Tod und Trauer in der KiTa - Was ist zu tun?

Die erste Begegnung

Ein Kind wird zu Ihnen in die KiTa gebracht, das soeben eine nahe stehende Person verloren hat. Dabei sind drei Dinge in der **ersten Begegnung** mit dem Erwachsenen, der das Kind bringt von großer Bedeutung.

1) Nehmen Sie sich Zeit. Der Tod kommt meist unerwartet und plötzlich - für den Tod gibt es keine geeignete Zeit. Deshalb, was immer Sie auch gerade vorgehabt haben, räumen Sie der Person die nun mit dieser schrecklichen Nachricht vor Ihnen steht einen angemessenen Zeitraum ein.



- 2) Erkundigen Sie sich nach den Umständen des Todes. Es kann für Sie im Alltag mit dem Kind wichtig sein, zu wissen, wie die nahe stehende Person verstorben ist. Das Kind wird Fragen stellen oder das Geschehene nachspielen oder nacherzählen. Dann kann es Ihnen eine Sicherheit sein, über das tatsächliche Geschehen Bescheid zu wissen.
- 3) Erkundigen Sie sich nach den bisherigen Reaktionen des Kindes. Zeigt das Kind bereits eine Form von Trauer und wenn ja, wie zeigt sich diese? Seien Sie des Weiteren wachsam, wie sich das Kind in ihrer Einrichtung verhält. Lernen Sie mit der Trauer des Kindes umzugehen und geben Sie dabei sich und dem Kind Zeit.

Jetzt beginnt der **Alltag mit dem trauernden Kind**. Vielleicht sind Sie unsicher, wie Sie sich verhalten sollen und können, wie die Reaktionen des Kindes einzuordnen sind. Deshalb im Folgenden einige Hintergrundinformationen für den Umgang im täglichen Miteinander mit einem trauerndem Kind.

Der Alltag

Jeder trauert anders. Denn Trauer ist eine ganz persönliche Antwort auf Trennungen, Abschiede und Verluste.

Die emotionalen Reaktionen, die ein Mensch durch den Verlust einer ihm nahe stehenden Person erlebt, können vielfältig sein. Die zumeist sehr intensiven Gemütszustände können wellenartig auftreten. Dazu können gehören: Traurigkeit, Schmerz, Verzweiflung, Einsam-

Jeder trauert anders

keitsgefühle, Schock, Angst, Panik, Existenzängste, Hass, Wut, Zorn (auch gegenüber dem Verstorbenen), Liebe, Sehnsucht, Aggressivität, Zerstörungswut, Schuldgefühle, Schamgefühle, Nervosität, Enttäuschung, Ohnmacht, Niedergeschlagenheit, Taubheit, Leere, Hilflosigkeit, Ratlosigkeit, Verwirrung, Empfindungslosigkeit, aber auch Betäubung, Todessehnsucht, Freudlosigkeit,...

Gefühle und

Kinder **zeigen deutliche Gefühle**, aber oft andere Gefühle, als wir **Verhaltensweisen** Erwachsenen in der Situation erwarten oder sie verstecken ihre Trauer hinter **ungewöhnlichen Verhaltensweisen**.

Auch wenn jeder Mensch anders trauert, so kann man sich doch an so genanten **Trauerphasen** orientieren. Diese Phasen mögen ein wenig Anhalt geben, so eine Art "typischen Verlauf" des Abschiednehmens zu beschreiben.

Trauerphasen

Vier Trauerphasen (Nach Verena Kast, mit Bezug auf die Phasen des Sterbens von Elisabeth Kübler-Ross)

Nicht-Wahrhaben-Wollen

Die Todesnachricht ist ganz frisch. Ich stehe unter Schock und weigere mich, zu begreifen. Ich bin starr. Ich habe nur einen Gedanken: "Das ist ein böser Traum!"

Aufbrechende Emotionen

Sobald der Schock sich legt, kehren die Gefühle mit Macht zurück. Ein Chaos stürzt auf mich ein: Trauer, Wut, Freude, Angst, Unruhe, Zorn... Ich kann nicht schlafen, werde krank. Ich frage, wer "schuld" ist; ich will nicht ruhen.

Suchen, Finden, Sich trennen

Ich konzentriere mich auf den, den ich verloren habe. Er fehlt mir an allen Ecken und Enden. Unbewusst suche ich nach ihm, finde nur Erinnerungen. Allmählich beginne ich zu begreifen und Abschied zu nehmen.

Neuer Selbst- und Weltbezug

Ich habe eine neue Haltung zu dem Verstorbenen gefunden und kann mich wieder dem Leben jenseits der verlorenen Beziehung zuwenden. Er wird immer ein Teil von mir bleiben. Aber mein Leben verändert sich und geht weiter.



Jedes Kind trauert anders und die Wenigsten können sagen, dass Hilfen im Umfeld sie Hilfe brauchen. Es ist also gut, wenn das **Umfeld** des Trauernden aufmerksam und wachsam ist. Und offen. Es ist wichtig, erstmal alle Formen der Trauer hinzunehmen und anzunehmen, und dabei immer gesprächsbereit zu sein, bereit, Nähe zu geben, bereit an geschlossene Türen behutsam anzuklopfen. Die Hoffnung getröstet zu werden ist nämlich gerade beim trauernden Kind sehr groß.

Den Schmerz teilen

Abschiedsschmerz mit Kindern zu teilen, ist für die Kinder ein Segen. Denn sie spüren: "Ich bin nicht allein". Trauern Sie also, soweit es authentisch ist, gemeinsam mit dem Kind. Sprechen Sie mit dem Kind von dem Menschen, der ihm fehlt. Versichern Sie dem Kind, dass die Liebe des Verstorbenen ihm immer noch gilt. Falls der Kloß in Ihrem Hals oder vielleicht ihr eigener Schmerz zu groß sind, um über den Verlust zu reden, dann thematisieren Sie auch das. Denn Ehrlichkeit hilft. Das Kind muss wissen, dass es zu Ihnen kommen kann, wenn es traurig ist und der Schmerz groß.



Oft bedarf es dann gar nicht so sehr vieler Worte. Doch vermeiden Sie in jedem Falle Floskeln oder oberflächliche Worte des Trostes. Kinder lassen sich genauso wenig wie Erwachsene leichtfertig vertrösten und vom Trauerschmerz ablenken. Die Trauer kleinreden hilft nämlich gar nichts. Tun Sie deshalb vielmehr das, was der Sinn des alten Brauches ist: Drücken Sie ihr Beileid aus. Das heißt, vermitteln Sie dem Kind: "Ich versetze mich in dein Lage und ich möchte gerne einen Teil deines Kummers auf mich nehmen, damit du nicht allein bist in deiner Traurigkeit."

Selbstheilungskräfte aktivieren

Darüber hinaus gilt zu berücksichtigen, dass Kinder fähig sind, erstaunliche Selbstheilungskräfte zu mobilisieren. Sie suchen nach ganz eigenen Wegen, um einen Todesfall innerlich zu verarbeiten, und schützen sich so davor, in ihrem Schmerz unterzugehen. So kann das oft ungewöhnliche und für uns befremdliche Verhalten als Selbstschutz oder Selbstheilungsversuch angesehen werden. Kinder finden heraus, was sie brauchen, um das Gefühl der Ohmacht und des Ausgeliefertseins nach dem Tod eines geliebten Menschen zu überwinden. Dennoch bleibt der Weg durch die Trauer lang und beschwerlich.

Lassen Sie diesen Weg das ihnen anvertraute Kind nicht alleine gehen. Kinder brauchen Erwachsene, die ihre Trauer aushalten, anerkennen, gesprächs- und beziehungsbereit sind.

Trauer zulassen

Trauer und "Hilfe"

- Wenn das Leid zu groß wird, brauchen Kinder oft Abstand. Diesen Abstand verschaffen sie sich durch "Trauerverweigerung". Indem sie die Tatsache des Todes leugnen, schützen sie sich vor tiefen bisher unbekannten Gefühlen. Dieses Verhalten ist als Notbremse zu verstehen, mit der sie die Not, in die sie geraten sind, abbremsen, um nicht überrollt zu werden. Davon darf man sich nicht täuschen lassen, denn das augenblickliche kindliche Verhalten entspricht nicht den tatsächlichen, länger anhaltenden Bedürfnissen.

Zwar muss die in der ersten Zeit des Schocks entwickelte Abwehr und Trauerverweigerung des Kindes **zugelassen werden**, doch gleichzeitig müssen die Erwachsenen die **Türen öffnen**, damit das Kind aus der Abwehr wieder herausfindet. Denn eine längere Trauerverweigerung kann sich ungünstig auf die gesamte Entwicklung des Kindes auswirken. Solche Türöffner können Gespräche, gemeinsames Erinnern, ein Besuch des Friedhofs etc. sein.

- Wut und Aggression sind normale Reaktionen auf den Verlust eines Menschen. Diese Wut kann sich gegen noch lebende Personen richten, die beispielsweise für den Tod des Nahestehenden verantwortlich gemacht werden. Sie kann sich gegen Menschen richten, dessen Liebe einem sicher ist, und bei dem man sich deswegen gehen lassen darf. Sie kann sich aber genauso gegen den Toten richten, der angeklagt wird, sich einfach davongeschlichen zu haben. In jedem Falle sind Wut und Aggression deutliche Indikatoren dafür, dass der Tod des geliebten Menschen noch nicht akzeptiert werden kann. Solange man sich über den Toten ärgert, erlebt man diesen noch als anwesend.



Es ist wichtig, die Gefühle des Kindes anzuerkennen und sie sogar "zu erlauben". Es kann helfen, dem Kind zu gestehen, dass man gegenüber dem Tod eines lieben Menschen auch Wut empfindet. Das nimmt dem Kind die Schuldgefühle und die Scham. In der Zeit des Trauerns gibt es keine richtigen oder falschen Gefühle und Verhaltensweisen. Alle Gefühle haben ihre Berechtigung.



Regression wahr-

- Bei großen seelischen Belastungen kommt es vor, dass Kinder auf nehmen frühere Entwicklungsstufen zurückfallen. Ein solcher Rückfall ist die übliche Antwort auf gefühlsmäßige Belastungen. Kinder verlieren die zuletzt gelernten Fähigkeiten, weil sie die Kraft zur Überwindung ihrer seelischen und körperlichen Probleme brauchen. Wenn Kinder aggressiv und wütend werden haben sie noch Kraft. Bei einem Rückschritt auf frühere, bereits überwundene Entwicklungsstufen fehlt den Kindern die Kraft zu kämpfen. Sie ziehen sich zurück in die frühere Zeit, um wieder nach Halt zu suchen und um neue Kraft zu schöpfen. Wichtig ist, Verständnis für das Verhalten des Kindes zu haben, die Regression ein Stück mitzumachen. Indem Sie auf kleinkindhafte Bedürfnisse eingehen, kann das Kind sich entspannen, wieder Mut fassen und sich weiterentwickeln.
- Magisches Denken gehört zur Weltsicht der Vorschulkinder. Als magisch kann man eine Handlung bezeichnen, wenn dadurch Zusammenhänge hergestellt werden, die es eigentlich nicht gibt. Treten zwei Ereignisse gleichzeitig auf, wird angenommen, dass eins das andere hervorgerufen hat. Will das Kind in einem Bereich etwas bewirken, muss es in einem anderen handeln. Kinder, die an ihre magischen Kräfte glauben, fassen den Mut, gegen das Gefühl des Ausgeliefertseins und der Ohnmacht anzukämpfen. Sie treten diesen Gefühlen als Handelnde entgegen und vertrauen ihren magischen Praktiken. Doch da diese magischen Praktiken keinen Erfolg bringen, glaubt das Kind entweder, es hat noch nicht genug bzw. das Richtige getan oder sie bitten eine weitere vertraute Person um Unterstützung ihres Vorhabens. Obwohl und Erwachsenen dieses magische Denken und magische Praktiken fremd sind, gilt es sie bei den Kindern anzuerkennen und sie langsam und liebevoll zu überwinden. Anerkennen ist deshalb wichtig, weil das magische Denken die Kinder stärkt. Denn sie sind bestimmt von dem Gefühl, etwas bewirken zu können. Diese magischen Vorstellungen können in der Begegnung mit dem Tod einer nahe stehenden Person gefährlich werden. Denn es kann dazu führen, dass das Kind sich selbst heimlich Vorwürfe macht und Schuldgefühle entstehen. Tritt etwas Schlimmes ein, das dem Kind unverständlich ist und es belastet, sucht es nach Gründen und findet diese meist im eigenen Verhalten. Kinder überlegen bei

Magisches Denken ernst nehmen



ihrer Suche nach Erklärungen, ob sie selbst den Tod eines anderen Menschen verursacht haben. Denn sie glauben, mit einem bösen Wort, einem falschen Verhalten oder auch "Wegwünschen des anderen" könnten sie bewirken, dass er stirbt. Oft wissen wir Erwachsenen gar nicht, welche Erklärungen ein Kind für den Tod der nahe stehenden Person sich zu Recht gelegt hat. Deshalb ist es immer wichtig, ihnen zu versichern, dass weder ihre Gedanken noch ihre Handlungen den Tod eines anderen Menschen verursachen.

- Bringt das Kind jedoch seine Schuldgefühle zum Ausdruck, sollte es die Möglichkeit bekommen, darüber zu sprechen. Indem sich das Kind selbst sprechen hört, können manche Schuldgefühle schon aufgelöst werden. Des Weiteren kann man die Kinder von ihren Schuldgefühlen entlasten und eine neue, andere Sicht auf das Geschehene einführen. Wenn dennoch ein tiefsitzendes Gefühl von Schuld bleibt, kann es gut sein, dem Kind Aktionen zur Wiedergutmachung und Versöhnung anzubieten. (Ein Bild malen, das Grab schmücken, etwas das der Tote begonnen hat zu Ende bringen,...) Diese Aktionen müssen unbedingt von Erwachsenen begleitet werden.

Schuldgefühle entlasten



Verfasserin:

Anna Rieß-Gschlößl
Fachstelle Religionspädagogik im Elementarbereich
EOM, Ressort Bildung
Rochusstraße 5, 80333 München