

# Mit Kindern über den Tod sprechen



Christinnen und Christen glauben an ein Leben nach dem Tod. Dennoch tun sich sehr viele Menschen schwer damit, über das Thema Tod und Sterben zu sprechen. Der Tod bringt eine Endgültigkeit mit sich die uns zeigt, es wird nie mehr so wie es war.

Gerade gegenüber Kindern ist es schwierig diese Tatsache in Worte zu fassen, da wir uns selbst mit dem Thema schwer tun, keine Worte für das Geschehene haben oder das Geschehene nicht aussprechen wollen und den Kindern keine Angst machen wollen.

## PHASEN DER TRAUER

Meist wird man sehr plötzlich mit dem Thema Tod konfrontiert. Es kann sein, dass ein lieber Mensch unerwartet von uns geht oder dass das Haustier am Morgen nicht mehr aufwacht. Auch wenn jemand nach langer Krankheit stirbt, trifft es uns trotzdem meist sehr tief.

Im Trauerprozess durchlaufen wir mehrere Phasen: zuerst sind wir schockiert und wollen es nicht wahrhaben. Später kommen Zorn und Wut hinzu. Erst zum Schluss empfinden Menschen Trauer. Es ist wichtig den Trauerprozess zuzulassen und ihn nicht zu verdrängen. Es ist wichtig, dass man Kindern Gefühle offen und ehrlich zeigt, da sie meist sowieso ganz genau spüren wie es uns geht. Machen wir Kindern im Bereich der Gefühle etwas vor, dann sind sie verunsichert, da ihre Wahrnehmung mit unseren Worten nicht übereinstimmt.

## GESPRÄCHE ÜBER DEN TOD

Das Thema Sterben und Tod sollte man sehr sensibel mit Kindern ver- und bearbeiten. Natürlich wollen wir Ängste vermeiden, dennoch ist es wichtig, dass man Kinder nicht belügt oder verwirrt. Auch wenn es schwerfällt, sollten man klar sagen: dieser Mensch ist gestorben und nicht "von uns gegangen" oder "für immer eingeschlafen". Setzt man den Tod mit dem Schlafen gehen gleich, dann kann es vorkommen, dass Kinder Angst vor dem Einschlafen haben, da sie glauben selbst vielleicht auch nicht mehr aufzuwachen. Kindern könnte man beispielsweise sagen, dass der verstorbene Mensch oder das tote Tier nie wieder atmen, laufen, essen, schlafen oder fühlen können.

## FRAGEN ZUM THEMA TOD

Kinder stellen je nach Alter sehr viele Fragen in Bezug auf das Thema Tod. Grundsätzlich gilt: Kinder fragen so viel wie sie selbst aushalten! Als Erwachsene sollte man die Fragen mit viel Ruhe beantworten. Je mehr Ruhe man selbst ausstrahlt, desto mehr Sicherheit gibt man den Kindern und vermittelt ihnen so, dass der Tod einfach dazu gehört und dass durch den Tod unser Leben besonders kostbar wird. Mögliche Fragen der Kinder könnten sein: Wann sterbe ich, Wer wird als nächstes sterben, wo ist der verstorbene Mensch... jetzt? Man darf hier als Erwachsener seine eigenen Glaubensvorstellungen einbringen.

Fragen der Kinder sollte man nie als unwichtig und unpassend darstellen, da sie sonst vielleicht aufhören zu fragen. Die Fragen der Kinder bringen eine große Chance in der Beziehungsarbeit mit sich. Fragt ein Kind „Können Kinder auch sterben?“, dann sollte man diese nicht mit „Nein“ oder mit „Frag so etwas nicht!“ beantworten. Auch wenn die Wahrheit wehtut fassen Kinder diese nicht immer sehr dramatisch auf.

Eine gute Möglichkeit um herauszufinden, wie viel ein Kind bei einem Gespräch verstanden hat und wie weit ein Kind ist, ist die einfache Frage: „Was meinst du dazu?“

## KINDGERECHT ÜBER DEN TOD SPRECHEN

Wie man mit Kindern über das Thema Tod spricht ist vom Alter und Entwicklungsstand eines Kindes abhängig. Kleinkinder sind etwa noch nicht fähig den Begriff „Tod“ zu verstehen, was aber nicht heißt, dass sie den Tod einer nahe stehenden Person nicht empfinden können.

Kinder im Vorschulalter sehen sich als Mittelpunkt der Welt, sind neugierig und nehmen alles sehr wörtlich. Es ist wichtig, dass sich Erwachsene das bewusst machen, wenn sie die Begriffe Leben und Tod erklären. Bei Erklärungen soll man von Tatsachen und von der Realität ausgehen, denn vage Erklärungen und bildliches Sprechen führen zu Verwirrung und steigern damit die Verunsicherung des Kindes. Der Tod wird in diesem Alter als etwas zeitlich Begrenzt wahrgenommen. Oft halten sie den Tod auch als eine Form von Schlaf. In ihrer Vorstellung wird der Tote irgendwann erwachen und ganz zum Leben zurückkehren.

Kinder im Grundschulalter sind sozial stärker eingebunden, innerhalb und außerhalb der Familie. Sie können schon unterscheiden zwischen belebt und unbelebt, zwischen Realität und Fantasie. Sie können die Endgültigkeit des Todes erkennen. Trotzdem macht ihnen das Thema Sterben oder Verlassen werden zu schaffen. Hier ist es wichtig den Kindern mit ausführlichen Gesprächen zur Seite zu stehen.

## BÜCHER

Bücher können Kindern und Erwachsenen helfen die eigenen Erfahrungen besser zu verarbeiten. Kinderbücher illustrieren meist in Form von Geschichten den Umgang mit Trauer und Tod. Es gibt auch Sachbücher zum Thema in denen beispielsweise Bestattungsformen oder Formen der Sterbebegleitung erklärt werden. Viele Fragen der Kinder kann man mit Hilfe von Büchern besprechen und beantworten. In Büchern für Erwachsene erzählen Betroffene sehr oft wie sie ihren Weg zurück zu einer gewissen Normalität geschafft haben. Welche Bücher man persönlich ansprechend findet sollte man selbst entscheiden oder sie gemeinsam mit den Kindern aussuchen.

## DAS BEGRÄBNIS

Christinnen und Christen werden bei einem Begräbnis bestattet. Wie eine kirchliche Begräbnisfeier abläuft hängt von den ortsüblichen Gegebenheiten und Gewohnheiten ab. Es kann sein, dass die Verabschiedung direkt vor dem Krematorium stattfindet, oder dass die Trauernden sich zunächst in der Kirche und dann auf dem Friedhof verabschieden. Vielerorts gibt es auch die Totenwache oder das Gebet an den Tagen vor dem Begräbnis.

Ob die Kinder zu einem Begräbnis mitgenommen werden oder nicht sollte gut überlegt werden. Denn eines steht fest: auch Kinder wollen und sollen sich verabschieden können. Es kommt also darauf an wie gut die Kinder den verstorbenen Menschen gekannt haben. Hat es eine enge Bindung gegeben, dann ist eine Teilnahme am Begräbnis sicherlich ratsam. Außerdem zeigen Kinder ab dem Kindergartenalter für viele unterschiedliche Bereiche Interesse und oft verfolgen Kinder die Beerdigung mit großer Neugier mit.

## ALLERHEILIGEN/ALLERSEELN

Zu Allerheiligen und Allerseelen gedenken Christinnen und Christen an alle Heiligen bzw. alle Verstorbenen. Es gibt eine Reihe an Ritualen und Bräuchen. Der Friedhofsbesuch ist aber das Zentrale an diesen Tagen. Meist gibt es auch eine eigene Gedenkfeier am Friedhof. Wenn man die Tage zu Allerheiligen und Allerseelen mit Kindern verbringt und mit ihnen gemeinsam auf den Friedhof geht, dann zeigt man ihnen, dass Verstorbene nicht Vergessene sind. Wir denken an sie, reden von ihnen und können ihre Gedenkstätte besuchen. Dadurch wird das Thema Tod und Sterben für Kinder nicht nur negativ besetzt. Man zeigt ihnen somit, dass Verstorbene in uns weiterleben, wenn wir regelmäßig an sie denken und von ihnen sprechen.

Das Sterben und der Tod gehören zu unserem Mensch Sein. Da uns dieses Thema traurig macht, fällt es uns meist schwer darüber zu sprechen. Für die kindliche Entwicklung ist es allerdings von großer Bedeutung, wenn Erwachsene dieses Thema nicht tabuisieren.

Christinnen und Christen glauben an eine Auferstehung nach dem Tod. Somit ist der Tod nicht das Ende, sondern der Anfang von etwas Neuem.