

Wenn Kinder trauern

Sybille Schwehn



Kinder, die den Tod eines geliebten Menschen verkraften müssen, sind extrem belastet. Trauende Erwachsene können oftmals Kinder aufgrund ihres eigenen Schmerzes nicht auffangen, so dass dringend Hilfe und Unterstützung von professionellen Begleitern notwendig wird. Auch kann es den Kindern schwer fallen, ihre Gefühle zu zeigen, da sie ihre Familienmitglieder nicht zusätzlich belasten wollen.

Die Erfahrungen in trauernden Familien sind vielfältig. So berichtet eine Mutter mir, dass all ihre Liebe und Energie zu ihrer verstorbenen 3-jährigen Tochter geht. Dieses Kind steht ihr in dieser schweren Lebensphase näher als ihre anstrengende, aggressive pubertierende 12-jährige Tochter. Das Ausmaß einer solchen Erfahrung ist für nicht Betroffene sehr schwer nachvollziehbar und wenn ein Kind in dieser Situation keine Hilfe erfährt, kann es in seiner gesunden Entwicklung massiv beeinträchtigt sein.

Die Begegnungen in einer Kindertrauergruppe können sehr hilfreich sein, denn hier erfahren die Kinder, dass es auch andere gibt, die Ähnliches erlebt haben. Ein 10-jähriges Mädchen berichtete mir von ihren Freundinnen zu Hause, mit denen sie über den Tod ihres Bruders reden kann, sich aber trotzdem nicht verstanden fühlt. Genau dieses Verständnis findet sie in der Gruppe mit betroffenen Kindern.

Der Ablauf eines Trauertages kann von verschiedenen Ritualen begleitet werden. Dazu gehört das Zusammenkommen im Kreis. Für die Kinder nutze ich gerne einen kleinen Holzvogel mit beweglichen Kopf und Schwanz. Dieser kann sowohl fröhlich seinen Kopf und Schwanz in die Luft strecken, aber auch traurig den Kopf und Schwanz hängen lassen. Die Kinder zeigen anhand des Holzvogels ihre Stimmung. Für jedes anwesende Kind wird eine Kerze angezündet. Die trauernden Kinder stehen somit im Mittelpunkt! Ein weiteres Ritual ist das Anzünden einer Kerze für den Verstorbenen. Wenn das Kind möchte darf es erzählen und den anderen Kindern ein Erinnerungsstück (z.B. ein Foto) zeigen.

Aktionsspiele in der Natur oder sinnliche Kör-

pererfahrungen mit naturpädagogischen Elementen sind auch in der Trauerbegleitung sehr hilfreich. Kinder lieben es, etwas selbst zu gestalten. Hierbei können sie ihre Gefühle und ihren Schmerz besonders gut ausdrücken. Bei unseren Treffen bietet eine Hütte am Waldrand die Möglichkeit mit Naturmaterialien zu arbeiten, die sie zum Thema Traurigkeit und Freude gestalten. Der Vorschlag ein Erinnerungsschatzkästchen zu gestalten, kommt meistens gut an, denn die Erinnerung an den Verstorbenen ist ein ganz besonderer Schatz, der sie ihr ganzes Leben begleiten kann.



Sybille Schwehn

Kinderkrankenschwester, Naturpädagogin und Trauerbegleiterin. 2-jährige Ausbildung zur Trauerbegleitung beim Institut für Trauerarbeit in Hamburg. Seit 2004 Seminartätigkeit für trauernde Kindern in Verbindung mit Naturpädagogik.

0761/580837 www.Kindertrauer-freiburg.de