Notfallpsychologie

Wie man mit Kindern über den Tod sprechen kann

Univ.-Doz. Dr. Gernot Brauchle

Wissenschaft und Weiterbildung

Kinder und Jugendliche

IM UMGANG MIT DEM TOD

„Schutz“ für Kindern

- Im Allgemeinen neigen wir dazu Kinder von allem was mit Tod und Sterben zu tun hat fernzuhalten.
- Deshalb werden Kinder in der Regel bei tragischen Ereignissen als Individuen „**übersehen**“.
- **Dies nimmt ihnen aber die Möglichkeit:**
  - Wünsche, Bedürfnisse oder Schuldgefühle zu äußern.
  - Fragen zu stellen um zu begreifen, was passiert ist, vor allem zu begreifen, dass die Gefahr vorbei ist.
  - eine kindgerechte Form des Trauerns zu finden.
  - sich auf Grund eines eigenen Beitrags als wichtigen Teil der Familie zu fühlen und damit ein Stück Kontrolle wieder zu erlangen.

Konzepte von Tod

Vorstellungen von Tod bei Kindern und Jugendlichen

Konzepte von Tod

- Die kognitive Entwicklung bestimmt das Todeskonzept:
  - **Die Endgültigkeit des Todes:**
    Der Verstorbene kann nicht mehr lebendig werden.
    - „Opa ist tot. Kommt er mich nie wieder besuchen, auch nicht an meinem Geburtstag?"
  - **Die Allgemeingültigkeit des Todes:**
    Alle Lebewesen müssen sterben.
    - „Mama, Papa, Oma – müssen alle Menschen und Tiere sterben?"
  - **Die Unvermeidbarkeit des Todes:**
    Man kann den Tod manchmal nicht verhindern.
    - „Warum konnte der Doktor ihn nicht heilen?"
  - **Die Unvorhersehbarkeit des Todes:**
    Man kann den Tod nicht vorhersehen.
    - „Kann man immer sterben müssen?"

Kinder unter 3 Jahren

- Bereits ab etwa dem 7. Monat haben Kinder stabile Bindungen zu Personen aufgebaut.
- Versterben diese Personen suchen Kleinkinder aktiv nach dem verschwundenen Elternteil, weinen und sind verzweifelt.

Vorschulkinder (3 – 6 Jahre)

- Für Kinder zwischen 3 und 6 Jahren bedeutet tot sein soviel wie **weg sein** oder **kaputt sein**.
- Leben und Tod sind austauschbar – **wer Tod ist, kann auch wieder lebendig werden**, da der Tod zeitlich begrenzt ist und wieder rückgängig gemacht werden kann.
- Der Tod ist deshalb etwas Normales und man muss nicht unbedingt weinen (keine Endgültigkeit).
- Lebewesen sind tot, wenn die beweglichen oder funktionalen Eigenschaften fehlen (z.B. eine Kerze ist tot, wenn man sie auslöscht, ein Spielzeugauto ist tot, wenn es kaputt ist).

Vorschulkinder (3 – 6 Jahre)

- Kinder sind noch stark im magischen Denken verhaftet:
  - *„Ich zaubere meinen Bruder einfach wieder lebendig!"*
  - *„Aber zu Weihnachten kommt mein toter Bruder doch wieder nach Hause, oder?"*
- Der Verstorbene lebt in anderer Form weiter und die Körperfunktionen bleiben aufrecht.
  - *"Essen Tote eigentlich dasselbe wie wir?*
  - *Wie kriegen die Toten da unten Luft, wenn man so viel Erde auf sie drauf schüttet?"*

Volksschulkinder (6 – 9 Jahre)

- Volksschulkinder haben bereits ein **Gefühl für die Zeit.** Sie wissen bereits, dass der **Tod endgültig ist**.
- **Aber:** In ihren **Gefühlen** tun sie sich meist noch schwer diese Tatsache zu akzeptieren:
  - *„Vielleicht ist mein Bruder gar nicht richtig tot – vielleicht schläft er nur ganz fest oder hält die Luft an?"*

Volksschulkinder (6 – 9 Jahre)

- Das Wissen über den Tod schwankt meist zwischen Fantasie (Wunschdenken) und Realität.
- Schulkinder glauben, dass der Tod nur den Alten und Kranken passiert. Sie begreifen nicht, dass er auch den Jungen und einem selbst zustoßen kann (keine Allgemeingültigkeit).

Volksschulkinder (6 – 9 Jahre)

- Die Vorstellung über den Tod ist derart unerträglich, überwältigend und beängstigend, dass sie an eine **Unsterblichkeit** zu glauben beginnen.
- **Aber:** Die Beschäftigung mit dem Tod ist nicht nur beängstigend, sie ist auch irgendwie **gruselig, spannend, aufregend, lustvoll und interessant**.
  - Da Kinder in diesem Alter die **Vorstellung des eigenen Sterbens noch stark verleugnen**, beziehen sie das Wissen um den Tod weniger auf sich. Weitaus mehr sorgen sie sich um den Tod ihnen nahe stehender Menschen.

Beispiel

- Thomas (6) „Die Beerdigung heißt Beerdigung, weil der Tote in die Erde gelegt wird. Aber die Seele, die fliegt doch in den Himmel und deshalb wäre es viel schöner, wenn die Beerdigung auch Behimmelung heißen würde, oder?"
- Petra's (9) Vater starb bei einem Autounfall. Sie erinnert sich, dass ihr die Brust wehgetan hat als sie vom Tod ihres Vaters hörte, sie hat geschrien und war sehr zornig. Sie wollte, dass man sie alleine lässt.
- Petra ging nicht mit zur Beerdigung nur zur Gedenkfeier obwohl sie jetzt gerne zum Grab ihres Vaters geht. Sie sagt: „Ich glaub nicht, dass mein Vater jetzt da unter der Erde lebt. Ich denke an ihn als einen Geist, der überall gleichzeitig ist."

Beispiel

- Anna (6) berichtet über das Begräbnis ihres Vaters. Es war besonders wichtig für sie, dass jedes Familienmitglied eine Rose auf den Sarg legte.
- Sie erzählt außerdem, dass sie ihrem Vater gemeinsam zum Abschied gewinkt haben. Als es später daheim noch einmal eine Gedenkfeier gab, war sie verwirrt, weil sie dachte ihr Vater wäre noch einmal gestorben. Sie konnte auch nicht verstehen, dass Weinen einem helfen sollte sich besser zu fühlen, wenn sie weinte fühlte sie sich immer schlecht.
- Sie erzählte auch, dass ihr dreijähriger Bruder immer noch glaubt, der Vater wäre nur weg und würde wiederkommen. Als sie aus den Ferien zurückkamen, dachte ihr Bruder, der Vater würde daheimsein und auf sie warten. Anna selbst denkt, ihr Vater wäre ein Engel im Himmel und würde sie von oben beobachten.
- Anna hat viele glückliche Erinnerungen an ihren Vater aber sie mag nicht gern darüber zu anderen sprechen, weil sie sich fürchtet, dass man sie für anders hält als die anderen Kinder und dass ihre Freunde sie aufziehen werden. Anna mag es, im Stuhl ihres Vaters zu sitzen am Sonntagmorgen. Dabei denkt sie dann, dass ihr Vater nur weg ist zur Arbeit und bald wiederkommen wird. Sie mag es nicht, wenn andere Leute in seinem Stuhl sitzen.

Schulkinder (9 - 12 Jahre)

- Beim Eintritt in die Vorpubertät differenziert sich die Gefühlswelt aus und das Bedürfnis nach exakten Informationen nimmt zu.
- Diese Kinder wissen, dass **ausnahmslos alle Menschen, unabhängig vom Alter**, sterben müssen.

Beispiel

- Lisa‘s (12) Vater starb bei einem Flugzeugabsturz.
- Sie wollte alle Details über den Unfall wissen. Sie konnte am Anfang nicht glauben, dass er wirklich gestorben war.
- Sie will ihre Mutter beschützen und schonen. Sie traut sich nicht sie über den Vater auszufragen, weil sie Angst hat ihr wehzutun. Sie mag es auch nicht wenn andere über ihren Vater sprechen, weil ihr das weh tut.

Jugendliche (ca. ab 12 Jahre)

- Mit beginnender Pubertät beschäftigen sich Jugendliche meist intensiv mit dem Tod (vor allem über die Frage, was nach dem Tod sein könnte).
- Jetzt werden die eigenen Informationen zum Thema Tod mit denjenigen der Erwachsenen verglichen:
  - "*Kann ich das, was mir meine Eltern erzählt haben, auch wirklich glauben - sind meine Eltern glaubwürdig?" und „*
  - *Kann ich an einen Himmel voller Englein glauben?"*
- Der alte Kinderglaube wird nicht selten "über Bord„ geworfen. Was die Peergroup zu dem Thema sagt, gewinnt an Bedeutung.

Mit Kindern über den Tod sprechen

Erste Reaktionen auf Todesnachricht

- Aggressionen.
- Weinen.
- Fragen.
- Unglauben.

Allgemeine Regeln

- Sich von den Fragen der Kinder leiten lassen.
- Nur die Fragen beantworten, die das Kind selbst stellt.
- Ehrlich und sofort antworten und sich wiederholen.
- Zugeben, dass man auch nicht alles weiß.

Mit Kindern über den Tod sprechen

- **Der Dreierschritt der Kommunikation:**

I. Ehrlich **informieren**.

II. die eigenen **Emotionen** und die des Kindes **ansprechen**.

III. Sicherheit und **Hoffnung geben**.

Mit Kindern über den Tod sprechen

- **Schlecht:** *Papa ist auf eine lange Reise gegangen.*
- **Besser:** *Papa ist bei einem Unfall gestorben. Wir sind alle sehr traurig aber wir werden es zusammen schaffen, dass es uns mit der Zeit wieder besser geht.*
- **Schlecht**: *Es ist Gottes Wille und Gott hat ihn zu sich genommen weil er so brav war.*
- **Besser:** *Großvater ist letzte Nacht gestorben. Mamma und Oma müssen darum weinen. Wir werden oft an ihn denken. Wir können uns an die guten Dinge erinnern, die wir mit ihm erlebt haben.*

Mit Kindern über den Tod sprechen

Schlecht: *Großmutter schaut vom Himmel auf dich herunter (es ist besser, wenn du jetzt brav bist).*

Besser: *Großmutter war sehr alt und ist gestorben. Darum sind viele Leute hier und weinen. Sie wird in unserer Erinnerung immer bei uns bleiben.*

Schlecht: *Max ist schlafen gegangen (und jetzt ist er im Himmel).*

Besser: *Max war sehr krank und die Krankheit hat ihn sterben lassen. Das macht uns und alle sehr traurig, aber wir werden mit der Zeit auch wieder fröhlich sein können.*

Niemand weiß wirklich, ob er jetzt im Himmel ist. Manche Leute glauben das, andere nicht. Was glaubst denn du?

Charta für trauernde Kinder

WINSTON‘S WISH 2001

1. Angemessene Information

Trauernde Kinder haben das Recht, Antworten auf ihre Fragen zu bekommen so wie Informationen, die deutlich erklären, was passiert ist, weshalb dies so war und was als Nächstes geschehen wird.

„Papa ist an einem Tumor gestorben, aber ich weiß nicht, was ein Tumor ist."

Alice, 6 Jahre, deren Vater an Magenkrebs starb.

2. Mit einbezogen sein

Trauernde Kinder sollten gefragt werden, ob sie mit ein bezogen werden möchten in wichtige Entscheidungen, die auch auf ihr Leben Auswirkungen haben werden – wie etwa Planung der Beerdigung, Gestaltung der Jahrestage.

„Ich half mit Mamas Lieblingsmusik auszusuchen, die sie bei ihrer Beerdigung spielten."

Kim, 12 Jahre.

3. Die Familie mit einbeziehen

Trauernde Kinder sollten Unterstützung in der Art erhalten, dass der Vater und/ oder die Mutter mit einbezogen wird und gleichzeitig die Vertraulichkeit für das Kind gewahrt bleibt.

„Andere Eltern zu treffen, die genau in der gleichen Situation waren wie ich, empfand ich als große Hilfe."

John, dessen Frau an Gehirnblutung starb.

4. Mit anderen Betroffenen zusammenkommen

Trauernden Kindern kann es gut tun, wenn sie Gelegenheit erhalten, anderen Kindern zu begegnen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

„Oft habe ich einfach das Bedürfnis zusammenzubrechen und zu weinen, aber vor meinen Klassenkameraden geht das nicht... Nachdem ich jetzt all die an deren Kinder kennen gelernt habe, die das Gleiche durch gemacht haben, fühle ich mich nicht länger alleine."

Colin, 12 Jahre, dessen Mutter gestorben ist.

5. Erzählen, was passiert ist

Trauernde Kinder haben das Recht, ihre Geschichte auf verschiedenste Art zu erzählen. Sie haben das Recht, dass diese Geschichte angehört, gelesen oder angeschaut wird von den Menschen, die ihnen wichtig sind. Die Geschichte kann beispielsweise durch Malen, Fingerpuppen, Briefe und Worte erzählt werden.

„Mein Bild zeigt das Auto, das gegen Papas Kopf knallte. Er fi el vom Rad, schlug mit dem Kopf auf und starb später im Krankenhaus."

Georgina, 7 Jahre, deren Vater bei einem Autounfall starb.

6. Gefühle ausdrücken

Trauernde Kinder sollten unbefangen alle Gefühle ausdrücken können, die mit der Trauer verbunden sind, zum Bei spiel Wut, Niedergeschlagenheit, Schuldgefühle und Angst. Sie sollten dabei unterstützt werden, dies in angemessener Weise zu tun.

„Es ist in Ordnung zu weinen, und es ist okay fröhlich zu sein."

James, 9 Jahre, dessen Vater an einem Herzinfarkt starb.

7. Nicht schuld daran

Trauernde Kinder sollten nach einem Verlust wissen, dass sie nicht verantwortlich für den Tod sind und keine Schuld daran haben.

„Jetzt weiß ich, dass niemand daran Schuld hat."

Chris, 12 Jahre, dessen Vater durch Suizid starb.

8. Die gewohnte Routine beibehalten

Trauernden Kindern sollte es möglich sein, ihren früher geliebten Aktivitäten und Interessen auch weiterhin nach zu gehen.

„Ich ging zu Brownies (eine Pfadfindergruppe für jüngere Buben – d. Übers.), als Meg gestorben war. Ich wollte es meinen Freunden sagen."

Peter, 12 Jahre alt.

9. Reaktionen der Schule

Trauernde Kinder können es als sehr wohltuend empfinden, eine angemessene und positive Reaktion von ihrer Schule zu erhalten.

„Mein Lehrer denkt an die Tage, die für mich schwierig sind, wie Vatertag und Papas Geburtstag."

Alex, 9 Jahre.

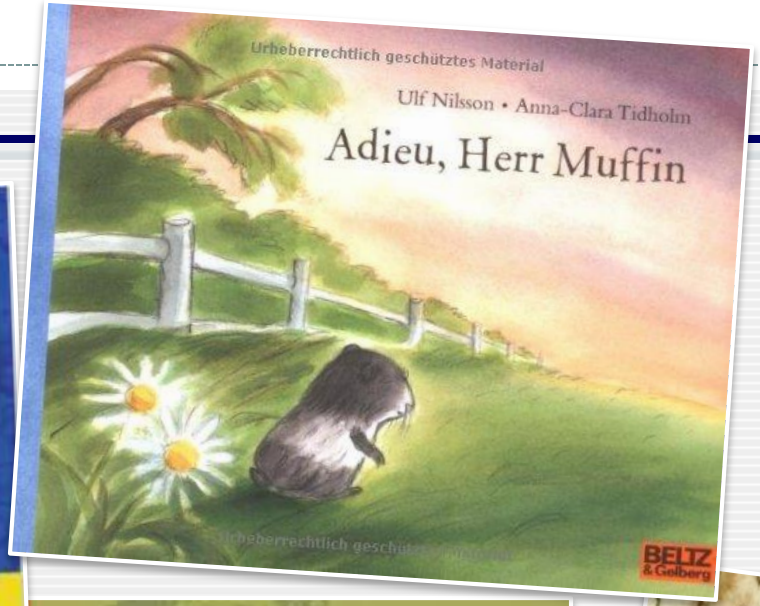
10. Erinnerung

Trauernde Kinder haben das Recht, die verstorbene Person für den Rest ihres Lebens in Erinnerung zu behalten, wenn sie dies möchten. Dazu kann gehören, dass man Erinnerungen noch einmal lebendig werden lässt (gute und schlechte), so dass die Person ein selbstverständlicher Bestandteil der weiteren Lebensgeschichte des Kindes wird.

„Ich zeige mein Erinnerungsbuch gerne den Menschen, die nicht die Gelegenheit hatten, meinen Papa kennen zu lernen."

Bethany, 8 Jahre, deren Vater an Krebs starb.

Literatur


Urheberrechtlich geschütztes Material
Ulf Nilsson • Anna-Clara Tidholm
Adieu, Herr Muffin
BELTZ & Gelberg

TABUTHEMA
TRAUERARBEIT
Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod
DON BOSCO
MARGIT FRANZ

Peter Schössow
Gehört das so??!
Die Geschichte von Elvis
Hanser

Amelie fried Jacky Gleich
Hat Opa einen Anzug an?
Hanser

Anschrift:

Univ.-Doz. Dr. Gernot Brauchle
Gesundheits- und Notfallpsychologe

Email: G.Brauchle@gmail.com

Das Skriptum ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwendung, Vervielfältigung, Weiterverbreitung, auch elektronischer Art außerhalb der Veranstaltung ist nur mit ausdrücklicher Zustimmung der Verfasser erlaubt. Es gelten das Urheberrecht und der Autorenschutz.