

Wenn Mama verstorben ist – Empfehlungen für Ihre Begleitung von trauernden Kindern

Auf einmal ist alles anders ■ Diese Erfahrung macht in der Regel ein Kind, bei dem ein oder mehrere nahestehende Menschen wie Vater, Mutter, Geschwister, Großeltern oder Freunde gestorben sind. Als Erzieher/in müssen Sie nun ein Kind elementarpädagogisch betreuen, das mit dem Verlust dieser Person(en) ebenso alltägliche und sicherlich lieb gewonnene Routinen verloren hat. Welche Unterstützung Sie diesem Kind geben können, empfiehlt der vorliegende Beitrag.



Miriam Sitter

Soziologin und Politologin am Institut für Sozial- und Organisationspädagogik der Stiftung Universität Hildesheim. Ehrenamtliche Mitarbeiterin im »LÖWENZAHN«/Trauerzentrum für Kinder und Jugendliche e.V. in Hannover.



Kornelia Reinke-Westherholz

Leiterin des »LÖWENZAHN«/Trauerzentrums für Kinder und Jugendliche e.V. in Hannover, Trauerbegleiterin und Erzieherin.

Er Erfahrungen, die Kinder mit dem Verlust eines nahestehenden Menschen machen, können höchst unterschiedlich sein. So stellt der plötzliche Unfalltod der Mutter eine Situation her, in der das Kind von heute auf morgen damit umgehen muss, dass Mama nicht mehr da ist. In anderen Fällen kommt es vor, dass Kinder den Tod ihrer Großeltern oder Geschwister als das Ende einer schweren und langen Krankheit erleben. Beide Erfahrungen eint die Tatsache, dass Kinder zu irgendeinem Zeitpunkt damit konfrontiert sind, den Tod dieser Person(en) zu verstehen und anzunehmen.

» Oft besteht die Sorge, nicht die richtigen Worte zu finden und etwas Falsches zu sagen.«

Dieses Begreifen und diese Annahme können je nach Alter, Persönlichkeit, sozialer Herkunft sowie Verlauf der Verluste Erfahrung(en) höchst unter-

schiedlich ausfallen. Auch die Stärke der Beziehung zur verstorbenen Person (eng und vertraut/weniger eng und weniger vertraut) kann einen Einfluss auf das Trauerempfinden von Kindern haben.

» Diskutieren und organisieren Sie einen freien Austausch innerhalb Ihres Teams über die Frage, wer eine engere Kontaktperson für ein trauerndes Kind sein könnte.«

Mit dem vorliegenden Beitrag möchten wir Sie für die Begleitung von Kindern sensibilisieren, die den Tod einer nahestehenden Person erfahren (haben). Außerdem möchten wir Sie dazu ermutigen, die Themen *Sterben, Tod* und *Trauer* bspw. im Rahmen eines Projektes in Ihrem Kita-Alltag zu integrieren.

Den Themen *Sterben, Tod* und *Trauer* möglichst offen begegnen

Ein Grund für diese Ermutigung ist unsere Beobachtung, dass Leitungs- und Fachkräfte in Kitas der Trauerbegleitung von Kindern mit unterschiedlichsten Ängsten und Vorbehalten begegnen. Oft besteht die Sorge, nicht die richtigen Worte zu finden und etwas Falsches zu sagen. Nicht selten spielen hierbei auch die ganz eigenen und persönlichen (Selbst-)Erfahrungen hinein, die man mit den Themen *Sterben, Tod* und *Trauer* gemacht hat; ein möglichst natürlicher Umgang sowie eine angemessene Begleitung der betroffenen Kinder wird unter Umständen erschwert. Nutzen Sie deshalb die Gelegenheit, diesen Themen mit größtmöglicher Offenheit in folgender Weise zu begegnen:

1. Projektarbeiten nutzen

Anlehnend an Margit Franz¹ betrifft dies einerseits die ganz grundsätzliche und »selbstverständliche« Aufnahme dieser Themen in den elementarpädagogischen Alltag. Besonders im Rahmen einer Projektarbeit bietet sich die Möglichkeit, Kinder »auf Abschiede, Verluste und die Erfahrung des Todes«² vorzubereiten. Aber auch für Sie bietet sich damit die Gelegenheit, das Thema *Trauerbegleitung* innerhalb des gesamten Teams zu durchdenken, um somit eine »Vertrautheit« mit dem Thema zu erreichen.

2. Entwicklung einer pädagogischen Haltung

Ein Team, das eine mögliche *Trauerbegleitung* bereits in einer Projektarbeit durchdacht hat, wird in der Lage sein, »eine eigene, pädagogische Haltung«³ zu entwickeln und diese in einer »akuten Situation« auch auszuführen.

» Seien Sie sich darüber bewusst, dass niemand solche Aufgaben übernehmen muss.«

Diskutieren und organisieren Sie einen freien Austausch innerhalb Ihres Teams über die Frage, wer eine engere Kontaktperson für ein trauerndes Kind sein könnte und vor allem sein möchte, wenn sich eine solche Situation ergeben sollte.

In der Regel erfahren Sie bereits hier, welche Aufgaben sich wer zutraut und welche nicht. Seien Sie sich darüber bewusst, dass niemand solche Aufgaben übernehmen muss.

Möglicherweise kann es für Sie und Ihr Team in der ersten Zeit einer eingetretenen Verlusterfahrung eines Kindes hilfreich sein, eine professionelle Begleitung (Fach-Beratung) mit einzubeziehen. In jedem Fall sollte das gesamte Fachpersonal über den Verlust, den das Kind erlebt hat, und seine diesbezüglichen »neuen Familienumstände« informiert sein.

» *Man sollte dem anderen die Wahrheit wie einen Mantel hinhalten, damit er hineinschlüpfen kann und sie ihm nicht wie einen nassen Lappen um die Ohren schlagen.*« (Max Frisch)

Bei der Begleitung eines trauernden Kindes sollten Sie eigene Unsicherheiten auf Fragen ruhig zugeben. Verschweigen Sie deshalb nicht, dass Sie möglicherweise keine Antwort auf die Frage haben »Wo ist meine Mama jetzt?«. Seien Sie ehrlich, indem Sie die Endgültigkeit eines menschlichen Lebens betonen und bspw. äußern: »Deine Oma kommt nicht mehr zurück«. Grundsätzlich sollte gelten, dass Kinder ein Recht darauf haben, altersgerecht zu erfahren, was passiert ist und was zukünftig sein wird.

Wenn ein Kind Ihnen die Frage stellt, »Wie ist das im Himmel?« kann das einerseits ein Hinweis darauf sein, dass es sich mit dem *Tod* emotional auseinandersetzt. Die Frage kann andererseits das Bedürfnis des Kindes ausdrücken, sich mit der/dem Verstorbenen innerlich verbunden zu fühlen und sich tröstend vorzustellen, dass diese Person nun irgendwo anders ist.

Versuchen Sie durch Rückfragen herauszufinden, wie sich das Kind ausmalt, »wie es im Himmel ist« und lassen sie dem Kind diese Bilder. Deuten Sie solche Fragen keineswegs als seltsame Träumereien; sie sind vielmehr der Ausdruck einer Beschäftigung mit dem *Tod*, die – im Sinne von Max Frisch – genutzt

werden sollte, um Kinder einfühlsam und mit einer klaren Sprache an das heranzuführen, was geschehen und damit verbunden ist.

Wie trauern Kinder?

»Kinder trauern anders« – Diese Aussage wird in der Trauerbegleitung oft verwendet. Aufgrund mehrjähriger Erfahrungen möchten wir diese Aussage jedoch so nicht gänzlich übernehmen. Denn es zeigen sich durchaus Gemeinsamkeiten mit der Erwachsenentrauer wie etwa Schlafstörungen, somatische Beschwerden, Ängstlichkeit, die im Rahmen der Begleitung des Kindes zu berücksichtigen sind.

Einige Besonderheiten werden Sie aber dennoch gerade bei Kita-Kindern entdecken können, zumal sich die kindliche Trauer anders ausdrückt. So machen wir häufig die Beobachtung, dass Kinder den Tod einer nahestehenden Person als ein »Wechselbad der Gefühle« erleben. Gertrud Ennulat formuliert diesbezüglich: »Kinder [stolpern] in Pfützen der Trauer hinein und springen wieder weiter. Längere Trauerzustände wären eine zu große Bedrohung [...]«⁴

Somit sollten Sie auf Situationen vorbereitet sein, in denen die Betrübtheit eines trauernden Kindes abrupt in einen Zustand der Fröhlichkeit umschlägt. Im umgekehrten Fall erleben wir, dass Kinder, die sich in geselliger Gruppenarbeit mit anderen Kindern befinden, ganz plötzlich aufstehen, sich nachdenklich und traurig zurückziehen und zu weinen beginnen.

» *Wo ist meine Mama jetzt?*«

Die Phase des »magischen Denkens«, wie Sie Ihnen aus der Entwicklungspsychologie bekannt ist, trägt zusätzlich dazu bei, dass sich Kinder in ihrer »Fantasiewelt« ausmalen, was die verstorbene Person gerade tut. Wenn nach einem Gewitter bspw. ein helles Wolkenfenster entsteht, so kann es vorkommen, dass Kinder fragen: »Mama, guckt da jetzt die Oma durchs Fenster?«⁵

In derartigen »magischen Vorstellungen« finden sich auch beängstigende Fantasien, die nicht selten durch »unklare« Äußerungen von Erwachsenen hervorgerufen werden.

Wenn Eltern den Tod der Großmutter mit einem »Sie ist eingeschlafen« erklären, kann es durchaus sein, dass Kinder den Gedanken äußern: »Bin ich tot, wenn ich einschlafe?« Jüngere Kinder sind mit diesen »magischen Vorstellungen« noch nicht in der Lage, den Umfang und die »Realität« des Todes zu verstehen; somit können Sie durchaus mit der Frage rechnen wie beispielsweise: »Was isst Papa denn jetzt im Grab?«

» *Scheuen Sie sich nicht, einen Kontakt zu den weiteren Familienangehörigen des Kindes aufzunehmen.*«

Für Kinder ist der *Tod* schließlich noch ein umkehrbares Ereignis, das rückgängig gemacht werden kann. Mit dieser Vorstellung des »Rückgängigmachens« gehen nicht selten Schuldgefühle einher, die sich in Äußerungen zeigen wie: »Ich hätte mir nur fest wünschen müssen, dass Oma nicht stirbt.«

Grundsätzlich sollten Sie berücksichtigen, dass sachlich richtige und kindgerechte Erklärungen wichtig sind, um Tod und Trauer einordnen und verstehen zu können.

Je mehr sachliche Informationen Sie Kindern geben, desto eher können sie begreifen und annehmen, warum »Oma nicht mehr zurückkommt.«

Familiäre Situation und Konstellation

Neben diesen entwicklungspsychologischen Aspekten sollte auch die familiäre Situation und Konstellation des trauernden Kindes beachtet werden. Denn es ist davon auszugehen, dass sich mit dem Tod einer vertrauten Person für den Alltag des Kindes etwas verändert. Verantwortlich dafür sind nicht selten Umzüge, neue Partnerschaften eines Elternteils, plötzliche finanzielle Einschränkungen aber einfach auch die neue Organisation des Alltags. Scheuen Sie sich deshalb nicht, einen Kontakt zu den weiteren Familienangehörigen des Kindes aufzunehmen, um besser einsehen zu können, wie die Familie insgesamt mit dem Tod der/s Angehörigen umgeht.

In unserer Arbeit erfahren wir häufig, dass der Tod innerhalb der Familie des Kindes nicht ehrlich an- und ausgesprochen wird. So kommt es vor, dass einem

→ PRAXIS-TIPP

Bitte beachten Sie auch hier: Es gibt nicht nur den *einen* Trauerweg; und schon gar nicht sollte es einen geben, den Erwachsene sich aus ihrer Perspektive vorstellen.

→ MÖGLICHE TRAUERREAKTIONEN BEI KINDERN ZWISCHEN 3 BIS 6 JAHREN:

- Schlafstörungen
- Wiederkehrende belastende Träume
- Verlustängste (Angst vor dem Tod von weiteren Angehörigen, Angst vor Abschieden)
- Rückzug (alleine sein wollen)
- Aggressives Verhalten und körperliche Unruhe
- Konzentrationsschwäche
- Regressives Verhalten (Babysprache, Verlust begonnener Selbstständigkeit, Einnässen)
- »Unbefangenes« Sprechen über die/den Verstorbene/n mit fremden Personen
- Schreckhaftigkeit, Empfindlichkeit gegenüber Geräuschen
- Infektanfälligkeit, Bauchschmerzen
- Veränderung des Essverhaltens

Kind erzählt wird, dass sein Papa für längere Zeit im Urlaub ist oder, dass die Mama nun für immer auf einer Wolke sitzt. »Verlusterfahrungen und Trennung von Kindern fernzuhalten«⁶, ist jedoch ein Thema, das angesichts der bereits umschriebenen »magischen Vorstellungskraft« von Kindern mit den Eltern abgesprochen werden sollte.

» Sprechen Sie das Kind an und fragen Sie nach seinem Befinden, seinen Wünschen und möglichen Ängsten.«

Im Weiteren ist wichtig zu berücksichtigen, dass es familiäre Konstellationen gibt, in der die gesamte Familie vom Tod der/s Angehörigen betroffen bzw. überfordert ist. Das Kind erfährt möglicherweise wenig bis gar keine Unterstützung in seinem Trauerempfinden. Bieten Sie deshalb auch der Familie ein klärendes Gespräch an, um zu erfahren, wie Sie Mutter oder Vater im »neuen Alltag« (möglicherweise auch durch den Einbezug anderer Vertrauenspersonen des Kindes im Kita-Alltag wie bspw. Geschwister) unterstützen können.

Zu bedenken ist auch die Möglichkeit, dass von der Familie aufgrund religiöser/weltanschaulicher Orientierungen gewollt wird, dass mit dem Kind *nicht* über das Thema Tod gesprochen wird. Ebenso machen wir die Erfahrung, dass sich ein »Trauerverhalten« des Kindes vonseiten der Eltern (oder eines Elternteils) *gewünscht* wird. Eltern bekunden uns gelegentlich, dass ihr Kind angeblich *keine Anzeichen* von Trauer zeigen würde, weil es weder weint noch traurig ist.

Was brauchen trauernde Kinder

Wenn ein Kind nach einem Todesfall wieder in Ihre Einrichtung kommt, herrscht oft eine Unsicherheit auf beiden Seiten. Sprechen Sie das Kind an und fragen Sie nach seinem Befinden, seinen Wünschen und möglichen Ängsten. Informieren Sie sich, inwiefern das Kind möchte, dass die anderen Kinder erfahren, dass jemand aus seinem nahen Umfeld gestorben ist. Versuchen Sie herauszufinden, ob das Kind möchte, dass über das Ereignis im Kita-Alltag gesprochen werden darf. Denn sicherlich gibt es Kinder, die ihre Zeit in der Kita als »trauerfreie Zone« nutzen möchten, zumal sich im kindlichen Alltag Einiges verändert haben könnte; somit sollte »wenigstens« in den Kita-Räumen eine vertraute Atmosphäre herrschen, die ihnen Kraft für den Trauerprozess gibt.

» In Ihrer Kita haben Sie die Gelegenheit, sich kreativ mit den Themen Abschied, Veränderung, Gefühle etc. zu beschäftigen.«

Ein trauerndes Kind benötigt Zuwendung, Geborgenheit und Verlässlichkeit. Seien Sie deshalb da zum Zuhören, Reden, Trösten und in den Arm nehmen. Geben Sie dem Kind die Form von Sicherheit, damit es in seine veränderte Welt wieder zurückfinden kann. Unterstützen können Sie diesen Prozess insbesondere kreativ, z.B. durch Erinnerungsarbeit oder durch die mögliche Verarbeitung von Gefühlen, Gedanken etc. in Form des malerischen Ausdrucks. Dies kann individuell oder auch im Rah-

men einer Gruppenarbeit geschehen. Besonders die Gruppenarbeit ermöglicht es, mit dem trauernden Kind über das Gemalte *gemeinsam* zu sprechen. (Andere) Kinder reagieren unserer Erfahrung nach in solchen Gruppenarbeiten sofort mit eigenen Erlebnissen wie etwa: »Ich war auch ganz traurig, als mein Hamster gestorben ist.« In allen Gruppen bzw. in allen Altersklassen erleben wir, wie wertschätzend (andere) Kinder auf die Erzählungen und Berichte der anderen trauernden Kinder reagieren und eingehen.

Deshalb möchten wir Ihnen auch abschließend nochmals empfehlen: Nutzen Sie die Möglichkeit einer Projektarbeit besonders zu Zeiten, in denen keine akute Trauerbegleitung ansteht. In Ihrer Kita haben Sie die Gelegenheit, sich kreativ mit den Themen Abschied, Veränderung, Gefühle etc. zu beschäftigen. Gerade der Naturkreislauf hinsichtlich seines Wachsens und Vergehens kann eine gute Grundlage sein.

Fazit

Tod und Trauer gehören zum menschlichen Leben. Eine Projektarbeit kann schließlich Kindern aber auch Ihnen die Möglichkeit eröffnen, sich frühzeitig und »unbelastet(er)« mit einer Tatsache sowie Herausforderung auseinanderzusetzen, die alle einmal – mehr oder weniger erwartet – betreffen kann. ■

→ WEITERE INFORMATIONEN

»LÖWENZAHN« – Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche e.V.,
Podbielskistr. 311, 30659 Hannover.
www.loewenzahn-zentrum.de

Literatur-Empfehlung:

Petra Hinderer/Martina Kroth (2005): *Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause.* Münster: Ökotopia Verlag.

Fußnoten

1. Margit Franz (2004): *Tabuthema Trauerarbeit. Erzieherinnen begleiten Kinder bei Abschied, Verlust und Tod.* München: DON BOSCO Verlag.
2. *Ebd.*, S. 168.
3. *Ebd.*, S. 22.
4. Gertrud Ennulat (2013): *Kinder trauern anders. Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten.* Herder Spektrum Verlag, S. 59.
5. *Ebd.*, S. 51.
6. Monika Specht-Tomann/Doris Troppe (2004): *Wir nehmen jetzt Abschied. Kinder und Jugendliche begegnen Sterben und Tod.* Düsseldorf: Patmos Verlag, S. 54 – 55.