

KINDER IN IHRER TRAUER BEGLEITEN

Sterben, Tod und Trauer gehören auch zum Leben von Kindern. Damit Kinder in altersgemäßer Art und Weise trauern dürfen, können sie von Erwachsenen (Eltern / Verwandte usw.) unterstützt werden.

⊙ ZUWENDUNG

- Vermittlung des Gefühls von verlässlicher Sicherheit: Bezugspersonen, Tagesrhythmus und häusliche Umgebung so stabil wie möglich halten; Zusicherung: „Ich bin aber jetzt für dich da...“
- sich um das körperliche Wohl des Kindes kümmern: Essen und Trinken
- Umarmungen und Liebkosungen
- Anwesenheit schenken: Aufmerksamkeit, Spielen, Vorlesen, Freizeit

⊙ GESPRÄCHE

- eine stufenweise und altersgemäße Information über die Todesursache oder evtl. über den bevorstehenden Tod
- sachlich bleiben (Erklärung, dass Körper ganz aufgehört hat zu funktionieren) und keine missverständlichen Umschreibungen, wie „...ist eingeschlafen“, „...ist auf langer Reise“, „...von uns gegangen“, „...war krank“ usw.
- Gesprächsbereitschaft signalisieren und Geduld haben
- ehrliches und offenes Reden über das Erlebte und über den Tod
- wiederkehrende Fragen immer wieder beantworten
- helfen, Gefühle zu erkennen, zu beschreiben und zu benennen
- ermuntern, Tränen zuzulassen. Miteinander weinen
- eigene Hoffnungen benennen
- eigene Weltbilder des Kindes zulassen und akzeptieren
- zuhören und nachfragen, auf Sorgen und Ängste des Kindes eingehen und behutsam helfen, diese abzubauen
- verstorbene Person beim Namen nennen
- Ermutigung über die verstorbene Person zu sprechen

⊙ ALLTAG ERLEBEN

- Gewohnheiten und Rituale pflegen
- Besuch des Kindergartens / Schule / Verein weiterhin ermöglichen
- ErzieherInnen und LehrerInnen informieren
- das Kind tun lassen: sprunghafter Wechsel von Spielen, Toben, Lachen, Weinen, Wut, Traurigkeit
- Rückzug, Pause oder Abwendung vom Thema Tod zulassen
- Bewegung, Sport und Ortswechsel ermöglichen
- kreative Beschäftigung anbieten
- möglichst bei vielen Vorgängen in der Familie teilhaben lassen

⊙ ABSCHIED NEHMEN

- Einbezug bei der Planung und Durchführung der Trauerfeier
- Ermöglichung des persönlichen Abschieds in Begleitung eines vertrauten Erwachsenen (Abschied am Sterbebett / aufgebahrten Leichnam)
- Teilnahme an der Trauerfeier zulassen
- evtl. gemeinsames Ausräumen des Zimmers / Wohnung / Schrankes usw. der verstorbenen Person

⊙ ERINNERN UND TRAUERN

- Grab besuchen und pflegen, Grabbeigabe gestalten
- Austausch mit Gleichaltrigen ermöglichen (Kindertrauergruppe; Freunde)
- bei Überforderung der Eltern vertraute Ersatzpersonen um Hilfe bitten
- gemeinsame Erinnerung an Verstorbene: Geschichten / Erlebnisse erzählen, Fotoalbum / Videos anschauen, Erinnerungskiste anlegen, an Jahrestage denken oder besonders gestalten
- Kinderfilme oder Bilderbücher zu diesem Thema anschauen
- Ermuntern, Tränen zuzulassen. Miteinander weinen
- eigene Betroffenheit ernst nehmen und sich eventuell Hilfe und Unterstützung für die eigene Trauerbewältigung holen