

Hoffnung, Trost und Trauer - was wir brauchen, wenn ein Familienmitglied stirbt

Referentin: Yvonne Beuckens, Wiesbaden

Kinder und Jugendliche - Umgang mit Verlusterfahrungen nach Altersstufen

0–2 Jahre	Kinder reagieren auf die Auswirkungen des Tods einer Bezugsperson (Abwesenheit), nicht auf den Tod an sich; Verlusterfahrungen erschüttern das emotionale und körperliche Gleichgewicht; ein erlebter Mangel (Vernachlässigung) kann die Entwicklung des natürlichen Urvertrauens gefährden
3–5 Jahre	Verlusterfahrungen werden versucht, durch die Suche nach Ersatzpersonen bewältigt zu werden; möglich ist hier frühkindliches Verhalten (Daumenlutschen, kindliche Sprache), das wegen der Vertrautheit Sicherheit spendet; das „magische Denken“ kann zu Schuldgefühlen und dem Verständnis des Tods als Bestrafung führen; die körperliche Beeinträchtigung des Sterbenden (Haarverlust, Gewichtsabnahme) kann Ängste auslösen, die den Umgang mit dem eigenen Körper langfristig beeinträchtigen
6–8 Jahre	Kinder reagieren mit Ängstlichkeit und körperlichen Symptomen (z. B. Verdauungs- und Schlafprobleme); der Umgang mit den eigenen Gefühlen befindet sich noch in Entwicklung, weshalb Überwältigung durch die eigenen Gefühlsausbrüche möglich ist; Kinder fordern einer Ersatzbezugsperson
9–11 Jahre	Kinder versuchen, sich vor allzu starken Gefühlen zu schützen, indem sie sich ablenken (Hobbys) und die Situation intellektualisieren (Informationen werden verlangt); in Schule sind Konzentrationsprobleme möglich; Kinder übernehmen ggfs. Verantwortung für die Familie („sind stark“); Kinder wissen um den bevorstehenden Tod durchaus schon vorher, trotz des Versuchs der Eltern, das Kind vor der Wahrheit zu „schützen“
12–14 Jahre	Kinder vermeiden ggfs. detaillierte Informationen um sich vor Gefühlsausbrüchen zu schützen (Angst vor Kontrollverlust); die Verarbeitung geschieht häufig alleine; es kommt vor, dass sie sich nicht verstanden fühlen und in der Folge gemeinsame Rituale meiden; Menschen aus dem sozialen Umfeld werden als Helfer herangezogen; die altersentsprechende Ablösung (Pubertät) erschwert sich durch die widersprechenden Bedürfnissen nach Autonomie und Unterstützung für den hinterbliebenen Elternteil; ein rebellisches Verhalten kann als Hinweis für schwierige Verarbeitung der Erlebnisse dienen
15–17 Jahre	Teilweise stärkere Ausprägung von Fürsorge und Verantwortungsübernahme für den hinterbliebenen Elternteil sowie das Zurückstellen eigener Bedürfnisse; bei zu großer Verantwortung kann die Ablösung von den Bezugspersonen beeinträchtigt werden; es besteht die Gefahr, die Trauer zu unterschätzen, wenn Jugendliche sich zurückziehen; der Rückzug dient u. U. einer notwendigen Abgrenzung um wieder ins Gleichgewicht zu finden; weitere mögliche Reaktionen sind aktives Hilfesuchen, aber auch aggressives Verhalten und Alkoholkonsum

Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen

- Emotionale Sicherheit
- Verlässliche Beziehungsperson in der Familie
- Altersgerechte Informationen
- Normalität, Struktur und Regeln, Kontakt zu Gleichaltrigen
- Ermöglichung von Teilhabe und Mitgestaltung entsprechend der individuellen Bedürfnisse (manche Kinder suchen den Kontakt zum Sterbenden, manche wollen eher Abstand)

Literaturliste – Schwerpunkt Kinder als Angehörige

Warum trägt Mama im Sommer eine Mütze?

<http://shop.mzfk.net/buecher/7/warum-traegt-mama-im-sommer-eine-muetze>

Eine Vorlesegeschichte im ersten Teil richtet sich an Kinder im späten Kindergarten- und frühen Grundschulalter. Im Mittelpunkt der Erzählung steht der kleine Louis, dessen Mutter an Brustkrebs erkrankt ist. Mama muss ins Krankenhaus, Mama hat keine Haare mehr, Mama ist sehr müde von ihren Medikamenten - Diese und andere Situationen aus dem Krankheitsalltag verknüpft die Geschichte einfühlsam mit den vielen Fragen des kleinen Louis. Übersichtliche Infokästen fassen einzelne Themen wie Krankheitsbild oder Schuldgefühle leicht verständlich zusammen.

Als der Mond vor die Sonne trat

Gerhard Trabert

Sondereinband– Illustriert, 2001

Kostenfrei erhältlich über Flüsterpost e.V.

“Mama ist an Brustkrebs erkrankt. Was ist eigentlich Krebs?” Am Beispiel des Aquariums erklärt Opa Janina und Marc, was eine Krebserkrankung ist und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Gemeinsam mit den Eltern finden sie heraus, wie sie die Situation zusammen meistern können.

Krebs ist doof. Mein Kampf gegen den Krebs.

Eva Hungershausen

Krebs ist doof, Chemo kein Ponyhof und Bestrahlung nicht so gemütlich wie der Gang ins Sonnenstudio. Das Leben aber ist alles wert und ich werde niemals aufhören an dieses wundervolle Leben zu glauben.“Die Autorin ist 23 Jahre alt, als sie die Diagnose Morbus Hodgkin erhält. Bösartiger Lymphknotenkrebs, der mit Chemotherapie und Bestrahlung behandelt werden muss. Sie hat während dieser Zeit Tagebuch geführt und ihre Erlebnisse, Gedanken und Gefühle in diesem Buch zusammen gefasst. Eine Liebeserklärung an ihr Leben.

Ente, Tod und Tulpe.

Verlag Antje Kunstmann 2007, 32 S. m. zahlr.bunten Bildern

Auch als Film im Internet zu sehen: <https://www.youtube.com/watch?v=4iXm2DX8dNU>

Irgendwann stellt jedes Kind die Frage nach dem Tod. Ganz unbefangen. Alle Eltern wissen das und haben selten eine unbefangene Antwort parat. So selbstverständlich der Tod im Leben ist, so selbstverständlich gehört er ins Kinderbuch. In Wolf Erlbruchs Ente, Tod und Tulpe ist der Tod ein leichtfüßiger Begleiter, schon immer da, man merkt nur nicht: Schon länger hatte die Ente so ein Gefühl. »Wer bist du und was schleichst du hinter mir her?« »Schön, dass du mich endlich bemerkst«, sagte der Tod. »Ich bin der Tod.« Die Ente erschrak. Das konnte man ihr nicht übel nehmen. »Und jetzt kommst du mich holen?« »Ich bin schon in deiner Nähe, so lange du lebst nur für den Fall.« »Für den Fall?« fragte die Ente. »Na, falls dir etwas zustößt. Ein schlimmer Schnupfen, ein Unfall, man weiß nie.«

Von Sterben, Tod und Trauer den Kindern erzählt

Georg Schwikart, Butzon & Bercker GmbH Kvelaer 2010, 24 Seiten broschiert

Einfühlsam zeigt Georg Schwikart Kindern in diesem Buch, dass Sterben zum Leben gehört. Er erklärt, was mit einem Menschen nach dessen Tod geschieht, macht sie mit den Gefühlen der Trauer vertraut und erzählt ihnen, wie sich Christen das Leben nach dem Tod vorstellen. Ein Buch, das Kinder behutsam und umfassend an das Thema Tod heranführt und dabei deutlich macht, dass es auf viele unserer Fragen keine endgültige Antwort gibt. Ein Bilder- und (Vor)lesebuch für Kinder ab 4-5 J.

Wie ist das mit ... der Trauer

Roland Kachler mit Illustrationen von Sandra Reckers, Gabriel Verlag, 141 Seiten

Wenn jemand stirbt, den du sehr lieb hast, bist du traurig. Am liebsten würdest du weinen oder dich verkriechen, vielleicht bist du auch wütend. Den Kindern in den Geschichten geht es ganz ähnlich: Tim kann nicht glauben, dass sein Opa nie mehr mit ihm Fußball spielen wird, Luisa fühlt sich auf der Beerdigung ihrer Tante ganz seltsam, und Benni weiß nicht, wie er es ohne seinen Vater aushalten soll, und Maxi fragt sich, ob sie ihren Bruder jemals wiedersehen wird. Mit – Geschichten zu unterschiedlichen Trauersituationen, -Sacherklärungen und Antworten auf schwierige Fragen, – Vorschlägen, wie Kinder mit ihrer Trauer umgehen können, – Extrakapitel für die Eltern, ab 8 J.

Papa, was ist der Tod? – Ein Kind fragt nach dem Leben

Hermann-Josef Zoche, Pattloch Verlag, Augsburg 2002, 128 Seiten

Einfache und verständliche Antworten auf die schwierige Frage nach dem Tod. Ein Dialog zwischen einem Kind und seinem Vater. Nicht nur für Kinder!

Leb wohl lieber Dachs

Susan Varley, Annette Betz Verlag im Verlag Carl Ueberreuter GmbH, 26. Auflage 2009, 32 Seiten

“Der Dachs war immer zur Stelle gewesen, wenn eines der Tiere ihn brauchte. Den Frosch hatte er Schlittschuh laufen gelehrt, den Fuchs Krawattenknoten schlingen, und Frau Kaninchen hatte von ihm sein Spezialrezept für Lebkuchen bekommen. Die Tiere reden oft von der Zeit, als Dachs noch lebte. Und mit dem letzten Schnee schmilzt auch ihre Traurigkeit dahin. Es bleibt die Erinnerung an Dachs, die sie wie einen Schatz hüten.” ab 4 J.

Wichtige Links für weitere Informationen und bestellbares Informationsmaterial:

<http://kinder-krebskranker-eltern.de/infomaterial-zum-thema-krebs/>

Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche im Rhein-Main-Gebiet:

<http://www.johanniter.de/dienstleistungen/betreuung/trauerbegleitung-von-kindern-und-jugendlichen-lacrima/lacrimarhein-main/>