

## **Wenn Opa aus dem Himmel schaut Mit Kindern über den Tod reden**

### **So reagieren Kinder**

Die Zürcher Psychotherapeutin Hanna Wintsch fasst das kindliche Verständnis vom Tod folgendermaßen zusammen:

**Neun Monate bis ein Jahr:** Ist ein Kleinkind in dieser Zeit mit einem Verlust konfrontiert, erfährt es ihn durch die traurige Stimmung und die Gefühle der Eltern.

**Ein bis zweieinhalb Jahre:** Die Beobachtungen von belebt/unbelebt werden auf Pflanzen und Tiere ausgedehnt und weiter differenziert. Tod sein wird als Analogie zu Schlafen, Trennung oder Reise empfunden. Die Redewendung «Er ist entschlafen» kann deshalb bei Kindern Ängste vor dem Einschlafen auslösen.

**Zweieinhalb bis drei Jahre:** Kinder können die Endgültigkeit des Todes noch nicht erfassen. In Rollenspielen, wenn sie etwa einen Verkehrsunfall inszenieren, sagen sie in diesem Alter häufig; «Du bist jetzt schnell tot und dann aber gleich wieder lebendig.» Dreijährige Kinder, die den Verlust einer engen Bezugsperson erleben, haben manchmal bereits klare Vorstellungen vom Tod.

**Drei bis fünf Jahre:** In dieser Lebensphase heisst tot sein für die Kinder reduziertes Leben. Die Todesursache suchen sie vorwiegend in äußeren Faktoren wie Unfall und Gewalt. Körperliche Krankheiten werden noch nicht als Todesursache erkannt.

**Fünf bis acht Jahre:** In diesem Zeitraum erfasst das Kind den Tod zuweilen als etwas Endgültiges. Manchmal wird der Tod personifiziert. Es besteht auch die Vorstellung, dass die Verstorbenen wieder zurückkommen.

**Ab neun Jahren:** Ab diesem Alter verfügen die meisten Kinder (wenn sie gesund sind) über eine genaue Vorstellung von der Endgültigkeit des Todes.

### **Hilfe zum Umgang mit trauernden Kindern – nicht nur für Eltern**

Trauer ist wichtig, auch wenn sie schmerzvoll ist. Trauernde Kinder brauchen deshalb viel Zuwendung und Anteilnahme. Nicht nur die Trauer um eine enge Vertrauensperson, sondern auch die Trauer um ein verstorbenes Haustier soll ernst genommen werden.

#### **Begräbnis**

- Kinder sollen selber entscheiden dürfen, ob sie am Begräbnis teilnehmen wollen.
- Wichtig ist, dass Kinder auf das Begräbnis vorbereitet werden. Erklären Sie genau, was sich dort abspielt. Erzählen Sie auch, dass an Beerdigungen oft geweint wird und dass auch die Kinder weinen dürfen.
- Erklären Sie auch, dass es verschiedene Beerdigungsrituale gibt und dass man den Leichnam mancherorts vor der Bestattung sehen kann, um sich zu verabschieden. Schließlich ist es eine Frage des Einfühlens in das Kind, ob ihm das zugemutet werden kann oder nicht.
- Schwarz ist die Farbe der Trauer. Kinder sollten das wissen.
- Informieren Sie den Pfarrer/die Pfarrerin, wenn Kinder an der Beerdigung teilnehmen.

#### **Rituale**

Die meisten Kinder denken oft noch lange an die Verstorbenen. Deshalb sind Rituale wichtig:

- liebevoll über die verstorbene Person sprechen
- ein Liedchen singen, das an fröhliche Zeiten erinnert
- Erinnerungsgegenstände nicht wegschließen
- eine Kerze zum Gedenken anzünden
- das Grab besuchen und Blumen gießen
- gute Gedanken zu jeder Tageszeit
- ins (Nacht)gebet einschließen

## ***Wenn Opa aus dem Himmel schaut Mit Kindern über den Tod reden***

### **10 Punkte zur Rede über den Tod mit Kindern**

- Kinder nicht um den Tod betrügen
- Das Kind bestimmt Tempo und Weg
- Kinder trauern zu ihrer Zeit
- Trösten, nicht vertrösten (wenn die Worte fehlen, besser schweigen und einfach da sein)
- Hoffnung wecken durch Erzählen der eigenen Hoffnung
- Authentisch sprechen
- Wahrhaftig bleiben (Tote verreisen nicht)
- Altersgerecht über den Tod sprechen (was heißt: Opa ist im Himmel, wo/was ist der Himmel – besser vielleicht: Opa ist bei Gott)
- Der Tod eines nahestehenden Menschen kann das Urvertrauen erschüttern. Um so wichtiger erscheint es, den Kindern nahezubringen, dass Christen im letzten auf Gott vertrauen.
- Elternarbeit

### **Herbst des Lebens**

Was abfallen muss, fällt ab;  
was zu uns gehört, bleibt bei uns,  
denn es geht alles nach Gesetzen vor sich,  
die größer als unsere Einsicht sind.

Rainer Maria Rilke

### **Psalm 23**

Der Herr ist mein Hirte,  
nichts wird mir fehlen.  
Er lässt mich lagern auf grünen Auen  
und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.  
Er stillt mein Verlangen;  
er leitet mich auf rechten Pfaden, treu seinem Namen.  
Muss ich auch wandern in finsterner Schlucht,  
ich fürchte kein unheil;  
denn du bist bei mir,  
dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht.  
Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde.  
Du salbst mein Haupt mit Öl,  
du füllst mir reichlich den Becher.  
Lauter Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang,  
und im haus des Herrn darf ich wohnen für lange Zeit.