Gestern war er noch da!

Kinder wollen auf ihre Fragen eine Antwort haben. Deshalb müssen zuerst wir Erwachsenen selbst uns klar werden, was Tod und Ewigkeit bedeuten.

Was Tod und Sterben angeht, kann man in unserer Zeit und Gesellschaft zwei gegensa?tz- liche Entwicklungen beobachten: Auf der einen Seite werden wir sta?ndig und oft sehr detailliert mit dem Tod konfrontiert. Auf der anderen Seite scheint das Reden u?ber Tod und Sterben tabu zu sein.

Tod, das erleben andere, davon ho?rt und sieht man im Fernsehen, davon liest man in der Zeitung. Aber mit mir und meinem Leben hat das nichts zu tun. Man ist auf den Tod – den eigenen oder den eines geliebten Menschen – nicht vorbereitet. Deshalb ist man a?ußerst hart von ihm betroffen, wenn er ein- tritt. Die Gedanken an den Tod sind fu?r viele unheimlich, sie machen Angst und zeigen die Begrenztheit menschlichen Lebens. Aus diesem Grund werden die Gedanken verdra?ngt und zum Schweigen gebracht.

Und deshalb ist es auch klar, dass wir Erwachsenen Schwierigkeiten haben, wenn Kinder uns nach Tod und Ewigkeit fragen. Wir haben keine oder kaum Erfahrungen oder Gespra?chsu?bung. Aber die Kinder wollen auf ihre Fragen eine Antwort haben. Deshalb mu?ssen zuerst wir selbst uns klar werden, was Tod und Ewigkeit bedeuten.

Situation für ein Gespräch mit Kindern

Um mit Kindern u?ber das Thema zu reden, gibt es grundsa?tzlich zwei Situationen: bevor ein Todesfall eintritt und im Todesfall selber.

Bevor ein Todesfall eintritt
Man kann Erfahrungen vorbereiten, indem man mit den Kindern u?ber leidvolle Erlebnisse oder den Tod spricht, bevor sie solche Situationen selbst erleben. Dadurch ko?nnen sie ein Bewusstsein fu?r den Tod entwickeln. Sie ko?nnen sich in Ruhe damit auseinandersetzen, wenn sie noch nicht so stark emotional davon ergriffen sind.

Mo?glichkeiten zum Gespra?ch ergeben sich durch: Beobachtungen in der Natur (tote Tiere, Pflanzen, Verwandlung einer Raupe zum Schmetterling), Lesen von Kinderbu?chern zum Thema, biblische Geschichten, Todesfa?lle in Fil- men, Nachrichten etc.

Im Todesfall
Im Todesfall selber reagiert man auf Fragen und Verhaltensweisen des Kindes, wenn sie von ihm ausgehen, oder spricht das Geschehene und seine Gefu?hle an. Der Vorteil dabei ist, dass beim Kind Interesse und Betroffenheit vorhanden sind. Allerdings kann die perso?nliche Betroffenheit ein Gespra?ch mit dem Kind auch sehr schwierig machen.

Regeln und Tipps für das Gespräch

Wie kann man mit Kindern u?ber den Tod reden? Was soll man beachten, wenn Kinder den Tod eines nahe stehenden Menschen erlebt haben?

Sich den Fragen stellen
Wenn Kinder Fragen haben, darf man ihnen nicht ausweichen. Die Kinder brauchen das Wissen und die Unterstu?tzung der Erwachsenen bei der Verarbeitung eines Todes.

Die Antworten, die man den Kindern gibt, sollen ehrlich und richtig sein. Halbwahrheiten verunsichern Kinder, sie machen ihnen Angst oder werfen nur neue Fragen auf. Aussagen, die man spa?ter korrigieren muss, zersto?ren Vertrauen. Wenn man auf eine Frage keine Antwort weiß, muss man auch keine erfinden. Man darf dem Kind auch seine eigene Unsicherheit zumuten.

Beispiele fu?r irrefu?hrende Antworten auf die Frage nach einem Verstorbenen: „Er ist von uns gegangen.“ – Warum ist er gegangen? Mag er uns nicht mehr?

Wann kommt er denn wieder?
„Er ist eingeschlafen.“ – Diese Aussage kann bei Kindern die Angst wecken, dass sie auch sterben, wenn sie nachts schlafen. Schlafsto?rungen ko?nnen die Folge sein.

„Er ist uns verloren gegangen.“ – Dann suchen wir ihn eben! Wir werden ihn schon wieder finden!

„Gott war einsam und wollte Mama bei sich im Himmel haben.“ – Das kann Kinder wu?tend auf Gott machen: Wie kann er uns das nur antun!

Insgesamt soll man darauf achten, dass man Kinder bei Gespra?chen nicht u?berfordert. Kinder brauchen oft nur kurze, einfache Antworten und keinen langen, theoretischen Vortrag. Bevor man ein Gespra?ch beendet, sollte man beim Kind nachfragen, ob es alles verstanden hat, ob ihm die Erkla?rungen reichen, ob es zufrieden ist. Man kann das Kind auch erza?hlen lassen, was es verstanden hat. Dann bekommt man einen Einblick in seinen kindlichen Vorstellungsbereich und weiß, was es aufgenommen hat. Man sollte dem Kind auch versichern, dass es gerne wieder kommen kann, wenn es weitere Fragen hat.

Das Kind einbeziehen
Es ist wichtig, dass das Kind in die Trauer in der Familie einbezogen wird. Dadurch kann es seinen eigenen Schmerz ausleben. Es ist nicht gut, ein Kind von all den Dingen, die sich nach einem Todesfall ereignen, abzuschirmen. Kinder haben extrem feine Antennen fu?r Stimmungen und Gefu?hle anderer und fu?r die Atmospha?re, die in ihrer Umgebung herrscht. Es wu?rde sie sehr verunsichern, die Unruhe und Traurigkeit in der Familie wahrzunehmen und den Grund dafu?r nicht zu kennen.

Wenn ein Kind es mo?chte, soll es auch an der Beerdigung teilnehmen. Sie ist eine gute Mo?glichkeit, vom Verstorbenen bewusst Abschied zu nehmen. Die Anteilnahme von Verwandten, Freunden und Bekannten bei der Beerdigung kann dem Kind verdeutlichen, dass zwar ein Mensch gestorben ist, es aber noch viele andere gibt, die zu seiner Familie stehen.

Liebe zeigen und geben
Den meisten Beistand braucht ein Kind, wenn jemand gestorben ist, der ihm nahe stand: ein Elternteil, eins von den Geschwistern, einer der Großeltern. Es braucht dann zuverla?ssige Na?he und Geborgenheit, denn Leid und Trauer wird von ihnen in der Na?he liebender Menschen viel besser bewa?ltigt, als wenn sie allein gelassen werden. Zudem wirft die Trauer um den Verstorbenen und das ha?ufige Reden u?ber ihn bei Kindern die Frage auf, ob sie u?berhaupt noch wichtig und geliebt sind. Auch deswegen ist es no?tig, dass ein Kind in dieser Zeit viel Liebe empfa?ngt.

Gefühle zulassen

Kinder reagieren auf den Tod eines Menschen sehr unterschiedlich. Auch in ihren Gefu?hlsa?ußerungen gibt es große Schwankungen. Wichtig ist, dass man den Kindern die Mo?glichkeit gibt, ihre Gefu?hle zuzulassen. Wenn man als Erwachsener seine Gefu?hle wie Traurigkeit oder Wut zeigt, sehen die Kinder, dass es erlaubt ist, zu trauern, zu weinen und wu?tend zu sein und fassen Mut, es auch zu tun. Offenheit zueinander kann kla ?ren, warum sich wer wie verha?lt und wer jetzt was braucht. Allerdings kann die Trauer der Erwachsenen Kinder auch zusa?tzlich belasten. Bisher haben sie die Erwachsenen als stark erlebt, nun sind sie schwach und verunsichert. Wer gibt ihnen jetzt Schutz und Sicherheit? Manchmal unterdru?cken Kinder die eigenen Gefu?hle, um zum Beispiel die Eltern nicht noch trauriger zu machen. Wenn Eltern zu sehr mit sich selbst bescha?ftigt sind und keine Augen und Kraft fu?r die Trauer der Kinder haben, ist es wichtig, dass Freunde und Bekannte sich den Kindern zuwenden und ihnen helfen, ihre Trauer zuzulassen.

Manchmal wirken Kinder anfangs gefühllos und unberührt. Das kann bedeuten, dass für sie der Verlust momentan zu groß ist. Die Kinder können ihn noch nicht realisieren und zulassen. Manche Kinder lachen auch bald wie- der, sind fröhlich oder stellen Fragen, die für Erwachsene „pietätlos“ klingen. Auch das zeugt nicht von Gefühllosigkeit, sondern es handelt sich dabei meist um einen Schutzmechanismus, mit dem sich die Kinder gegen starken Trennungs- und Verlustschmerz helfen. Tod kann neben Trauer auch Wut hervorrufen, denn der erstorbene hat die bisher heile und glückliche Welt des Kindes kaputt gemacht. Alle reden nur vom Toten und sind traurig. Zählt das am leben gebliebene Kind nichts mehr?

Am besten kann ein Kind den Schmerz verarbeiten, wenn es sich gedanklich mit dem Verstorbenen beschäftigt (z.B. beim Anschauen von Fotoalben), wenn es von gemeinsam Erlebtem erzählt und evtl. auch Bilder über seine Gefühle malen kann.

Schuldgefühle ausräumen
Es kommt beim Tod eines geliebten Menschen immer wieder zu Schuldgefühlen bei Kindern, weil sie glauben, dass der Tod mit einem schlechten Verhalten von ihnen zu tun hat. Er ist sozusagen eine Strafe dafür. Ihrer Erfahrung nach passieren ja dann unangenehme Dinge, wenn sie „unartig“ waren. Vielleicht haben sie im Zorn den Menschen schon mal tot oder weg gewünscht oder sich vor kurzem mit ihm gestritten oder waren zu wenig lieb zu ihm oder haben etwas versäumt. Hier dürfen und müssen wir den Kindern versichern, dass solche Wünsche, Gedanken oder Taten keinen Einfluss auf den Tod der Person hatten.

Das Kind Kind sein lassen
Das Kind darf nicht die Stelle einer verstorbenen Person einnehmen oder deren Ersatz werden. Es kann anderen Geschwistern nicht die Mutter oder den Vater ersetzen, es kann dem verbleibenden Elternteil nicht den Partner er- setzen. Es ist schon schwer für ein Kind, einen geliebten Menschen zu verlieren. Man darf es nicht zusätzlich noch seiner Kindheit berauben.

Etwas tun
Kinder haben oft das Bedürfnis, für Verstorbene etwas zu tun, wie z.B. das Hinlegen einer Blume, das Anzünden einer Kerze am Grab. Regelmäßige Besuche am Grab (z.B. auch zu Weihnachten, am Geburtstag) können eine Hilfe im Umgang mit dem Tod und der Trauer sein.

Bezugspersonen informieren
Bezugspersonen der Kinder – wie z.B.Lehrer, Erzieher, Gruppenleiter – sollten über den Todesfall informiert werden.Dann können diese abweichendes Verhalten der Kinder besser einordnen und ihnen zur Hilfe werden.

Gestern war er noch da_YW

Quellennachweis

- **Inhalt und Bild:** Forum Kind Heft 1/08, Seiten 14 + 15. Mit Kindern über den Tod und das Sterben reden. © Copyright www.forum-kind.ch
- **Autor:** Dieser Artikel ist ein Auszug aus dem Bericht „Gestern war er noch da ... – mit Kindern über Tod und Ewigkeit reden“, erschienen im KIMAT 6/06. Abdruck im Forum-Heft mit freundlicher Genehmigung des Verlags.

Grundlage des Artikels: Vortrag von Dr. Gu?nter Kru?ger, Christentumsgesellschaft in Deutschland, Bayreuth Buch „Mit Kindern u?ber den Tod sprechen“ von Earl A. Grollmann, Aussaat Verlag, Neukirchen-Vluyn