



# GRUNDSÄTZLICH

AUCH KINDER ERLEBEN MANCHMAL DAS STERBEN UND DEN TOD VON MENSCHEN, DIE IHNEN NAHE STEHEN.

DIE MEISTEN KINDER ENTWICKELN KRÄFTE, UM DIESEN VERLUST ZU VERARBEITEN.

ERWACHSENE KÖNNEN IHNEN DIESE ZEIT ERLEICHTERN.

## GRUNDSÄTZLICHES

Sterben gehört zum Leben. Kinder können das Sterben und den Tod von ihnen nahe stehenden Menschen gut verkraften, wenn

- ☞ *vertraute Personen ihnen zur Seite stehen*
- ☞ *ihre alltäglichen körperlichen und emotionalen Bedürfnisse ausreichend berücksichtigt werden*
- ☞ *sie weiterhin Kind sein dürfen (lachen, spielen, an Freizeitaktivitäten teilnehmen, sich mit der Clique treffen)*

## WIE DRÜCKT SICH TRAUER JE NACH ALTER AUS? WIE KÖNNEN SIE REAGIEREN?

### KINDER BIS ZU 2 BZW. 3 JAHRE:

Kinder sind wütend, trotzig, weinen und suchen die Verstorbenen an vertrauten Orten. Sie leiden vorwiegend unter der Trennung, unter der Abwesenheit des Verstorbenen.

Gehen Sie davon aus, dass Kinder diesen Alters noch keine Vorstellung von Tod haben.

☞ *Wichtig: Lassen Sie die Kinder in vertrauter Umgebung/bei vertrauten Personen.*

### KINDERGARTENALTER:

Kinder entwickeln unterschiedliche Ängste, die eine Grundverunsicherung ausdrücken, die der Tod des Verstorbenen ausgelöst hat.

Gehen Sie davon aus, dass sich Kinder dieses Alters vorstellen, der Tod sei nur vorübergehend und stoße nur anderen zu.

☞ *Wichtig: Überlegen Sie mit dem Kind, welche Erwachsenen ihm Halt geben können. Es braucht jetzt mehr Nähe und Trost.*

### GRUNDSCHULALTER:

In diesem Alter empfinden Kinder schmerzlich den Verlust der verstorbenen Person. Kinder trauern ähnlich wie Erwachsene, allerdings kann die Reaktion verzögert eintreten (manchmal erst viel später, wenn neue Verluste erlebt werden).

Gehen Sie davon aus, dass der Tod jetzt als etwas Endgültiges begriffen wird.

☞ *Wichtig: Erlauben Sie - auch verspätet einsetzend - Trauer und Schmerz.*

### AB PUBERTÄT:

Jugendliche erscheinen oft ungerührt. Diese „coole“ Reaktion ist für Erwachsene oft befremdlich und irritierend. Aber für Jugendliche ist es wichtig, selbst entscheiden zu können, ob und wem sie ihre Gefühle zeigen.

Gehen Sie davon aus, dass Jugendliche den Tod mit allen Folgen und als etwas Unausweichliches und Abschließendes einschätzen.

☞ *Wichtig: Auch wenn es schwer ist, respektieren Sie, wie Ihre Kinder mit dem Verlust umgehen. Seien Sie für sie da, wenn sie mit Fragen zu Ihnen kommen. Erlauben und unterstützen Sie die gewohnten Aktivitäten und Kontakte, denn Vertrautes hilft bei der Bewältigung.*

## VIER HÄUFIGE FRAGEN:

### **SOLL MAN DAS KIND ZU STERBENDEN MITNEHMEN?**

Ohne die Begegnung fehlt die Erfahrung, was wirklich passiert ist. Deshalb ist die Antwort „Ja“. Man sollte das Kind mitnehmen, wenn es eine gefühlsmäßige Bindung zur/zum Sterbenden hat, es selbst will und begleitet wird von einer vertrauten Person, die Halt bietet und es eventuell auf die Situation (Aussehen der/s Sterbenden, Intensivstation) vorbereitet.

Den sterbenden Menschen zu sehen kann helfen, den Vorgang zu begreifen.

### **WAS KANN ICH KINDERN AN EIGENEM TRAUERN ZUMUTEN?**

Auch Sie werden nach dem Tod eines nahe stehenden Menschen trauriger sein als sonst oder gereizter reagieren. Kinder merken das und beziehen es oft auf sich. Machen Sie Ihren Kindern deshalb nichts vor. Es hilft Ihren Kindern, wenn ihnen klar ist, wann Sie über den erlittenen Verlust traurig sind und wann Sie sich über die Kinder ärgern.

### **WARUM WEINEN VIELE KINDER NICHT?**

Manchmal dauert es länger, bis die Trauer ausgedrückt werden kann. Solches verzögertes Trauern tritt vor allem auf,

- wenn eine Person stirbt, die die Kinder versorgt hat. Gefühle des Trauerns können erst dann hochkommen, wenn der Alltag der Kinder wieder im Lot ist und damit ihre Existenz bzw. Versorgung gesichert ist.
- bei jüngeren Kindern, weil sie sich noch nicht vorstellen können, dass hier etwas Endgültiges passiert ist.

### **WIE SOLL DER ABSCHIED VON DER/DEM TOTEN GESTALTET WERDEN?**

Verstehen vollzieht sich im Kindesalter eher durch konkrete Erfahrung. Lassen Sie das Kind seine Form finden, um Abschied zu nehmen. Erlauben Sie Sehen, Berühren, Anfassen, Küssen, Streicheln der/s Toten, um den Tod zu begreifen.

Erlauben Sie auch jüngeren Kindern die Teilnahme an der Trauerfeier, damit sie Abschied nehmen können. Auch andere Rituale wie Abschiedsbriefe oder Mitgestalten der Zeremonie sind manchmal hilfreich.

## LEBENSBERATUNG IM BISTUM TRIER



## LEBENSBERATUNG IM BISTUM TRIER



## STERBEN GEHÖRT ZUM LEBEN

*Umgang mit trauernden Kindern  
und Jugendlichen*

