige Voraussetzung der Trauerarbeit darin besteht, die Emotionen und Gedanken des Kindes zu erkennen und zu verstehen. Spiegelerfahrungen sind eine gute Möglichkeit um trauernde Kinder ein wenig zu entlasten. Da kleine Kinder oft keinen großen Wortschatz besitzen, kann es umso effektiver sein, seine oder ihre Gefühle zu verbalisieren (Franz 2008, S. 150 – 151).

Um das Kind die Wertschätzung vor dem Leben und die Achtung vor dem Tod zu vermitteln, ist es ratsam, dass der Begleiter oder die Begleiterin mit dem Kind Erinnerungen über die verstorbene Person austauscht. Das Kind lernt, dass durch den Tod kein Mensch in Vergessenheit gerät, wenn man sie in den Gedanken weiterleben lässt. Diese Methode ist für Kinder sehr tröstlich und kann sehr gut im Kindergarten oder in der Schule angewandt werden. Wenn mehrere Kinder ihre Erinnerungen erzählen, kann man schlimme Erlebnisse gemeinsam verarbeiten. Fotos und Kleidungsstücke der verstorbenen Person können ebenfalls in den „Erinnerungsprozess“ mit eingebaut werden (Franz 2008, S. 152).

Nach dem Tod einer nahestehenden Person ist es für Kinder schwer dieses Erlebnis zu verstehen, da es an der Grenze des Unvorstellbaren liegt. Dabei kommen immer wieder Fragen auf. Die Fragen eines trauernden Kindes sollten immer ehrlich beantwortet werden. Manchmal stellen Kinder Fragen, obwohl sie die Antwort in der Zwischenzeit schon selbst gefunden haben, da sie nur mehr eine Bestätigung benötigen. Jedoch sollte mit den Fragen ernsthaft umgegangen werden, da oft tiefe Ängste und eine große Unsicherheit des Kindes dahinter stecken können (Franz 2008, S. 153 – 154).

Kinder brauchen nicht nur die Gesprächsebene bei der Trauerbegleitung, sie sollten auch andere Ausdrucksmöglichkeiten wie Malen, Spielen, Singen, Tanzen und Musizieren in Anspruch nehmen. Beim Malen werden aus inneren Bildern, sichtbare Bilder. Das Malen hat einen hohen pädagogisch-therapeutischen Stellenwert, da es das innere Gleichgewicht des Kindes wiederfindet und Stabilität verleiht. Bilder können auch Gesprächsimpulse geben, indem der Begleiter oder

die Begleiterin fragt, was das Kind gemalt hat. Dabei kann man das Gespräch zuerst auf das Bild, dann auf die Gefühlslage des Kindes selbst lenken (Franz 2008, S. 155).

5.3 „Alles ist anders“ Ein Projekt für trauernde Kinder

Ulrike Bilger entwickelte mit der Hospizgruppe Freiburg ein Projekt für trauernde Kinder und Jugendliche. Für Kinder ab fünf Jahren gibt es tolle Gruppenangebote. Kinder zwischen fünf und neun Jahren und Kinder zwischen zehn und dreizehn Jahren haben die Möglichkeit in Gruppen ihre Trauer zu verarbeiten. Dieses Angebot umfasst zehn Gruppensitzungen zu je eineinhalb Stunden mit maximal acht Kindern pro Gruppe. Die Themen sind Trauer äußern, Erinnerungen bewahren und Mut machen. Die Ausdrucksformen sind Malen, Sprechen, Spielen, Basteln, Rollenspiele und Musik (Bilger 2005, S. 17).

Vor allem das Angebot Malen kommt besonders gut bei den Kindern an. In einem geschützten Raum und mithilfe einer Kunsttherapeutin werden Bilder gemalt. Die Bilder werden nicht gedeutet oder bewertet. Ziel ist es, die Gefühle und Gedanken in Bilder zu verwandeln. Gefühle sind bedrückend und schmerzhaft und können durch Malen zum Ausdruck gebracht werden. Bilder helfen schwierige Situationen zu verarbeiten und wirken heilend. Die Kinder können selbst entscheiden, welches Thema sie malen oder ansprechen (Hospizgruppe Freiburg 2003).

„Dadurch wird das Atelier zu einer Art selbstbestimmten Insel, auf der Schätze entdeckt werden, Gedanken und Gefühle gemalt und erzählt werden, Krafttiere und Schatzkästchen erschaffen werden, ein Ort, wo Freude, Lachen und Traurigkeit gleichermaßen ihren Platz haben.“ (Hospizgruppe Freiburg 2003)

Ein weiteres Angebot ist das Klettern für trauernde Jungs ab zehn Jahre. Bei Buben ist oft zu beobachten, dass sie sich wie Große verhalten. Beim Klettern können sie sich austauschen. „Meine Mama ist tot“ „Meine auch.“ Ohne

Kommentar und Anleitung. In der nächsten Minute wird wieder gelacht (Bilger 2005, S. 17).

Das „Alles ist anders“ Projekt wurde gestartet, dass Kinder und Jugendliche in Kontakt kommen. Der Grundsatz von dem Projekt ist:

„Lange saßen sie dort und hatten es schwer. Doch sie hatten es gemeinsam schwer. Leicht war es trotzdem nicht.“ (Hospizgruppe Freiburg 2003)

6. FAZIT

Verluste und Trauer sind ein Teil des menschlichen Lebens. Erwachsene gehen mit Verlusten anders um als Kinder. Verena Kast entwickelte vier allgemeingültige Trauerphasen. Grundsätzlich ist die Trauer bei Kindern und Erwachsenen ähnlich – zuerst reagiert die trauernde Person mit Schock, mit Gefühlsausbrüchen, mit dem Suchen und Sich-Trennen und dem letzten Stadium des neuen Weltbezugs. Kinder reagieren oft widersprüchlich für uns Erwachsene. Kinder verstehen und begreifen den Tod nicht als Ganzes.

Wenn Kinder eine nahestehende Person verlieren, betrifft es meist die ganze Familie. Kinder fühlen sich in ihrer Trauer oft alleine gelassen und Erwachsene haben oft nicht die Kraft zu helfen, da sie selbst mit ihrer Trauer beschäftigt sind. Deshalb nimmt immer mehr das Angebot einer Trauerbegleitung zu. Trauerbegleiter oder Trauerbegleiterinnen können helfen den Verlust aufzuarbeiten, indem er oder sie das Kind beobachtet und zuhört. Oft senden Kinder nur kleine Signale in ihrer Trauer. Deshalb ist es wichtig sich der Aufgabe gewachsen zu fühlen und sensibel und empathisch zu arbeiten.

Im Buch Beratung und Therapie in Trauerfällen von William J. Worden wird das Thema Trauerarbeit zu allgemein gefasst. Margit Franz beschreibt in ihrem Buch Tabuthema Trauerarbeit, dass Kinder und Erwachsene ganz unterschiedliche Trauerbegleitung brauchen. Kinder brauchen eine Stütze, jemanden der zuhört und sich mit ihnen beschäftigt.

LITERATURVERZEICHNIS

Bilger Ulrike (2005) „Alles ist anders“: Das Projekt für trauernde Kinder und Jugendliche der Hospizgruppe Freiburg e.V. Hospiz-Dialog Nordrhein-Westfalen / ALPHA (24), Verleger ALPHA-Westfalen, Westfalen, S. 16 – 17.

Die Johanniter (2011) Trauerphasen nach Verena Kast.
www.johanniter.de (25. Februar 2013).

Ennulat G. (2012) Kinder trauern anders: Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten. 8. Auflage, Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2003, Freiburg, Basel, Wien.

Fleck-Bohaumilitzky C. (2002) Wie Kinder Tod und Trauer erleben.
www.familienhandbuch.de/cms/Trauer.pdf (3. Februar 2013).

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

Hospizgruppe Freiburg (2003) Alles ist anders: Angebote.
www.allesistanders.de (3. März 2013).

Kast V. (2006) Zeit der Trauer. Verlag Kreuz GmbH, Stuttgart.

Müller-Domnig W. A. (2006) Umgang mit Tod und Trauer: Methoden der Verlustverarbeitung im Beratungsprozess.
www.pts-villach.ksn.at/pdf/trauerarbeit/pdf (20. Februar 2013).

Müller M., Schnegg M. (2004) Der Weg der Trauer: Hilfen bei Verlust und Trauer. 4. Auflage, Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2004, Freiburg, Basel, Wien.

Pestinger M., Schartmann-Unrath D., Stiel S., Pastrana T., Radbruch L, Elsner F. (2011) Bedarfsanalyse für Fortbildungen zum Umgang mit Tod und Trauer bei Kindern und Jugendlichen: Eine Untersuchung in pädagogischen und pädiatrischen Einrichtungen in Stadt und Kreis Aachen. Zeitschrift für Palliativmedizin 12, Georg Thieme Verlag KG, Stuttgart, New York, S. 228 – 232.

Specht-Tomann M., Tropper D. (2011) Wir nehmen jetzt Abschied: Kinder und Jugendliche begegnen Sterben und Tod. Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern.

Specht-Tomann M., Tropper D. (2012) Zeit der Trauer: Kinder und Erwachsene verstehen und begleiten. 2. Auflage, Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern.

Tropper D. (2003) Mamma, gibt es einen Katzenhimmel?: Trauerarbeit mit Kinder und Jugendlichen. Leykam Buchverlagsgesellschaft m.b.H. Nachf. & Co. KG, Graz.

William J. Worden (2011) Beratung und Therapie in Trauerfällen: Ein Handbuch. 4. überarbeitete und erweiterte Auflage, Huber Verlag, Bern.