

**Interview mit Samira Schüller, Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V. – Mit Kindern über den Tod reden?**

**Antworten für Kinder und Erwachsene**

**Für Erwachsene:**

**Über den Tod mit Kindern sprechen? – Geht das denn?**

Ja, denn der Tod gehört zu der Erfahrungswelt von Kindern dazu. Kinder werden mit Sterben und Trauer konfrontiert. Sie begegnen dem Tod, wenn ein Haustier stirbt, in den Medien, wenn sie Nachrichten mitbekommen oder wenn es einen Trauerfall in ihrem Umfeld gibt. Kinder stellen Fragen und suchen Umgang mit dem Tod. Wichtig sind die Erwachsenen in ihrem Umfeld. Je ruhiger und unaufgeregter sie gemeinsam mit den Kindern Antworten auf ihre Fragen finden, umso leichter ist es für die Heranwachsenden, einen offenen, vertrauensvollen Umgang mit dem Thema zu finden.

**Sie gehen in Schulen: Wie stellen sich die Kinder dem Thema? Offen, neugierig oder eher verhalten, ablehnend?**

Kinder und Jugendliche gehen meist offen und neugierig mit dem Thema um. In der Regel haben sie einen guten Zugang zu kreativem Ausdruck, haben viele Fragen und eigene, phantasiereiche Antworten. Kinder und Jugendliche profitieren von Erwachsenen, die mit ihnen gemeinsam auf die Suche nach eigenen Antworten und Bildern gehen.

**Was empfehlen Sie PädagogInnen, die selbst eine gewisse Scheu vor dem Thema und möglichen Reaktionen der Kinder haben?**

Wir empfehlen sich die Zeit zu nehmen, sich zu fragen, warum das Thema Scheu auslöst. Was sind konkrete Befürchtungen? Was sind die eigenen Erfahrungen im Umgang mit Tod und Trauer? Mit Kollegen oder Freunden ins Gespräch kommen, oder ein Informationsgespräch in einer Fachstelle nutzen. Der Verein Trauernde Kinder S.-H. bietet Beratungsgespräche für pädagogisches Fachpersonal, Workshops und

Seminare an – schauen sie sich um, ob es so etwas auch in ihrer Region gibt.

### **Wie reagiert man als PädagogIn, wenn ein Kind emotional stark betroffen ist und ein Ereignis plötzlich wieder ganz präsent ist?**

Wenn das Kind von starken Emotionen und Bildern überflutet wird, ist es hilfreich, die starken, plötzlichen Emotionen nicht zu verstärken, sondern das Kind darin zu unterstützen wieder ins Hier und Jetzt zu kommen.

Das funktioniert über die Wahrnehmung des eigenen Körpers und des Raumes. Sie können das Kind einladen aufzustehen und gemeinsam (jeder bei sich) die Beine und Arme abzuklopfen, sich zusammen auszuschütteln. So kann das Kind seinen Körper wieder wahrnehmen und zurück ins Jetzt kommen. Im Anschluss können sie gemeinsam im Raum schauen: was gibt es hier alles im Raum zu sehen? Sinn der Übung ist es, das Kind darin zu unterstützen, die Wahrnehmung in die Gegenwart zu lenken und aus den überrollenden Bildern zu kommen. Wichtig ist es hier, als PädagogIn Ruhe und eine ruhige, zuversichtliche Ausstrahlung zu bewahren. Wenn die Situation in der Klasse auftritt, ist es gut, wenn alle gemeinsam die Körperübung machen.

### **Kann man etwas falsch machen?**

In einer überflutenden Situation ist es wichtig die überlastenden Gefühle nicht zu verstärken, da das Kind sonst tiefer in die Überflutung hineinrutscht, was nicht hilfreich ist.

Wenn es eine Situation ist, in der die Kinder von eigener Betroffenheit erzählen – aber nicht stark überflutet sind – kann man das Kind oder die Klasse einladen ein Bild für den Verstorbenen oder einen geliebten Menschen zu malen.

### **Wie nähert man sich einem Kind, das sich nach einem Sterbefall völlig verschließt?**

Wichtig ist es die Grenzen des Kindes wahrzunehmen und zu respektieren. Hilfreich kann sein, über Interessen des Kindes oder andere unbelastete Themen in Kontakt zu kommen. Das authentische Signal: du kannst mit mir reden – du bestimmst das Thema selbst – lädt das Kind ein sein eignes Tempo zu gehen und dann über den Tod zu sprechen, wenn es für es selbst passt.

## **Sie arbeiten sehr viel mit trauernden Kindern. Was haben Sie aus dieser Arbeit gelernt?**

Trauer hat viele Gesichter. Kinder wechseln in ihrer Stimmungslage schneller als Erwachsene. Ich habe großen Respekt vor den Selbstheilungskräften der menschlichen Seele gewonnen. Kinder brauchen Erwachsene, die mit ihnen ihre eigenen Antworten auf Fragen suchen, die Sicherheit vermitteln und verlässlich sind.

[Eine Handreichung über den Umgang mit Tod und Trauer in der Schule](#) (PDF) gibt eine umfassende und hilfreiche Broschüre von Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V..

## **Für Kinder**

### **Was ist Trauer und wie lange dauert traurig sein?**

Trauer ist eine Fähigkeit unserer Seele, damit umzugehen, wenn jemand gestorben ist. Trauer zeigt, dass unsere Seele jemanden oder etwas sehr lieb hatte. Wie sie sich zeigt ist ganz vielseitig. Wir sagen immer: Trauer hat viele Gesichter. Bei manchen Menschen merkt man erstmal am meisten dass sie wütend sind. Manche ziehen sich zurück und mögen nicht reden. Manche gehen zu ihren Freunden und reden darüber wie es ihnen geht. Oft weinen Menschen in ihrer Trauer, manche tun das aber auch nicht. Das ist ganz unterschiedlich. Mit der Zeit verwandelt sich die Trauer. Es ist ganz normal, sich unterschiedlich zu fühlen – mal richtig wütend, dann traurig, auch fröhlich lachen, wenn man an eine lustige Sache denkt, die man mit dem Verstorbenen gemacht hat, gehört dazu. Was ganz wichtig ist: auch wenn man traurig ist, dass jemand gestorben ist, darf man fröhlich sein und z.B. zu einem fröhlichen Kindergeburtstag gehen. Die Seele kann sich zwischen traurig sein und fröhlich sein hin und her bewegen.

### **Was hilft mir, wenn jemand gestorben ist den ich lieb hatte?**

Das ist so vielfältig wie wir Menschen sind. Herausfinden was dir hilft, wenn etwas Trauriges passiert, damit kannst du gleich beginnen. Dafür brauchst du nichts, außer den Fragen: was machst Du gerne? Wer oder was tut dir gut, wenn du traurig bist? Magst du dann gerne in den Arm genommen werden? Oder toben, flitzen und rennen? Baust du dir lieber eine gemütliche Höhle und hörst mit deinem Kuscheltier ein Hörbuch, oder triffst dich mit Freunden? Mit wem kannst du reden?

Ganz vielen Menschen hilft es, noch etwas Schönes für den Verstorbenen zu machen. Ein Bild malen oder einen Brief schreiben, die Trauerfeier

mit gestalten, Blumen aufs Grab bringen oder an einen Ort fahren, wo man gerne zusammen war und dort Blumen hinlegen.

Was hilft kann ganz unterschiedlich sein. Es ist schön, wenn es Erwachsene gibt, die mit den Kindern und Jugendlichen gemeinsam schauen, was gut tut und diese Dinge gemeinsam mit den Betroffenen unternehmen.

### **Wie können Kinder anderen Kindern helfen, die gerade trauern?**

Es ist wichtig sich nicht lustig zu machen und das Kind nicht zu ärgern. Leider passiert das immer wieder. Das tut sehr weh. Es ist schön, wenn du dich traust das Kind zu fragen, wie es ihm geht und ob ihr mal zusammen spielen wollt. Lade das Kind trotz des Trauerfalls zum Schlittschuhlaufen, zum Kindergeburtstag ein. Wenn es nicht kommen mag sei nicht traurig und frage das nächstemal trotzdem wieder.

ALICE – Museum für Kinder im FEZ-Berlin

Straße zum FEZ 2

12459 Berlin

Tel.: +49 (0)30.53071-181

E-Mail: [kindermuseum@fez-berlin.de](mailto:kindermuseum@fez-berlin.de)

Internet: [www.fez-kindermuseum.de](http://www.fez-kindermuseum.de)