
Teil 3 Hilfreiches

**Praktische Ideen zur Umsetzung
als Thematisierung und
in akuten Situationen**

Hilfen zum Gespräch



Wie an mehreren Stellen in diesem Buch schon deutlich geworden ist, ist es wichtig mit Kindern über die Thematik von Tod und Trauer zu reden. Hier sollen im Überblick einige Tipps genannt werden, die helfen können, ein Gespräch mit Kindern zu diesem Thema zu führen.

Sterben, Tod und Trauer müssen ein Thema sein

Manchmal reden Erwachsene erst mit Kindern über diese Themen, wenn sie akut sind, also ein Todesfall eingetreten ist. Es ist aber besser, die Thematik schon im Vorfeld anzusprechen, um Kinder auf Sterben, Tod und Trauer vorzubereiten, denn sie sind immer aktuell und die Situation kann sehr plötzlich kommen und die Kinder betreffen.

Sich offen und ehrlich den Fragen der Kinder stellen

Fragen der Kinder müssen beantwortet werden. Man kann den Kindern nur das weitergeben, was man selbst über das Thema zu sagen hat. Niemand muss auf alle Fragen eine Antwort wissen, man kann auch seine Zweifel, Ängste und Hilflosigkeit gegenüber diesem Thema zugeben. Man darf das Thema aber nicht verschweigen. Es hilft auch nicht, wenn man den Kindern vorgefertigte Antworten gibt, hinter denen man gar nicht steht. Wenn zum Beispiel ein Mensch, der nicht an Gott glaubt und für den mit dem Tod alles aus ist, auf die Frage des Kindes: „Wo ist Oma, nachdem sie gestorben ist?“ antwortet: „im Himmel“, dann ist das wenig glaubhaft und wird von den meisten Kindern nicht als ehrliche Antwort akzeptiert werden.

Das Kind Anteil haben lassen

Wenn Todesfälle eingetreten sind, sollte man Kinder nicht davon abschirmen, sondern sie mit einbeziehen. Wenn Kinder den Toten noch einmal sehen wollen, dann dürfen sie das. Und wenn Kinder mit zur Beerdigung gehen wollen, dann dürfen sie auch das. Es ist dabei aber wichtig, mit den Kindern über die Ereignisse zu reden, zum Beispiel müssen sie wissen, was auf einer Beerdigung geschieht. Genauso wichtig ist es aber auch, im Nachhinein die Kinder mit ihren Fragen nicht alleinzulassen.

Dem Kind Zuwendung geben

Wenn man mit dem Kind redet, dann signalisiert man ihm damit Nähe. Man kann diese Nähe noch mit Gesten unterstreichen, z. B. wenn man das Kind liebevoll in den Arm nimmt. Hierbei sollte man aber immer darauf achten, dem Kind nur so viel Nähe zu geben, wie es wirklich haben will. Es kommt auf ein gutes Verhältnis zwischen Nähe und Distanz an.

Gefühle zulassen

Wenn wir mit Kindern über das Thema Tod reden, dann werden sie Gefühle zeigen. Diese Gefühle sind unterschiedlich und nicht berechenbar. Kinder können manchmal ganz fröhlich sein, auch wenn sie trauern. Oftmals verdrängen sie dadurch ihre Ängste. Kinder können aber auch viel weinen; da hilft es ihnen nicht weiter, wenn man sagt: „Nun hör doch endlich mal mit dem Weinen auf!“ Es können noch ganz andere Gefühle gezeigt werden. Wichtig ist es, dass Kinder in dieser Situation ihre Gefühle grundsätzlich zeigen dürfen. Die Aufgabe der Erwachsenen ist dann, diese Gefühle auszuhalten und dem Kind Liebe zu geben.

Schuldgefühle ausräumen

Es gibt Situationen, in denen Kinder die Schuld am Tod eines anderen Menschen auf sich nehmen. Sie denken beispielsweise daran, dass sie sich schon einmal den Tod der Person gewünscht haben, die jetzt gestorben ist. Hier müssen wir den Kindern zusagen, dass solche Wünsche oder Gedanken keinen Einfluss auf den Tod der Person haben.

Den Tod nicht umschreiben

Erwachsene neigen in ihren Formulierungen über den Tod gern dazu, die Endgültigkeit des Todes herunterzuspielen. „Omi ist eingeschlafen.“ „Onkel Herbert macht eine lange Reise.“ „Annette ist für immer von uns gegangen ...“ Gerade jüngeren Kindern fällt es schwer, abstrakt zu denken. Sie nehmen solche Aussagen wörtlich. Das kann dazu führen, dass sie Angst bekommen. Werden sie selbst wieder aufwachen, wenn sie einschlafen? Kommt ihr Papa wirklich von der langen Geschäftsreise wieder?

Im Gespräch mit Kindern über den Tod ist es wichtig, Märchen und Halbwahrheiten zu vermeiden. Kinder brauchen es, dass wir in einfachen, klaren Sätzen mit ihnen über den Tod sprechen: „Wenn jemand gestorben ist, dann atmet er nicht mehr und sein Herz hat aufgehört zu schlagen. Der Körper wird ganz kalt.“