

Umgang mit trauernden Kindern in Kindertageseinrichtungen

Wie Erzieherinnen und Erzieher mit diesem schwierigen Thema umgehen können ■ In den letzten Jahren ist das Thema Tod und Trauer wieder mehr in die Mitte unserer Gesellschaft gerückt. Durch die modernen Medien sind wir täglich mit so vielen Toten konfrontiert wie keine Generation zuvor. Selbst in Kindertageseinrichtungen ist das Thema Sterben und Tod nicht mehr tabuisiert, auch wenn wir diese Themen normalerweise nicht mit einem Kinderalltag verbinden.



Hanne Shah

Fachberaterin für Psycho-traumatologie, Beratung von trauernden und traumatisierten Familien (national und international); seit 1988 praktische Erfahrung in der Begleitung von Familien, die durch Trauer und Trauma betroffen sind.
E-Mail: Hanne.shah@t-online.de

Und doch erscheint in dieser komplexen Welt der reale Umgang mit Tod und Trauer noch immer vielen schwer. Insbesondere im Umgang mit trauernden Kindern sind viele Erwachsene sprachlos und fühlen sich hilflos und ohnmächtig.

Doch bevor wir darüber sprechen können wie man kleine Kinder in ihrer Trauer am besten begleiten kann, sollte vorab geklärt werden, welche Vorstellungen Kinder vom Tod haben und was Trauer eigentlich bedeutet. Es ist wichtig zu wissen, *wie* und *was* Kinder über den Tod denken. Die Vorstellungen der Kinder vom und über den Tod haben einen direkten Einfluss auf ihre Trauerverarbeitung und ihr Trauerverhalten und somit immer auch auf unsere Trauerbegleitung.

» *Es ist wichtig zu wissen, wie und was Kinder über den Tod denken.*«

Babys und Kleinkinder

In diesem Alter haben Kinder noch keine Vorstellung vom Tod. Tot sein bedeutet so viel wie »weg sein«. Ein sehr kleines Kind nimmt seine Umwelt mit seinem ganzen Körper und mit all seinen Sinnen

wahr. Je kleiner es ist, umso abhängiger ist es von seinen engsten Bezugspersonen. Deshalb spüren sie jede kleine Veränderung innerhalb ihrer Familie. Stirbt in der Familie jemand, verändert sich schlagartig die vertraute Alltagsatmosphäre und das emotionale Klima. Den Tod von Vater oder Mutter erlebt das Kind als existenziell bedrohlich, auch den Tod des Geschwisterkindes, wenn die Eltern so tief trauern, dass es sich zu wenig umsorgt und beachtet fühlt. Kleine Kinder trauern mit dem Körper, oftmals reagieren sie mit Weinen, Unruhe, Schlaflosigkeit oder werden eventuell krank.

Vorschulalter

Vorschulkinder haben noch keine klare Vorstellung von Zeit. Der Tod wird nicht als endgültig gesehen. Tot sein bedeutet »weg sein« oder »kaputt sein«. Deshalb denken Kindergartenkinder, wenn ein Mensch gestorben ist, so kann er auch wieder lebendig werden. Sie sind nicht weiter beunruhigt, dass der kleine Bruder gestorben ist: »*Aber an meinem Geburtstag kommt mein toter Bruder wieder!*« Erst im Laufe der Zeit lernt das Kind, dass der Bruder nie mehr zurückkommt.

Kindergartenkinder denken, man könne auch nur ein *bisschen tot* sein und im Grab weiterleben. Die Art ihrer Fragen gibt uns Aufschluss über ihr Denken und somit auch Verhalten: »*Wie bekommt Opa im Grab sein Essen?*«, »*Aber einem meinem Geburtstag ist Opa doch wieder da?*«

Auch in diesem Alter leiden die Kinder besonders unter der veränderten Familienatmosphäre und der Trauer der Erwachsenen.

Schuldgefühle

Vorschulkinder sind noch stark im magischen Denken verhaftet. In ihrem kindlichen Egozentrismus beziehen sie vieles auf sich und ihr Verhalten. Dadurch entstehen bei Kindern leicht Schuldgefühle: »*Wenn ich nicht mit meinem Bruder gestritten hätte, wäre er jetzt nicht tot.*«. Der Tod des Bruders ist für das Kind unbegreiflich und hinterlässt es in Ohnmacht und Hilflosigkeit. Die Erklärung, dass der Tod mit dem eigenen Verhalten zusammenhängen könnte, ist einerseits belastend, andererseits vermittelt es dem Kind ein Gefühl von Stärke und vermeintlicher Kontrolle. Das Kind fühlt sich zwar schlecht, weil es meint, böse gewesen zu sein, gleichzeitig bekommt es aber ein Gefühl, das Leben unter »Kontrolle zu haben«. Die logische Folge für das Kind wäre dann: »*Wenn ich immer lieb bin und mit niemandem streite, dann passiert auch nichts Schlimmes.*«

» *Kindergartenkinder denken, man könne auch nur ein bisschen tot sein und im Grab weiterleben.*«

Gespräche

Kinder, die mit Tod und Trauer konfrontiert sind, haben viele Fragen. Die Frage nach dem Warum ist auch für Erwachsene quälend und meist nicht zu beantworten. Wir haben keine Antwort darauf, warum ein kleines Kind schwer erkrankt, ein Elternteil bei einem Unfall stirbt oder ein Mensch sich das Leben nimmt. Und manchmal ist es dann einfach wichtig im Gespräch zu bleiben, auch wenn wir keine Antworten haben. Es hilft oft auch schon, nur darüber spre-



Abb. 1: Trauernde Kinder reagieren unterschiedlich auf Tod und Verlust. Wichtig ist jedoch eine sensible Trauer-Begleitung und ein »Raum der Normalität«.

chen zu können und zu sagen: »Ich denke oder ich glaube, aber ich weiß es nicht«. Dann ermutigen wir auch Kinder, ihre Ängste, Vorstellungen und Wünsche zu formulieren und ernst zu nehmen.

Was bedeutet Trauer?

Trauer wird oft mit dem Gefühl von Traurigkeit verwechselt. Alle Kinder sind hin und wieder traurig, manchmal über Kleinigkeiten, manchmal tieftraurig, beispielsweise nach dem Tod des geliebten Haustiers. Dieses Gefühl der Traurigkeit kann unterschiedlich stark sein und unterschiedlich lange anhalten, aber es ist ein Gefühl, welches linear verläuft, irgendwann weniger wird und dann ganz aufhört. Einem Kind sieht man in der Regel an, wenn es traurig ist.

» Trauer verläuft im Gegensatz zur Traurigkeit nicht linear, sondern in Wellenbewegungen oder Zyklen.«

Trauer verläuft im Gegensatz zur Traurigkeit nicht linear, sondern in Wellenbewegungen oder Zyklen. Trauer ist keine Krankheit, sondern eine völlig normale Reaktion auf einen schweren Verlust. Kinder, die einen schweren Verlust erlitten haben, wirken nach außen hin völlig normal. Meist sieht man ihnen die Trauer nicht an. Erlebt nun ein Kind, dass Vater, Mutter, Bruder oder Schwester gestorben sind, so ist das wiederum noch weit mehr als Trauer. Dies ist eine

Zäsur im Leben, die alles für immer und unwiderruflich verändert.

» Eine weitere typische Reaktion auf die übertragene Hilflosigkeit von Trauer kann ein aggressives Verhalten sein.«

Der Tod in der Kernfamilie betrifft das ganze System Familie – alles ist aus dem Gleichgewicht und das Leben wie es vorher war wird es nie mehr geben. Stirbt beispielsweise ein Kind in der Familie, so können die trauernden Eltern den noch lebenden Geschwistern oftmals kaum noch gerecht werden. Kinder erleben ihre Eltern dann als hilflos, weinend oder aber erstarrt in ihrem Schmerz. Gerade kleine Kinder können diese radikale Veränderung der Eltern nicht verstehen, aber sie leiden unter der drückenden Traueratmosphäre, die sie oftmals kaum aushalten können. Da traurige Eltern schwer zu ertragen sind, versuchen viele Kinder sie auf ihre Art aufzumuntern – sie machen Quatsch, erzählen Witze, erfinden Geschichten. Und all diese kindlichen »Bemühungen« werden oft von der Umgebung missverstanden: »Das Kind trauert ja gar nicht richtig« oder »Hast du denn deine kleine Schwester gar nicht liebgehabt? Wie kannst du nur so viel Unsinn machen?«

Solche Äußerungen bewirken, dass sich das Kind, welches ohnehin mit seinen eigenen konfuse Gefühlen und der überwältigenden Trauer der Erwachse-

nen kämpft, völlig unverstanden fühlt und womöglich den Eindruck bekommt mit ihm stimme etwas nicht.

Eine weitere typische Reaktion auf die übertragene Hilflosigkeit von Trauer kann ein aggressives Verhalten sein. Trauer macht oft wütend, auf alles und jeden, mitunter auch auf den Verstorbenen, der einfach so verschwunden ist. So kommt es immer wieder vor, dass trauernde Kinder ihre Eltern provozieren, Sachen kaputt machen oder andere Kinder schlagen. Dies ist einerseits ein Ventil für die eigenen Gefühle, kann aber auch dazu dienen, die Gefühle der Eltern zu ändern, denn wütende Eltern sind für viele leichter zu ertragen als traurige Eltern.

Wie kann man trauernde Kinder in der Kita unterstützen?

Gerade wenn der Tod in der Kernfamilie das ganze System Familie aus dem Gleichgewicht gebracht hat, können alle »trauerfreien Räume« für die Kinder stabilisierend wirken. Hier sind andere Kinder, mit denen sie spielen und Unsinn machen können, Erwachsene, die Schutz bieten, die selbst nicht trauern und deshalb manchmal besser in der Lage sind, die oft starken Emotionen der trauernden Kinder auszuhalten.

» In trauernden Familien sind die Erwachsenen manchmal so geschwächt und mit sich selbst beschäftigt, dass es keine Tagesstruktur mehr gibt.«

Die Routine des Alltags gibt Struktur und damit Halt. In trauernden Familien sind die Erwachsenen manchmal so geschwächt und mit sich selbst beschäftigt, dass es keine Tagesstruktur mehr gibt. Dann wird nicht mehr regelmäßig gekocht, gemeinsame Unternehmungen finden nicht mehr statt, weil die Kraft fehlt und es kann vorkommen, dass trauernde Eltern ihren eigenen Alltag nicht mehr bewältigen. Das ist für Kinder eine höchst bedrohliche Situation, macht Angst und verunsichert. Genau deshalb ist das »Normale« so wichtig, weil es den Kindern ermöglicht Kraft zu tanken und somit die Selbstheilungskräfte besser aktiviert werden können. Diese »Normalität« sollte aber nicht mit Verdrängen

oder gar Tabuisieren verwechselt werden. Das Kind sollte immer in seiner Trauer wahrgenommen werden, die Möglichkeit haben zu sprechen und die verschiedenen Gefühle in der Trauer (auch Wut und Aggression) so auszuleben, dass weder es selbst noch andere verletzt werden oder darunter leiden.

Trauernde Kinder fühlen sich oft anders, verstehen nicht, was in ihnen vorgeht. Die Erfahrung der Trauer ist schlichtweg überwältigend. Es kann helfen, wenn diese Kinder vermittelt bekommen, dass ihre Gefühle und damit verbundenes Verhalten völlig normal sind und dass auch andere trauernde Kinder sich so fühlen. Diese Information holt die Kinder aus ihrer inneren Isolation.

» Trauernde Kinder fühlen sich oft anders, verstehen nicht, was in ihnen vorgeht. Die Erfahrung der Trauer ist schlichtweg überwältigend.«

Von Mitgefühl und Mitleid

Die unterschiedlichen Gefühle in der Trauer (Traurigkeit, Wut, Hilflosigkeit etc.) übertragen sich leicht auf Helfer. Bisweilen ist es schwer einem tieftraurigen Kind beizustehen, ohne selbst von

den eigenen Emotionen überwältigt zu werden. Dann besteht die Gefahr in Mitleid zu versinken und dem Kind keine Stütze mehr sein zu können. Manchmal hilft es dann sich bewusst zu machen, dass es nicht die eigene Geschichte ist und so einen bestimmten Abstand herzustellen. Mitgefühl ist gut und wichtig, Mitleid ist aber auch belastend für alle Betroffenen.

» Mitgefühl ist gut und wichtig, Mitleid ist aber auch belastend für alle Betroffenen.«

Ein Kind, welches spürt, dass sein Gegenüber leidet, wird nicht mehr über seine Gefühle reden. Es ist leichter, nur die eigene Trauer *und* die Trauer eines anderen.

Mitleid kann auch dazu führen, ein trauerndes Kind in Watte zu packen, ihm Misserfolge oder Ärger ersparen zu wollen und dann auch keine Grenzen zu setzen. Kinder brauchen Grenzen und testen diese immer wieder aus. Auch trauernde Kinder brauchen Grenzen. Grenzen bedeuten Schutz und zeigen auch eine Klarheit in der Kommunikation. Auch bestimmte Anforderungen (solange es nicht zu einer Überforderung

kommt) können trauernde Kinder bewältigen und tun sogar gut. Es macht Stolz, etwas bewältigt zu haben und stärkt das Selbstvertrauen, welches bei vielen trauernden Kindern stark erschüttert ist.

Wann brauche ich Hilfe von außen?

Wenn ein Kind sich sehr verändert, nicht mehr spielt, nicht mehr lacht oder wenn es über einen längeren Zeitraum große Verhaltensauffälligkeiten zeigt, unter massiven Ängsten leidet, dann sollte auf jeden Fall Hilfe von außen angefragt werden. Wenn Sie unsicher sind, fragen Sie lieber einmal zu viel und holen sich auch zu Ihrer Absicherung eine zweite Meinung ein. Erste Ansprechpartner können Kinder- oder Hausärzte sein, Beratungsstellen, die sich auch im Bereich Kindertrauer auskennen, Kindertrauergruppen oder Trauma-Ambulanzen.

Fazit

In der Trauer gibt es kein richtig oder falsch. Jeder Mensch trauert wie er trauern kann. Deshalb sind eine sensible Begleitung in der Trauer ein »Da sein«, hinzuhören, nicht urteilen und altersgerechte Gespräche über Tod, Trauer und Gefühle wichtige Präventionsarbeit. Dies gilt für Kinder aus allen Kulturkreisen. ■

Impressum

Fachzeitschrift für Leitungen, Fachkräfte und Träger der Kindertagesbetreuung

Ausgabe für Baden-Württemberg
KiTa BW, 26. Jg., 12/2017
ISSN 0943-0237

Herausgeber:

Ute Walker, Diplom-Pädagogin, ehem. Leiterin Familie und Kinder – Der PARITÄTISCHE Baden-Württemberg
Prof. Dr. Ulrich Wehmer, Sonder- und Diplompädagoge, Professor für Elementarpädagogik und Studiengangleiter des BA »Pädagogik der Kindheit«, Pädagogische Hochschule Karlsruhe

Fachbeirat:

Prof. Dr. phil. Rita Grimm, Prodekanin Hochschule Esslingen – University of Applied Science Fakultät Soziale Arbeit, Gesundheit und Pflege
Kariane Höhn, Dipl. Sozialpädagogin, Kommunal- und Organisationsberatung, Coaching, Fachreferentin Frühkindliche Bildung
Carola Kammerlander, pädagogische Geschäftsführerin der Konzepte für Kindertagesstätten
Sarah Kinkel, Fachberatung für Kindertageseinrichtungen beim Amt für Bildung und Sport der Stadt Weinheim
Nicole Sturmhöfel, Diplom-Pädagogin, wissenschaftliche Mitarbeiterin am ZNL TransferZentrum für Neurowissenschaften und Lernen, Universität Ulm
Prof. Dr. Monika Zimmermann, Diplom-Pädagogin, Wissenschaftliche Leiterin und Wissenschaftliche Studiengangleitung Sozialpädagogik & Management der Internationalen Berufsakademie der F+U Unternehmensgruppe

gGmbH, Geschäftsbereichsleitung für Forschung und Entwicklung im Bereich Sozialpädagogik & Management an der F+U Unternehmensgruppe gGmbH, Personal & Business Coach, Systemische Beraterin/Therapeutin

Redaktion:

Viviana Freyer (verantwortlich, zeichnet mit – vfr –)
Robert-Bosch-Straße 6, 50354 Hürth
Telefon: +49 221 94373-7980, Fax: -7751
E-Mail: viviana.freyer@wolterskluwer.com

Wolters Kluwer Deutschland GmbH

Carl Link
Luxemburger Str. 449, 50939 Köln
www.kita-aktuell.de
Carl Link ist eine Marke von Wolters Kluwer Deutschland.
Deutsche Bank Neuwied
IBAN: DE91 5747 0047 0202 8850 00
BIC: DEUTDE55M574

Anzeigenleitung:

Denise König
Anzeigendisposition:
Denise Fei
Tel: 0221 / 94373 7323
anzeigen-kitamanagement@wolterskluwer.com
Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 24 vom 1.1.2017

Kundenservice:

Telefon: 02631 801-2222, Fax: -2223
E-Mail: info-wkd@wolterskluwer.com

Satz:

Newgen Knowledge Works (P) Ltd., Chennai

Druck:

Williams Lea & Tag GmbH, München

Bildnachweise:

Titelfoto: © Irina Schmidt / fotolia.com
Seite 246: © fotogestoeber / fotolia.com
Seite 260: © altanaka / fotolia.com
Seite 264: © doomu / fotolia.com

Veröffentlichung gem. Art. 8 Abs. 3 BayPrG:

Wolters Kluwer Deutschland GmbH

Sitz der Gesellschaft
Luxemburger Straße 449
50939 Köln

Geschäftsführer:

Martina Bruder
Michael Gloss
Christian Lindemann
Adrianus Gerardus Verhoef
Ralph Vonderstein
Stephanie Walter
Tel. +49 (0) 221 94373-7000
Fax +49 (0) 221 94373-7201
E-Mail: info-wkd@wolterskluwer.com
Handelsregister Amtsgericht Köln HRB 58843
USt-ID: DE 188836808