

2.3 Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen

2.3.1 Aufgaben der Trauer

William Worden stellte vier Aufgaben der Trauer auf, die Hinderer und Kroth übertrugen auf die Trauer von Kindern und Jugendlichen übertrugen (vgl. Hinderer, Kroth 2005: S.26-27).

Die Realität anerkennen

Die Anerkennung der Realität ist die Grundaufgabe der Trauer, sie ist unabdingbar um den Tod des geliebten Menschen anzunehmen und das Geschehen zu begreifen. Zu diesem Zwecke muss der der Trauernde die Phase des Nicht-Wahrhaben-Wollens überwinden. Die Aufgabe der Trauerbegleitung ist es deshalb dem Trauernden die Realität des Verlustes zu verdeutlichen. Aufgrund dessen sollten metaphorische Aussagen wie „jemand ist entschlafen oder weggegangen“ vermieden werden (vgl. ebd).

Den Abschiedsschmerz durchleben

Trauernde durchleben in ihrer Trauer sehr verschiedene oft auch ambivalente Gefühle. Das Zulassen und Ausleben der Gefühle hilft den Verlust zu verarbeiten. Dies heißt, dass der Trauernde seine Gefühle zulassen muss. Der Trauernde sollte darin begleitet werden, Gefühlsäußerungen zuzulassen und auszuleben (vgl.ebd.).

Verinnerlichen dessen, was war

Während dieser Aufgabe beschäftigt sich das trauernde Kind mit den Erlebnissen und Eindrücken bezüglich des Verstorbenen. Hilfreich sind in dieser Phase das gemeinsame Teilen von Erinnerungen und Erlebnissen um den Verstorbenen. Gleichzeitig muss das Kind dabei den Bezug zur Gegenwart und somit der veränderten Situation herstellen können (vgl.ebd.).

Eine neue Identität entwickeln

Der Tod eines Angehörigen bedeutet immer auch den Verlust eines bisherigen Selbst- und Familienbildes. Für das Kind bedeutet dies, dass es nun ein neues Familien und Selbstbild

entwickeln muss. Hierbei besteht jedoch die Gefahr, dass das Kind beziehungsweise der Jugendliche bewusst oder unbewusst Rollen des Verstorbenen mit deren Verantwortungen oder Aufgaben übernimmt. Dies kann zum einen zu einer Überforderung führen zum anderen bedeutet dies aber auch die Negierung der eigenen Persönlichkeit (vgl. ebd.).

2.3.2 Hilfreiche Unterstützung der Trauer

Specht-Tomann(2000:S.141-148) gibt folgend aufgeführten Empfehlungen bezüglich einer altersgemäßen Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen.

Kinder unter 3 Jahren

- Routinen und Gewohnheiten so gut wie möglich beibehalten
- emotionale Zuwendung, körperliche Nähe
- den Tod beim Namen nennen

Kinder zwischen 3 und 5 Jahren

- Unterstützung des starken Bedürfnisses den Tod zu verstehen
- Ermutigen Fragen zu stellen
- klare Antworten auf alle Fragen
- kreative Ausdrucksmöglichkeiten anbieten
- Lob und Anerkennung

Kinder zwischen sechs und neun Jahren

- offen und ehrlich über den Tod sprechen
- Umstände die zum Tod geführt haben einfühlsam erklären
- Reaktionen und Gefühle des Kindes achten
- Kind Zeit geben um über seine Ängste und Sorgen zu sprechen
- aktiv zuhören
- dem Kind vermitteln, dass man an seinen Gefühlen und Bedürfnissen interessiert ist
- Erinnerungen an den Verstorbenen
- Einbeziehung der Kinder bei der Gestaltung der Beerdigung

Kinder von 10-14 Jahre und Jugendliche

- ungestörte Zeit mit Eltern
- Möglichkeit ihre Gefühle auszudrücken, ohne dabei ihr Selbstwertgefühl zu gefährden
- Raum für sich
- keine aufgezwungenen Gespräche
- klare, offene und ehrliche Antworten auf Fragen bezüglich der Ursache oder Todesumständen
- Teilnahme an allen Ritualen und Verabschiedungsfeierlichkeiten ermöglichen
- Unterstützung zur Aufrechterhaltung bisheriger Gewohnheiten