

Leidfaden

FACHMAGAZIN FÜR KRISEN, LEID, TRAUER

Kinder und Jugendliche – ein Trauerspiel



Sabina und Rebecca Stry Trauerseiten im Internet – Möglichkeiten und Gefahren **Lana Reb** Trauerbegleitung im Netz **Fritz Roth** Wenn Kinder trauern (dürfen) **Elke Mainz** »Meine Oma kocht jetzt im Himmel für die Engel Semmelknödel«

»Kinder und Jugendliche – ein Trauerspiel«

Dieser Hefttitel hat im Redaktionsteam einige Diskussionen ausgelöst. Kinder sind doch kein Trauerspiel! – sollte es nicht besser »Trauer-Spiel« heißen? In Anführungszeichen oder ohne? Die Sorge wegen Missverständnissen war groß. Dabei gingen uns bei diesem Titel durchaus unterschiedliche Gedanken durch den Kopf. Zum einen beobachten wir immer wieder die spielerische und teilweise leichte Art, mit der insbesondere Kinder ihren Umgang mit dem Thema Tod und Trauer gestalten. Zum anderen ist es an einigen Stellen nach wie vor ein Trauerspiel, welche Unsicherheiten bei Erwachsenen zu beobachten sind, wenn es darum geht, Kindern und Jugendlichen in diesem Kontext zu begegnen. Immer wieder wird aus gutgemeinten Gründen (Kinder zu behüten und zu schützen) versucht, sie »außen vor« zu halten, was faktisch oft zu einer Ausgrenzung führt, die nicht selten Schuldgefühle bei Kindern befördert. Nach wie vor sind unvoreilhaft Beschönigungen zu beobachten, wie z. B. »Oma ist eingeschlafen«; und man fragt sich, wie diese Kinder eigentlich selbst beruhigt einschlafen können, nachdem sie erfahren haben, dass Oma nach dem Ein- oder Entschlafen eingegraben oder verbrannt wurde. Der kindlichen Frage danach, wohin wir einmal gehen, wird nicht selten mit der gleichen Unsicherheit und Ängstlichkeit begegnet, wie die Frage danach, woher wir kommen. Zum Thema »Wie kommen wir auf die Welt?« ist es für Kinder allerdings durch Schule und Medien deutlich einfacher geworden, verlässliche Antworten zu bekommen, als zum Thema »Wie kommen wir von dieser Welt?«.

Es ist aber auch das Entstehen vielfältiger Angebote zu beobachten, die sich dem Thema trauernde Kinder und Jugendliche widmen. Trauergruppen, Trauerreisen, Trauer camps, Trauerforen, Trauerseminare, Trauerliteratur usw. – viele solcher und weitere Angebote präsentieren sich

als speziell auf Kinder und Jugendliche zugeschnitten. Nach unserer eingangs beschriebenen Beobachtung sind allerdings die Erwachsenen eher diejenigen, die Hilfe benötigen. Deshalb richtet sich dieses Heft auch nicht vornehmlich an Kinder und Jugendliche, sondern an diejenigen, die sich mit kindlicher und eigener Trauer auseinandersetzen möchten. Ziel sollte es sein, Erwachsenen Mut zu machen, Kindern und Jugendlichen in Krisenzeiten offen und gegebenenfalls auch rat- und ahnungslos zu begegnen und diese bei ihren Themen eher als Lehrmeister denn als Lehrling zu begreifen. Deshalb sind wir sehr glücklich darüber, dass es uns gelungen ist, für dieses Heft, neben namhaften Autoren aus der Welt der Erwachsenen, auch Jugendliche zu gewinnen, die von ihren Erfahrungen berichten, sowie Erwachsene, die ihre eigenen Erfahrungen aus der Kindheit zu diesem Thema reflektiert haben. Gerade die Berichte der Jugendlichen können natürlich als Anregung auch für andere Kinder und Jugendliche hilfreich sein.

Wie hoffen mit der Auswahl an Texten Anstöße zu geben, Neugier zu wecken und evtl. mehr spannende Fragen als langweilige Antworten liefern zu können. Daneben möchten wir ein bisschen Übersicht anbieten und etwas zum Nachschlagen, zu Angeboten von Online-Plattformen, Angebote für Pädagogen oder eine Übersicht zu Projekten an und mit Schulen.

Viel Freude beim Lesen wünschen Ihnen
Lukas Radbruch und Heiner Melching



Lukas Radbruch



Heiner Melching



4

Heiner Melching

Kinder und Hunde gehen immer



10

Stephanie Witt-Loers

Schulprojekte zum Umgang
mit Sterben, Tod und Trauer

Inhalt

1

»Kinder und Jugendliche – ein Trauerspiel«

18

Rebecca Stry

Young Carers – Kinder und Jugendliche, die ein schwer
erkranktes Familienmitglied pflegen

23

Erfahrungsbericht von Felix und Charlotte

28

Romina Mangler

Meine Schulzeit »danach«

34

Sabina und Rebecca Stry

Trauerseiten im Internet – Möglichkeiten und Gefahren

38

Philipp Stenger

Online-Hilfe in der Not

40

Lana Reb

Trauerbegleitung im Netz

44

Ulrike Bilger und Leonie Kлом

Alles ist anders

46

Annette Dobroschke-Bornemann

Kindertrauer online

58

Wolfgang Holzschuh

Geschwister – zwischen Liebe und Konkurrenz



51 Daniela Schartmann-Unrath
Anleitung zum Umgang mit Tod und Trauer
bei Kindern und Jugendlichen für Pädagogen

56 Andrea Dechamps
Kinder im St. Christopher's Hospice in London

72 Peter Holz
Dafür bist du noch zu klein

76 Fritz Roth
Wenn Kinder trauern (dürfen)

82 Elke Mainz
»Meine Oma kocht jetzt im Himmel
für die Engel Semmelknödel!«

87 Heiner Melching / Bodo Wartke
Von Tränen – gerührt und nicht geschüttelt

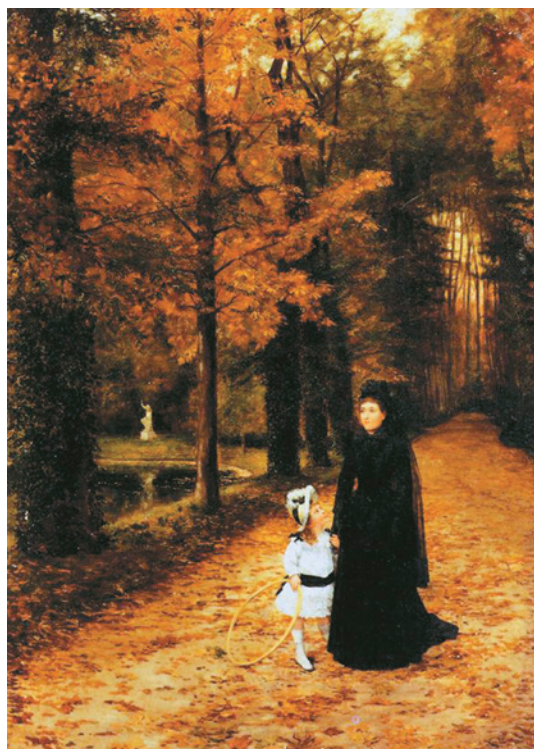
96 Lukas Radbruch
Kinderbuchempfehlungen

98 Peter Holz
Praxistipp für die Arbeit mit Trauergruppen

100 Impressum



63 Beate Alefeld-Gerges
Zwischen Sandsack und Kummerbergen



68 Till Quadflieg
Wäre ich doch lieb gewesen

79 Nora Pfahl
Ein Dialog, der ohne Worte auskommt



Insbesondere die Äußerungen trauernder Jugendlicher deuten stark darauf hin, dass ihnen sehr daran gelegen ist, Vertrauen, Zutrauen und Wertschätzung zu erfahren.

Kinder und Hunde gehen immer

Kritische Gedanken zum großen Angebot für trauernde Kinder und Jugendliche

Heiner Melching

So lautet ein Spruch, der in Fundraising-Kreisen recht geläufig ist. Vielleicht gilt dies ja auch für den Bereich der Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen. Zumindest ein Blick über die Schulter unseres »Big Brothers«, alias Google, legt diesen Verdacht nahe. Gibt man dort als Suchbegriff »Kinder und Trauer« ein, so erhält man ca. 18,8 Millionen Einträge, beim Suchbegriff »Erwachsene und Trauer« sind es hingegen nur noch ca. 4,4 Millionen – immerhin noch knapp vor dem Ergebnis von »Hunde und Trauer«, welches mit 3,5 Millionen Einträgen knapp dahinter rangiert.

Es liegt sicherlich in der Natur des Menschen begründet, dass uns das Leid von Kindern stärker berührt als das von Erwachsenen. Hier werden rudimentäre Instinkte des Behütens und Beschützens in uns geweckt, und es bietet sich obendrein die Möglichkeit, durch vermeintlich helfende Interventionen die eigene Bedeutung aufzuwerten, was gewiss nichts Verwerfliches und ebenso menschlich ist. Gleichwohl verbirgt sich an dieser Stelle aber auch die Gefahr, Abhängigkeiten und ungewollte Hierarchien zu etablieren bzw. die scheinbar »Kleinen« noch kleiner aussehen zu lassen und die »Großen« noch größer. Es stellt sich also die Frage nach dem wirklichen Unterstützungsbedarf trauernder Kinder und Jugendlicher sowie danach, an welcher Stelle auch Zurückhaltung geboten sein kann.

Vor dem Hintergrund, dass es in Bezug auf Trauer vornehmlich darum gehen sollte, mehr zu »normalisieren« und weniger zu »pathologisieren«, könnte sich also auch die Frage des

Interventionsverzichts stellen. Denn die Art und Weise, in der Kindern und Jugendlichen nahezu manisch und mit besonderer Betonung die Binsenweisheit vorgetragen wird, dass Trauer doch etwas ganz Normales sei, muss diese eigentlich genau daran zweifeln lassen. Erleben sie doch in anderen »normalen« Lebenssituationen nichts Vergleichbares. Bei der ersten großen Liebe etwa wird Jugendlichen durchaus zugetraut, dieses Mysterium eigenständig und ohne professionelle Hilfsangebote zu ergründen.

Insbesondere die Äußerungen trauernder Jugendlicher deuten stark darauf hin, dass ihnen sehr daran gelegen ist, Vertrauen, Zutrauen und Wertschätzung zu erfahren. Generell ist es aber so, dass es als deutlich wertschätzender empfunden wird, um Hilfe gebeten zu werden, als Hilfe angeboten zu bekommen. Das eine macht eben tendenziell eher »größer« und das andere eher »kleiner«. Hier liegt auch ein großer Vorteil in Selbsthilfegruppen und Foren, bei denen Trauernde auch Ratgeber und Helfer für andere sind. Es besteht also die Möglichkeit, dass der Motor, der zu dem inzwischen großen Angebot für trauernde Kinder und Jugendliche geführt hat, nicht in der Nachfrage, sondern im Angebot zu suchen ist. Dieser Mechanismus wäre auch nichts Ungewöhnliches in einer von Angeboten dominierten Welt, die stets darum bemüht ist, neue Nachfragen zu schaffen, die uns suggerieren sollen, dass wir schon ewig auf dieses oder jenes Produkt gewartet hätten.

Die Frage nach dem »wirklichen Unterstützungsbedarf« trauernder Kinder und Jugendli-

cher kann also nicht anhand des Angebotes eruiert werden. Bleibt, neben verschiedenen noch nicht ausgeschöpften wissenschaftlichen Methoden, die Möglichkeit, die Betroffenen selbst zu befragen bzw. zu Wort kommen zu lassen. Im Rahmen eines Trauerseminars für trauernde Eltern und Geschwister haben Kinder und Jugendliche (verschiedener Gruppen im Alter von 10 bis 18 Jahren) z. B. folgende Wünsche an ihre Eltern formuliert:

- »Dass ich wie eine größerer, älterer Mensch behandelt werde.«
- »Dass ich auf jede Frage eine gute Antwort bekomme.«
- »Dass man sich für mich Zeit nimmt, wenn es nötig ist – und mich in Ruhe lässt, wenn dieser (Ruhe-)Zeitpunkt kommt.«
- »Zeit nehmen – in Ruhe lassen – VERTRAUEN.«
- »Keine Vorwürfe wegen zu wenig Beschäftigung mit Trauer.«
- »Unsere Eltern sollen wieder fröhlicher werden.«
- »Keinen Elefanten aus einer Mücke machen.«
- »Mich ernst nehmen und versuchen, sich in mich hineinzuversetzen.«

In einer anderen Gruppe, die ich gemeinsam mit einer Tanzpädagogin geleitet habe, wurden die Wünsche der Jugendlichen am Ende des Seminars den Eltern in Form einer Tanzchoreografie dargeboten. Und auch hier ging es um die Sehnsucht nach Vertrauen, Nähe und Distanz.

Der Tenor entsprach in beiden Fällen demjenigen, den ich auch in vielen Gruppen trauernder Geschwister erlebt habe: der Wunsch danach, ernst genommen zu werden, Ver- und Zutrauen zu erfahren sowie eine große Sorge um die Familie. Einen ähnlichen Eindruck erhält man beim Lesen des Buches »Und wenn ich falle?« von Marie-Therese Schins, in dem trauernde Jugendliche ihre eigenen Erfahrungen niedergeschrieben haben.

Zu bedenken bleibt natürlich, dass all diese vorliegenden Äußerungen einer bestimmten Klientel entspringen, nämlich von Kindern und Jugendlichen, die bestehende Angebote für Trauernde aufgesucht haben. Wobei nach meiner Erfahrung nicht selten ein beträchtlicher, zumeist subtiler Druck seitens des Umfeldes die Kinder und Jugendlichen in diese Gruppen oder Seminare hat gehen lassen.

Die Frage nach dem Bedarf bleibt dabei unscharf und es ist sicherlich nicht möglich, den quantitativen Bedarf zu ermitteln, da vermutlich sehr viele auf eine Frage im Sinne von: »Würdest du dir im Trauerfall auch professionelle Hilfsangebote wünschen?« mit ja antworten würden. Hingegen lassen sich durchaus begründete Vermutungen darüber anstellen, welche qualitativen Anforderungen an solche Angebote gestellt werden sollten und ob die vorliegenden Konzepte in der Mehrzahl den inhaltlichen Bedürfnissen trauernder Kinder und Jugendlicher entsprechen.

Auf die Frage danach, was in der Trauer am meisten geholfen hat, habe ich von Kindern und Jugendlichen mehrheitlich die Aussage erhalten: Familie und Freunde. Professionelle Angebote kamen in der Regel erst später, gelegentlich noch hinter dem Hund. Hieraus ergibt sich natürlich noch keine Kritik an den Angeboten, die ja unterstützend und nicht ersetzend wirken sollen, aber es zeigt die Bedeutung des sozialen Umfeldes und es stellt sich die Frage nach der Zielgruppe von Angeboten für trauernde Kinder und Jugendliche.

Bei der Begleitung trauernder Geschwister ließ sich für mich sehr präzise beobachten, dass diese in erheblichem Maß davon profitierten, wenn sie feststellen konnten, dass sich ihre Eltern zunehmend stabilisierten und wieder an Verlässlichkeit zurückgewonnen haben. Somit liegt es nahe, dass Geschwistern, die in der Literatur nach wie vor häufig als »doppelte Verlierer« bezeichnet werden, weil sie neben einem Geschwister auch noch (zumindest zeitweise)

ihre Eltern (als verlässliche Bezugspersonen) verloren haben, die größte Hilfe dadurch erwiesen werden kann, dass man versucht, deren Eltern (bzw. Bezugspersonen) zu unterstützen und zu stabilisieren. Ganz abgesehen davon, dass Kinder und Jugendliche sich äußerst ungern als »Verlierer« oder als »Schattenkinder« bezeichnen lassen, könnte man sie also durch qualifizierte Unterstützung der Eltern zumindest zu »halben Gewinnern« werden lassen.

Unter diesen Gesichtspunkten erscheinen mir vor allem solche Angebote, die das familiäre System außer Acht lassen, als zweifelhaft. Der Nutzen von Angeboten, bei denen trauernde Kinder und Jugendliche gegebenenfalls 14-tägig für zwei Stunden auf hohem Niveau »bespielt« werden, das soziale Netz aber außen vor bleibt, wird nach meiner Einschätzung gemeinhin deutlich überschätzt. Hingegen erscheint es mir wichtig, auf zwei Tücken hinzuweisen, die auch die besten Angebote in sich bergen. Zum einen besteht die Gefahr, dass bei Eltern die Hoffnung gestärkt wird, Teile der ungeliebten Auseinandersetzung mit ihren Kindern (zum Thema Tod und Trauer) an »Profis« delegieren zu können und sie sich dadurch selbst von einer wesentlichen Verantwortung befreit fühlen. Zum anderen ist es, unter der Prämisse, dass Trauer auch für Kinder eine normale Reaktion auf einen Verlust darstellt, eine große Herausforderung, solche Angebote einem Kind oder Jugendlichen in offener Weise anzubieten, ohne dabei den Eindruck zu erwecken, es liege ein »unnatürliches« Problem vor, welches einen externen Interventionsbedarf erfordere.

In der Praxis sieht es häufig so aus, dass Kindern mit einer zielgerichteten Intention ein bestehendes Angebot »schmackhaft« gemacht wird; insbesondere durch Äußerungen wie: »Da gibt es einen Verein (oder ein Zentrum), in dem viele andere Kinder sind, denen etwas Ähnliches passiert ist wie dir – und da sind Erwachsene, die sich damit auskennen und dir bestimmt helfen können.« Die Botschaft, die beim Kind da-



Bildnachweis: Fotex

Auf die Frage danach, was in der Trauer am meisten geholfen hat, habe ich von Kindern und Jugendlichen mehrheitlich die Aussage erhalten: Familie und Freunde.



Bildnachweis: Pablo Picasso, Boy with a pipe/Bridgeman Art Library

Bei rational kaum fassbaren Themen, z. B. beim Thema Tod, spielen Wahrnehmungsfähigkeiten und Fantasie eine entscheidende Rolle. Hier sind Kinder den Erwachsenen in aller Regel weit voraus.

bei ankommt, sieht nicht selten folgendermaßen aus: »Diejenigen, die immer für mich die verlässlichen Ansprechpartner waren (Eltern), sind es bei diesem Thema offensichtlich nicht mehr – und darüber hinaus scheint bei mir etwas nicht mehr ›normal‹ und behandlungsbedürftig zu sein.«

Ähnliche kindliche, auf sich selbstbezogene Interpretationsweisen sind bekannt von Familien, die Erziehungsberatungsstellen aufgesucht haben. Auch hier haben Kinder in der Mehrzahl die Ursache für das Aufsuchen der Beratungsstellen in eigenen Defiziten gesehen und weniger in der Überforderung ihrer Eltern.

Somit ist neben der Qualität von Angeboten auch die Art und Weise ihrer Vermittlung von entscheidender Bedeutung. Wenn Letzteres in einer offenen Weise gelingt, bei der Kinder und Jugendliche als Fachleute für ihre Situation anerkannt werden und diesen ein Höchstmaß an Entscheidungsfreiheit in Bezug auf die Inanspruchnahme überlassen wird, ist davon auszugehen, dass von dieser Seite aus auch die Frage nach der Qualität von Angeboten eine entscheidende Antwort erfährt. Allerdings lassen sich auch durch eine hohe Anerkennung und Inanspruchnahme durch Kinder und Jugendliche noch keine verlässlichen Aussagen zur Wirkung in Bezug auf die Beeinflussung von Trauerprozessen solcher Angebote machen.

Unabhängig davon, ob sich eine Intervention entlastend, belastend oder gar nicht auswirkt, werden einige Kinder und Jugendliche spezielle Zentren für Trauernde auch deshalb aufsuchen, weil sich dort durch vorhandene Räumlichkeiten und Equipment völlig andere Möglichkeiten des Spiels und des Austausches bieten als zu Hause – und zwar ganz unabhängig davon, ob hier ein Zusammenhang zur aktuellen Trauersituation besteht.

Egal wie viele und qualifizierte Angebote für trauernde Kinder und Jugendliche sich auf dem Markt befinden, wird dies nicht eine Auseinandersetzung innerhalb von Familie und Gesell-

schaft mit dem Thema Sterben, Tod und Trauer ersetzen. Vielleicht liegt sogar die größte Chance dieser Angebote darin, den Dialog befördern zu können. Hierzu bedarf es einer Haltung, die Kinder und Jugendliche als gleichberechtigte Partner anerkennt und zur Grundlage hat, dass diese nicht weniger über das Thema wissen als Erwachsene. Es gilt, das Wissensgefälle aufzugeben, da die Erwachsenenwelt den Kindern ja nur auf der »Verstandesebene« voraus ist. Bei rational kaum fassbaren Themen, z. B. beim Thema Tod, spielen Wahrnehmungsfähigkeiten und Fantasie eine entscheidende Rolle. Hier sind Kinder den Erwachsenen in aller Regel weit voraus. Es geht also darum, einen Dialog auf Augenhöhe zu führen, bei dem wir Kindern mit einer Art »kindlicher Neugier« und wahrhaftigem Interesse begegnen und sie lieber offen nach ihren Vorstellungen befragen sollten, anstelle sie mit gutgemeinten Ratschlägen und Erklärungsversuchen vorschnell zu überschütten.

Eine offene Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer gehört als Selbstverständlichkeit in die Schulen, Kindergärten, in das Gesundheitswesen, die Kirchen und die Politik, ebenso wie in die Bereiche des gesellschaftlichen Zusammenlebens und der Familie. Und zwar nicht erst, wenn eine akute Krise ansteht. Nur so kann die Normalität von Trauer glaubwürdig vermittelt werden. Ansonsten wird der Interventionsdrang der Erwachsenenwelt eher an das »Pfeifen im Dunkeln« erinnern, welches mehr der Besänftigung eigener Ängste und Hilflosigkeit dient als der Hilfe von Kindern und Jugendlichen. Das visionäre Ziel von Angeboten sollte darin liegen, sich selbst überflüssig zu machen, anstelle an der eigenen Unersetzbarkeit zu arbeiten.



Heiner Melching ist Sozialpädagoge und seit 1995 in verschiedenen Bereichen der Trauer- und Krisenbegleitung tätig. Von 1999 bis 2008 war er Geschäftsführer und Leiter der Beratungsstelle des Vereins *Verwaiste Eltern und Geschwister Bremen e.V.* Seit 2009 ist er Geschäftsführer der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP).
E-Mail: heiner.melching@vr-leidfaden.de

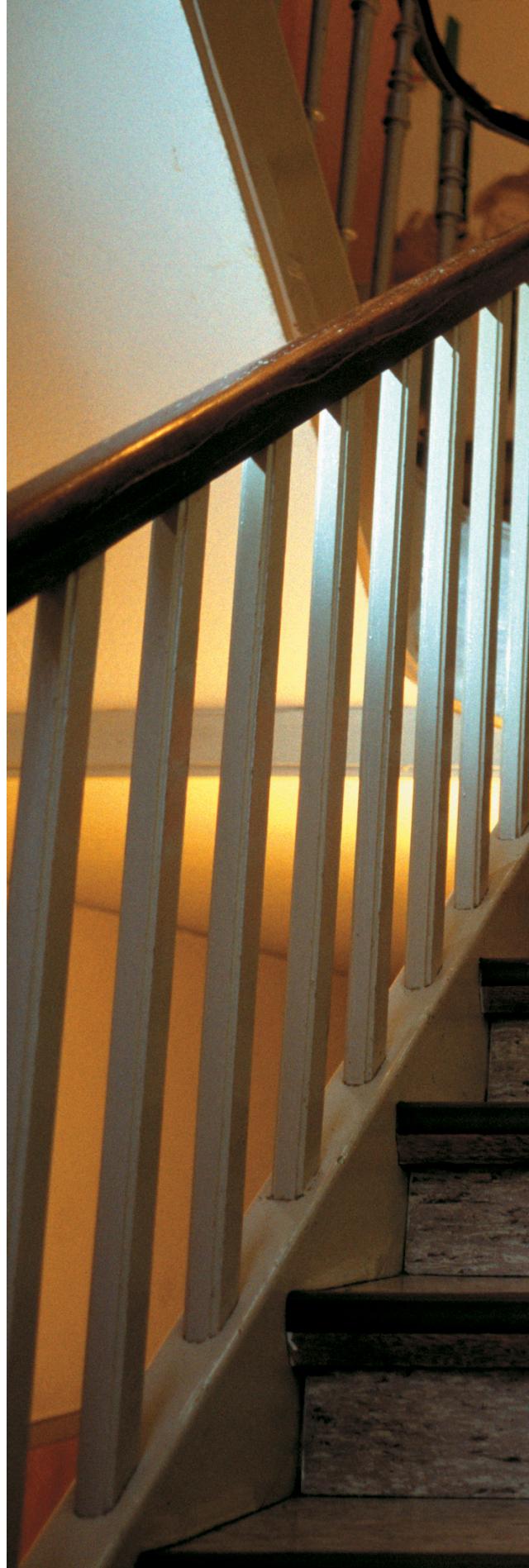
Schulprojekte zum Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Stephanie Witt-Loers

Sterben, Tod und Trauer gehören auch zum Lebensfeld Schule. Unterschiedlichste Verlusterfahrungen der dort lernenden und arbeitenden Menschen fließen mit ihren Belastungen sowie der Notwendigkeit der Anpassung an neue Lebenssituationen in den Lebensbereich Schule ein. Meist ist es der Tod eines Mitschülers, Lehrers oder eines nahen Angehörigen, der einzelne Menschen aus dem Lebensraum Schule oder die gesamte Schulgemeinschaft mit Sterben, Tod und Trauer konfrontiert.

Die Chancen, die sich durch die Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer in der Schule für alle Beteiligten eröffnen, sind vielfältig. So können beispielsweise die Enttabuisierung, frühzeitige Sensibilisierung, Vorbereitung, Informationen, die Stärkung sozialer Verantwortung und Empathie sowie Ressourcenarbeit dazu beitragen, den Bereich Sterben, Tod und Trauer, der zu unser aller Leben gehört, in den prägenden Lebensraum Schule einzubinden und einen Umgang damit erleichtern.

Lange haben die notwendigen schulpädagogischen Auseinandersetzungen mit dem Themenkomplex zu wenig Beachtung gefunden. In den letzten Jahren sind jedoch ein zunehmendes schulisches Interesse an präventiven Projekten zum Thema sowie gleichzeitig der Wunsch nach Begleitung und Beratung in akuten Krisenfällen festzustellen. Besonders aufmerksam wurden Verantwortliche im schulischen Bereich nach den Ereignissen von Winnenden, als auf tragische Weise klar wurde, dass der Tod auch in größerem Ausmaß nicht vor der Schule halt



Wie man trauernden Jugendlichen im Schulalltag begegnen kann



Stephanie Witt-Loers

Trauernde Jugendliche in der Schule

2012. 136 Seiten, kartoniert

€ 14,99 D

ISBN 978-3-525-77008-5

Auch als E-Book-erhältlich:

ISBN 978-3-647-77008-6

Der Themenbereich Sterben, Tod und Trauer findet in der Schule viel zu wenig Beachtung. In der Ausbildung kommt das Thema nicht vor, im Alltag jedoch immer wieder. Tritt der Krisenfall ein, sind Menschen oft überfordert und handlungsunfähig. Damit dies nicht so bleibt, zeigt die Autorin Möglichkeiten auf, wie man sich gegenüber trauernden Jugendlichen in der Schule verhalten kann.

Der Band gibt einen hilfreichen Überblick über die Trauerprozesse und Trauerreaktionen und unterstützt bei der Entwicklung individueller Trauerverarbeitung. Zusätzlich werden mögliche Trauersituationen in der Schule und die entsprechenden Handlungsoptionen für die Praxis aufgezeigt. Auf diese Weise werden Lehrende beim Umgang mit diesem so wichtigen Thema unterstützt.