



# Kinder in ihrer Trauer begleiten

Kinder trauern anders

# Besonderheiten der Trauerarbeit bei Kindern

- Jüngere Kinder bis 3 sind noch nicht in der Lage „Tod“ zu verstehen.
- Für manche ist „tot sein“ ein langer Schlaf aus dem man wieder erwacht oder eine lange Reise von der man zurück kommt.
- Sie suchen deshalb den Verstorbenen

# Besonderheiten der Trauerarbeit bei Kindern

- Ältere Kinder ( ab 6 ) haben meist schon ein besseres Verständnis über Tod und Vergänglichkeit , glauben aber oft in irgendeiner Weise schuld zu sein.
- Zu Lebzeiten des Verstorbenen aus Wut gesagte Aussprüche (z.B. „Ich will dich nicht wiedersehen“) haben plötzlich bedrückende Wirkung.

# Besonderheiten der Trauer bei Kindern

- Kinder entwickeln oft eigene Phantasien, deshalb ist das Wichtigste:

## **KINDGERECHTE INFORMATIONEN!!!**

Das heißt auch: genau erklären, was geschehen ist (auch bei Suizid) und die weiteren Schritte erklären (Abschied, Trauerfeier)

# Was brauchen die Kinder?

- Erwachsene wollen Kinder oft schonen („Das Kind soll den Verstorbenen wie zu Lebzeiten in Erinnerung behalten“)
- Die meisten Kinder spüren sehr genau, ob sie den Verstorbenen noch einmal sehen möchten
- Deshalb: alles genau erklären aber sicherstellen, dass das Kind jederzeit eine „Fluchtmöglichkeit“ hat. Dafür sollte eine weitere Bezugsperson vor Ort sein.

# Sinnvolle Erklärungen

- „Tot sein bedeutet, dass das Herz nicht mehr schlägt und man nicht mehr atmet“
- „Ich muss dir etwas sehr sehr Traurigen sagen:.....“
- Wichtig ist auch ,über eigene Gefühle zu sprechen.

# Kinder trauern anders

- .....in Wellen
- Am Anfang sind Symptome wie : Leistungsabfall, Ängste, Aggression , Schlafstörungen, Alpträume,, Daumenlutschen aber auch Bettnässen Ausdruck der verletzten Seele und Ventil zum Druckabbau
- Kinder haben oft große Angst um die noch lebenden Angehörigen und übernehmen deren Aufgaben.

# Was brauchen Kinder?

- Kinder müssen „Begreifen“
- Werden sie ausgeschlossen, kann man oft beobachten, wie diese den Verstorbenen suchen.
- Wichtig ist auch den Kindern Sicherheit zu vermitteln (z.B. durch Alltagsrituale)



# Was können Tageseltern , KITA oder Schule tun?

- Hier finden Kinder Abstand vom Trauerort
- Kinder sollten erleben, dass das Leben trotz aller Traurigkeit viele schöne und wertvolle Seiten hat.

# Was brauchen Kinder?

- Kinder sollten Traueräußerungen der Bezugspersonen miterleben dürfen?
- Wichtig sind Ausdrucksmöglichkeiten für kindliche Trauer ( Malen, Spiel)
- Kinder müssen sicher sein, jederzeit weinen und fragen zu dürfen. Häufig ist es das Verhalten Erwachsener, was Kinder an einem natürlichen Umgang mit Tod und Trauer hindert.

# Wie gehe ich mit Fragen um?

- Kinder wollen begreifen, was passiert, wenn Dinge und Personen ihre Welt verlassen ( Babys lassen etwas fallen)
- Fragen kommen unvermittelt und nicht ereignisbezogen
- Z.B. „Wer kümmert sich um mich, wenn du stirbst?“

Antwort: „Aber ich sterbe doch nicht.“ hilft Kindern nicht.

Das Wichtigste ist Aufrichtigkeit. Kinder spüren, wenn wir etwas verheimlichen.

# Ungeeignete Antworten und Erklärungen für Kinder

- „Das verstehst du noch nicht!“
- „Oma ist friedlich eingeschlafen!“
- „Gott hatte Opa so lieb, dass er ihn zu sich geholt hat.“
- „Willst du noch vom Opa Abschied nehmen?“

# Ungeeignete Antworten und Erklärungen

- Widersprüchliche Erklärungen in der Familie:

Mutter. „Opa ist auf dem Friedhof.“

Oma: „Opa ist im Himmel.“

Keine Umschreibungen wie „Entschlafen“;  
„von uns gegangen“