

Schule f. allg. Gesundheits- und Krankenpflege Kirchdorf/Krems
Ausbildung zum geh. Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege

Projektarbeit im Fach Palliativpflege

„Wenn Kinder trauern“



Projektteam: Santin Martina
Hemetzberger Oliver
Maurhart Michael

Betreuungslehrer: DGKS Rosemarie Roier

INHALTSVERZEICHNIS

1. VORWORT	3
2. DEFINITION	4
3. WIE TRAUERT EIN KIND	4
4. PHASEN DER TRAUER	4
<i>4.1. Erste Phase: Nicht - Wahrhaben - Wollen</i>	<i>5</i>
<i>4.2. Zweite Phase: Aufbrechende Emotionen</i>	<i>5</i>
<i>4.3. Dritte Phase: Suchen, Finden, Sich trennen</i>	<i>5</i>
<i>4.4. Vierte Phase: Neuer Selbst- und Weltbezug</i>	<i>5</i>
5. WAS VERSTEHEN KINDER UNTER TOD?.....	6
5.1. Kinder unter 3 Jahren.....	6
5.2. Kinder zwischen 3 und 5 Jahren	7
5.3. Kinder zwischen 6 und 9 Jahren	7
5.4. Kinder zwischen 10 und 14 Jahren	8
6. UMGANG UND BEGLEITUNG TRAUERNDER KINDER	8
6.1. Mit dem Kind über den Tod sprechen	9
6.2. Nähe und Geborgenheit geben	9
6.3. Zeit zum Trauern geben.....	10
6.4. Begleitung des trauernden Kindes	10
6.5. Gefühlsäußerungen erleichtern und zulassen	10
6.6. Raum für spielerische Verarbeitung und kindgerechter Rituale geben	11
6.7. Einsatz von Medien und Hilfsmittel.....	11
7. KINDER BEIM BEGRÄBNIS	12
8. NACHWORT	13
LITERATURVERZEICHNIS	14

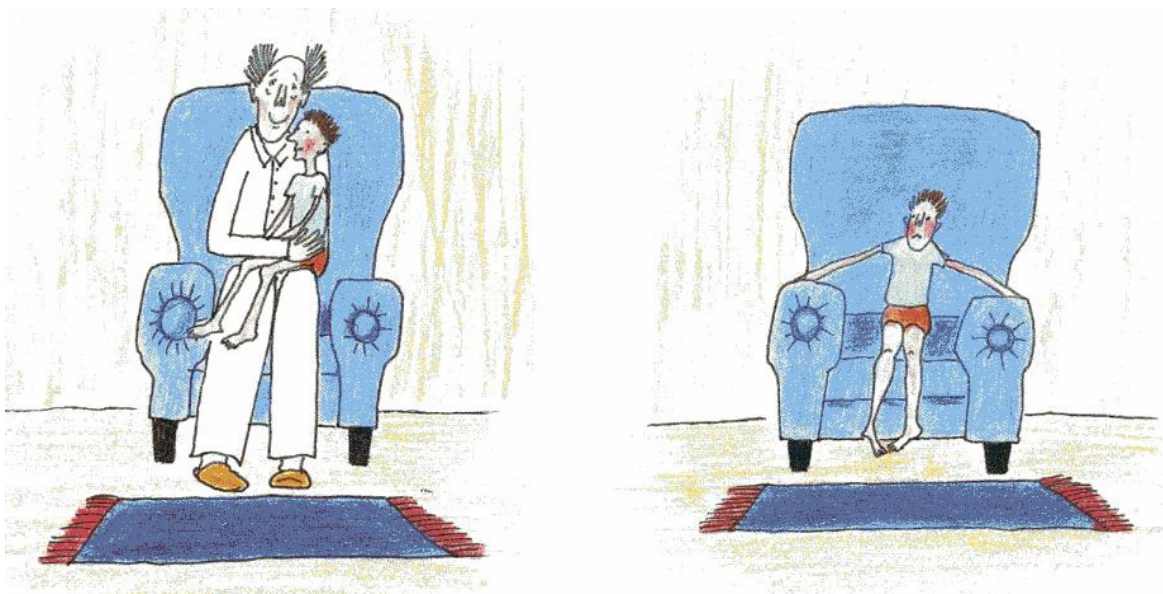
1. Vorwort

Die vorliegende Arbeit wurde im Rahmen des Palliativunterrichtes erarbeitet. Verschiedene Themenbereiche standen für sechs Gruppen zur Auswahl. Aufgrund der allgegenwärtigen Relevanz und der Tabuisierung des Themas Trauer, im Speziellen bei Kindern, wurde unser Interesse geweckt.

Kinder sind mit dem Thema Trauer schon in frühen Lebensjahren konfrontiert. Dies beginnt schon mit dem Verlust eines Kuscheltieres, Tod eines Haustieres oder mit dem Umzug eines Freundes. Eltern und Erwachsenen fällt es oft schwer, Kinder beim Trauern zu sehen und sie vermeiden oft mit ihrem Verhalten, dass das Kind den Trauerprozess bewusst durchlebt.

Wir hatten auch die Möglichkeit, ein betroffenes Kind bezüglich der Trauerverarbeitung und Bewältigungsstrategien zu befragen. Dieses Interview ist im Anhang zu entnehmen und soll als Ergänzung zum theoretischen Wissen beitragen.

Mit dieser Arbeit wollen wir Erwachsene ermutigen, sich der Thematik bewusst zu werden, um Kindern in Trauersituationen beistehen zu können.



2. Definition

Unter dem Begriff Trauer versteht man eine angeborene emotionale Reaktion, welche als schmerzhaft empfunden wird. Dieser Prozess verläuft bei jedem Menschen als innerer „Loslassungsprozess“, ausgelöst durch den Verlust einer Person oder Sache, zu der eine sinnerfüllte Beziehung bestand. Trauern ist somit kein Prozess sondern ein Zustand. (vgl. KÖCK, S.73)

3. Wie trauert ein Kind

Die Begriffe „Kind“ und „Trauer“ passen für viele Menschen aufs Erste nicht zusammen. Dies liegt daran, dass mit dem Wort „Kind“ großteils Assoziationen wie Spielen, Lachen, Freude, Toben, Lärm, Unruhe oder vielleicht auch Streiten hervorgerufen werden. Jedoch das Wort „Trauer“ wird selten mit Kindern verbunden, obwohl „traurig sein“ zu jedem Leben, auch in jenes von Kindern, dazugehört. Trauer ist eine natürliche Reaktion auf Trennung, Verlust sowie Abschied und ist eine Erfahrung im Leben, die Kinder genauso wie Erwachsene begleitet. (vgl. SPECHT-TOMANN /TROPPEL, 2001, S. 49) Wie unterscheidet sich nun die Trauer von Erwachsenen von der Kindertrauer? Es fällt Erwachsenen oft schwer die Gefühle des Trauerzustandes bewusst zu erleben und anzunehmen. Kinder gehen mit solchen Gefühlen und somit mit Trauer anders um. Dies lässt sich gut mit folgenden Worten veranschaulichen: *„Die Trauer von Erwachsenen wird oft mit dem Waten durch einen Fluss verglichen, dessen Ufer nicht zu erkennen ist. Kinder stolpern in Pfützen der Trauer hinein und springen wieder weiter. Längere Trauerzustände wären eine zu große Bedrohung für ihre Person, die sich ja erst im Aufbau befindet. Das Bild von der Trauerpfütze, in welche das Kind springt, zeigt die Dynamik seiner Trauer. Manches Mal ist die Pfütze groß und besonders matschig, dann wieder spritzt es nur wenig. Kinder können in einem Moment furchtbar traurig sein und im nächsten wieder ganz fröhlich, so als hätte man einen Schalter betätigt.“* (FLECK-BOHAUMILITZKY, 2005, S.7)

4. Phasen der Trauer

Folgende Theorien vom Verlauf der Trauer wurden von Verena Kast entworfen. Sie unterscheidet in ihrer Theorie vier Phasen, die meist nacheinander und nicht voneinander getrennt ablaufen:

4.1. Erste Phase: Nicht - Wahrhaben - Wollen

Trauernde verleugnen den Verlust, fühlen sich empfindungslos und sind oft entsetzt: „Das entspricht nicht der Wahrheit. Bald werde ich erwachen, von diesem bösen Traum!“ diese Phase dauert meist ein paar Tage bis Wochen.

4.2. Zweite Phase: Aufbrechende Emotionen

Gefühle wie Trauer, Freude, Zorn, Angstgefühle und Ruhelosigkeit werden in dieser Phase abwechselnd erlebt. Des Öfteren sind diese auch mit Schlafstörungen verbunden. Es wird nach einem Schuldigen gesucht (Pflegepersonal, Ärzte, etc.). Wie diese Phase verläuft, ist abhängig von der Beziehung zwischen dem Trauernden und dem Verstorbenen. Weiters wird diese Phase von nicht ausgesprochenen Problemen geprägt. Starke Schuldgefühle können dazu führen, dass Trauernde auf dieser Stufe stehen bleiben. Diese Phase ist oft schwierig zu bewältigen, da es in unserer Gesellschaft nicht üblich ist, Emotionen zuzulassen und zu erleben. Dies birgt die Gefahr in sich, die Trauer zu verdrängen.

4.3. Dritte Phase: Suchen, Finden, Sich trennen

Die bewusste oder unbewusste Suche nach dem Verlorenen steht in dieser dritten Phase im Vordergrund. Die Suche findet dort statt, wo der Verstorbene im gemeinsamen Leben zu finden war (Fotos, Landschaften, Zimmern, Träumen, etc.). Der Trauernde muss sich somit immer wieder mit dem Verlust auseinandersetzen, wodurch der Verstorbene zu einem entwicklungs- und veränderungsfähigen inneren Begleiter wird. Die Aufarbeitung von noch ungelösten Problemen kann sich in dieser Phase als äußerst hilfreich erweisen.



4.4. Vierte Phase: Neuer Selbst- und Weltbezug

Nun ist der Verlust soweit akzeptiert, dass der Verlorene sich zu einer inneren Figur entwickelt hat. Neue Beziehungen, neue Rollen, neue Verhaltensmöglichkeiten sowie neue Lebensstile können in dieser Phase möglich werden. Es wird die Erfahrung gewonnen, dass jede Beziehung vergänglich ist, sowie dass das Leben

den Tod mit sich bringt. Man gewinnt die Erkenntnis, dass Verluste schwer zu ertragen, aber möglich sind. Durch dieses Wissen kann man sich auf neue Beziehungen einlassen.

(vgl. http://de.wikipedia.org/wiki/Trauer#Trauerprozess_in_vier_Phasen .28nach Verena Kast.29, 2007,S.2-3)

5. Was verstehen Kinder unter Tod?

Diese Frage kann nicht so einfach beantwortet werden. Es spielt dabei neben der Persönlichkeit des Kindes auch das Alter eine wichtige Rolle. Um das „tot sein“ im Sinne eines Erwachsenen zu verstehen, braucht es verschiedene Voraussetzungen:

- Das Kind muss zwischen belebten und nicht belebten Dingen unterscheiden können.
- Der Unterschied zwischen „Gestern – Heute – Morgen“ muss erkannt werden.
- Das Kind muss einen Zugang zur „historischen Seite“ des Lebens haben.
- Es muss eine Verbindung zwischen Ursache und Wirkung herstellen können.

5.1. Kinder unter 3 Jahren

Das Kind kann mit dem Begriff „Tod“ noch nichts anfangen, spürt aber die Trauer der Familienangehörigen. Die Endgültigkeit des Todes kann noch nicht erfasst werden, vielmehr verbindet das Kleinkind damit eine vorübergehende Trennung.

Typische Reaktionen:

- Verändertes Ess- und Schlafverhalten, Unruhe und vermehrtes Weinen
- Gefühle, die auch bei Trennungen auftreten, wie etwa Wut, Angst, Suchen oder Warten
- Beim Verlust einer engen Bezugsperson kann es nach anfänglichem Warten zu einer tiefen Resignation und Apathie kommen.

5.2. Kinder zwischen 3 und 5 Jahren

Kinder in diesem Alter sind sehr neugierig und wollen die Welt im wahrsten Sinne des Wortes „begreifen“. Erste Vorstellungen über den Tod werden entwickelt. Das Sterben wird aber nie mit der eigenen Person in Verbindung gebracht, sondern mit alten oder kranken Menschen. Kinder im Vorschulalter sehen den Tod als vorübergehenden Zustand, der mit Bewegungslosigkeit, Schlaf und Dunkelheit in Verbindung gesetzt wird.

Typische Reaktionen:

- Beim Verlust einer Bezugsperson reagieren Kinder tief verstört, verwirrt und sind auf der Suche nach dem Verstorbenen.
- Entwicklungsrückschritte sind möglich, z. B.: Einnässen oder der Wunsch im elterlichen Bett zu schlafen.

5.3. Kinder zwischen 6 und 9 Jahren

In diesem Alter wird den Kindern langsam klar, dass alles Lebendige irgendwann sterben muss, sie erkennen auch zum ersten Mal, dass auch sie selbst sterblich sind.

Typische Reaktionen:

- Verlust- und Trennungängste, Trauergefühle
- Das historische Interesse wird geweckt; Erzählungen, Sagen und Mythen rund um das Thema Tod, Sterben und Jenseits erwecken in diesem Alter Neugierde.
- Unabhängig von der Religion glauben viele Kinder an eine Seelenwanderung, da die Endgültigkeit des Todes für sie schwer annehmbar ist.



5.4. Kinder zwischen 10 und 14 Jahren

Das ist eine Lebensphase, die durch starke Gefühlsschwankungen geprägt ist, nach dem Motto *„Himmelhoch jauchzend – zu Tode betrübt“*. Durch einen Todesfall entstehen zusätzlich enorme seelische Spannungen. Die Gefühle reichen von Wut, Zorn, Auflehnung, Leere und Einsamkeit bis zu einer ohnmächtigen Verzweiflung. Die eigene Gefühlswelt kann erst nach einem langen Trauerprozess stabilisiert werden. Es bedarf der Hilfestellung der Eltern oder anderer Begleiter, damit es nicht zu „Zusammenstößen“ in diesem Gefühlschaos kommt.

Das Sterben wird in diesem Alter als unausweichliches, abschließendes Ereignis gesehen, der Schlusspunkt jedes irdischen Lebens. Der Tod steht für endgültigen Verlust – auch für den Liebesverlust.

Typische Reaktionen:

- Der Sinn des Lebens – auch des eigenen, wird hinterfragt.
- Durchleben des Trauerprozesses
- Häufig körperliche Symptome als Begleiterscheinung
- Individuelle Gestaltung der Trauerarbeit

(vgl. SPECHT-TOMANN /TROPPEL, 2001, S. 63-75)

6. Umgang und Begleitung trauernder Kinder

Die Trauerbewältigung ist bei Kindern und Erwachsenen ein ganz individueller Prozess, wobei Kinder anders als Erwachsene trauern, da sie über andere kognitive und sprachliche Fähigkeiten verfügen.

Zur Auseinandersetzung mit Trauer bzw. Tod brauchen Kinder von Erwachsenen nicht gedrängt werden, da sie sich schützen, wenn sie etwas nicht verarbeiten können oder wollen. Jedoch besitzt der Erwachsene die Fähigkeit und Möglichkeit, Kinder in ihren Trauerprozess zu begleiten.

Voraussetzung für die Begleitung von trauernden Kindern ist jedoch, dass der Erwachsene bereit ist, sich auf die Situation des betroffenen Kindes einzulassen.

Denn: *„Wer Tränen abwischt, macht sich die Hände nass“*.

(<http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf>, 2007, S.33)

Folgende Elemente können beim Umgang mit trauernden Kindern helfen:

6.1. Mit dem Kind über den Tod sprechen

Wichtig ist zuerst einmal eine behutsame Information des Kindes über den bevorstehenden bzw. schon eingetretenen Todesfall. Je nach Alter und Entwicklungsstand des Kindes muss eine kindgerechte Aufklärung über den Tod und seine endgültige Bedeutung gegeben sein.

Kinder können eher mit der Realität leben, wenn der Tod als Tatsache benannt wird. Für Kinder die das Wort „Tod“ noch nicht verstehen, sind Beschreibungen (aber keine Umschreibungen) der Realität des Todes von großer Hilfe. Umschreibungen wie „*Er war müde...*“ oder „*Großvater ist eingeschlafen*“ werden von Kindern oft wörtlich aufgenommen. und können zu großer Verwirrung führen oder Angstzustände im betroffenen Kind hervorrufen.



Die Ursache des Todes muss für Kinder einleuchtend und verständlich erklärt werden, sodass dem Kind versichert wird, keine Schuld am Tod zu haben.

Im Gespräch über den Tod soll auch eine Hoffnung über den Tod hinaus ermöglicht werden. Es ist schon mit jungen Kindern (ab ca. 3 Jahren) möglich, über die christliche Vorstellung des Lebens nach dem Tod zu reden. Wichtig dabei ist die eigene Einstellung bzw. Überzeugung des Erwachsenen, denn Kinder spüren genau ob derjenige auch daran glaubt, was er sagt.

6.2. Nähe und Geborgenheit geben

Das trauernde Kind braucht die Unterstützung und Nähe eines vertrauten Erwachsenen und das Wissen, sich an jemanden wenden zu können, mit dem offene

Fragen, Gefühle und andere Dinge, die im Trauerprozess stattfinden, besprochen werden können.

Körperliche Nähe von Erwachsenen – zum Beispiel auf dem Schoß sitzen, die Hand halten,...- bei Gesprächen, beim gemeinsamen Betrachten von Bilderbüchern oder beim Weinen, gibt Kindern das beruhigende Gefühl von Geborgenheit und Zuwendung.

6.3. Zeit zum Trauern geben

Jedes Kind trauert individuell, und so gestalten sich auch die Trauerphasen von Kind zu Kind unterschiedlich. Während Erwachsene oft die (ev. von der Gesellschaft beeinflusste) Tendenz haben, die Trauerphase abzukürzen und wieder zur alltäglichen Tagesordnung überzugehen, benötigen Kinder oft mehr Zeit.

Kinder müssen auch wissen und erleben, dass Trauer eben Zeit braucht und dieser Gefühlszustand immer wieder kommen kann.

6.4. Begleitung des trauernden Kindes

Kinder benötigen Unterstützung beim Trauern. Während der Trauerzeit ist es für das Kind wichtig zu wissen, von welcher Person es kontinuierlich begleitet wird. Dieses Element der Begleitung hat auch bei den Ritualen wie beim persönlichen Abschiednehmen vom Verstorbenen oder beim Begräbnis eine wichtige Funktion. Oft eignet sich für die Begleitung eine dem Kind vertraute Person, die von der Trauer selbst nicht so stark betroffen ist, damit das Hauptaugenmerk bei der Begleitung wirklich auf das Kind gerichtet ist.

6.5. Gefühlsäußerungen erleichtern und zulassen

Da in unserer Gesellschaft Trauer und die damit verbundenen Gefühle eher tabuisiert werden, ist es besonders wichtig, dem Kind den Zugang zu seinen eigenen Gefühlen zu erleichtern. Dem Kind sollte vermittelt werden, dass es in Ordnung ist, Gefühle zu äußern und zu zeigen.

Aufgrund des ständigen Lernprozesses am Modell, kann auch der Erwachsene vor dem Kind seine Gefühle zeigen. Somit lernt das Kind auch die eigenen Emotionen auszudrücken, bzw. weiß dass es diese zeigen kann. Erwachsene und Kinder können auch gemeinsam weinen. Kinder erfahren, dass es erlaubt ist zu weinen und das das Weinen auch gut tun kann.

Als Gesprächsmedium kann in solchen Situationen eine Handpuppe oder ein Stofftier zur Erleichterung verwendet werden.



6.6. Raum für spielerische Verarbeitung und kindgerechter Rituale geben

Kinder können ihrer Trauer freien Lauf lassen, hemmungslos weinen und im nächsten Augenblick wieder durch intensives Spielen ihre Trauer verarbeiten. Dafür muss dem Kind Raum gegeben werden, um im symbolischen Spiel ihre Erfahrungen und Gefühle aufarbeiten zu können.

Auch Rituale können spielerisch gestaltet werden, um den Trauerprozess des Kindes zu erleichtern (Bsp.: Grabpflege mit selbst gepflückten Blumen oder Basteleien, Oma- Erinnerungssessen, Weiterführen von bestimmten Aktivitäten,...). Diese bieten dann auch immer wieder die Möglichkeit über vorhandene Gefühle zu sprechen und diese aufzuarbeiten.

6.7. Einsatz von Medien und Hilfsmittel

Wie schon erwähnt, kann der Trauerprozess des Kindes durch das kindliche Spiel unterstützt werden. Medien wie Bilderbücher, Puppen oder Stofftiere tragen oft dazu bei, eine spielerische „Brücke“ zwischen Erwachsenen und Kind aufzubauen. Kinder können sich meist besser mit ihren vertrauten Spielsachen identifizieren. Dies erleichtert somit das Gespräch über ungewohnte und bedrückende Gefühle.

Gefühle können auch durch kreative Weise zum Ausdruck gebracht werden (zum Beispiel durch Malen, Schreiben, Musizieren, Bewegung,...)

(vgl. www.diakonie.de/downloads/Kinder-trauern.pdf, 2002, S. 23-27)

7. Kinder beim Begräbnis

Oft stellt sich diese heikle Frage, ob Kinder beim Begräbnis anwesend sein sollen.

Grundsätzlich sei gesagt, dass kein Kind gegen seinen Willen am Begräbnis teilnehmen sollte. Ansonsten gibt es keine Altersgrenze für die Teilnahme.

Wesentlich ist nur die Vorbereitung des Kindes für das Begräbnis. Das Kind sollte auf den Ablauf sowie auf die möglichen entstehenden Gefühle während der Beerdigung gut vorbereitet sein. Während der Beerdigung sollte das Kind wieder ständig von einer vertrauten Person (die selbst nicht zu sehr von eigener Trauer betroffen ist) begleitet werden und für offene Fragen zur Stelle ist. Umso mehr das trauernde Kind in den Ablauf des Begräbnisses eingebunden wird (Gestaltung der Trauerfeier, Bemalung des Sarges, Beigabe von kleinen selbst gemachten Geschenken,...), desto leichter bzw. sinnvoller kann für sie der Abschied werden.

(vgl. www.diakonie.de/downloads/Kinder-trauern.pdf, 2002, S. 19-20)

Ein weiteres Element der Trauerverarbeitung ist auch der Kontakt zum Verstorbenen. Wichtig dabei ist die kindgerechte Vorbereitung (ev. schon am Totenbett, wie z.B.: Aussehen des Leichnams im Vorhinein erläutern, angreifen lassen, etc.) Zu beachten ist auch hier wiederum, die Wünsche des Kindes zu respektieren.

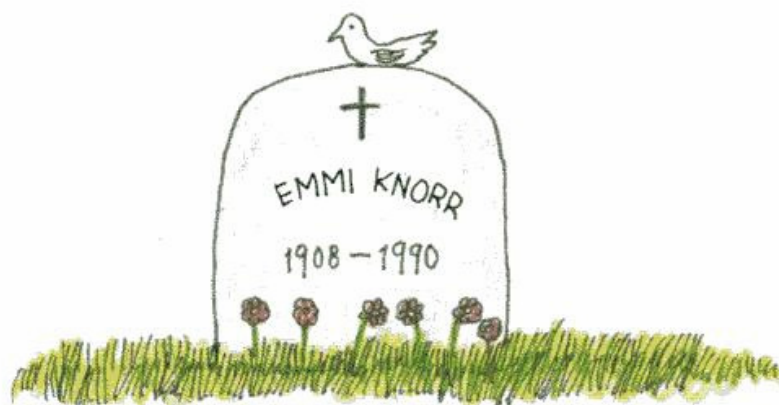
8. Nachwort

Im Verlauf der Abhandlung unseres Themas haben wir erst erkannt, wie umfangreich die Möglichkeiten der Begleitung trauernder Kinder sind.

Die eigentliche Schwierigkeit dieser Arbeit war die Entscheidung, einen geeigneten Auszug der zahlreichen interessanten Teilgebieten zu treffen. Danach war es viel zeitintensive Arbeit, die zum Teil komplexen Kapitel möglichst kurz, unseren Vorgaben entsprechend und doch allgemein verständlich zu beschreiben.

Wir sind der Meinung, dass die Erfahrungen, welche wir beim Schreiben dieser Arbeit gewonnen haben, im Hinblick auf unseren beruflichen Werdegang, aber auch für unsere persönliche Weiterentwicklung von großer Bedeutung sind.

An dieser Stelle möchten wir uns bei unserer Betreuungslehrerin Rosmarie Roier für ihre Unterstützung während der Ausarbeitung bedanken. Weiteres gilt unser Dank unserem Interviewpartner für die Bereitschaft zum Gespräch des Themas Trauerverarbeitung und Bewältigungsstrategien.



Literaturverzeichnis

Specht-Tormann, M., Tropper, D.: Zeit zu trauern. Kinder und Erwachsene verstehen und begleiten. Patmos Verlag, Düsseldorf 2001

Fleck-Bohaumilitzky, C.: Wenn Kinder trauern. In: LebensWert Winter/2005, S. 6-7

Köck, E.: Skriptum für Palliativpflege. S.73

www.diakonie.de/downloads/Kinder-trauern.pdf

letzter Zugriff: 10.03.2007

<http://schulpastoral.drs.de/Grundsatzartikel1.pdf>

letzter Zugriff: 10.03.2007

http://de.wikipedia.org/wiki/Trauer#Trauerprozess_in_vier_Phasen_.28nach_Verena_Kast.29

letzter Zugriff: 20.03.2007