

PSYCHISCHE ERSTE HILFE BEI TRAUERNDEN KINDERN:

WINNETOU

VON DIPL. PÄD. HARALD KARUTZ



Grundsätzlich gilt: Kinder sind keine kleinen Erwachsenen; u. U. trauern sie völlig anders als Erwachsene. Dieses Merkblatt beinhaltet Hinweise für die Psychische Erste Hilfe (PEH) bei trauernden Kindern, die nur basierend auf einer Literaturanalyse zusammengestellt worden sind. Eine umfassende Ausbildung kann durch dieses Merkblatt keinesfalls ersetzt werden!

Leitgedanken der PEH bei trauernden Kindern:

- **Kinder sollten so trauern können und dürfen, wie sie es tun.**
- **Kinder und Erwachsene sollten möglichst *gemeinsam* trauern können.**

Häufige Irrtümer bei der Betreuung trauernder Kinder:

1. „Kinder sollten von allem, was mit Tod und Trauer zu tun hat, möglichst ferngehalten werden!“ – Kinder spüren ohnehin die Trauer der Erwachsenen. Werden sie jetzt (z. B. von den Vorbereitungen für die Beerdigung und der Teilnahme an der Trauerfeier) ausgegrenzt, empfinden sie dies u. U. als Bestrafung und entwickeln Schuldgefühle, weil sie sich für den Tod des Verstorbenen verantwortlich fühlen.
2. „Dein Onkel ist friedlich eingeschlafen.“ – Solche Ausflüchte führen u. U. dazu, daß Kinder Ängste vor dem Schlaf entwickeln: Sie können metaphorische Wortbedeutungen meist nicht erkennen.
3. „Dein Bruder ist jetzt im Himmel!“ – Solche Äußerungen sind aus Sicht eines Kindes nicht zu vereinbaren damit, daß der Verstorbene beerdigt worden ist.
4. „Kinder sind zu klein, um das Geschehene bzw. den Tod eines Menschen zu verstehen“ – Zwar stimmt es, daß Kinder Erklärungsansätze entwickeln, die sich von denen der Erwachsenen oftmals deutlich unterscheiden und mitunter zweifellos irrational sind; dies ändert aber nichts daran, daß sich viele Kinder gedanklich sehr intensiv und in zahlreichen Zusammenhängen durchaus mit dem Tod beschäftigen. Das vorhandene Interesse an dieser Thematik sollte nicht übersehen, und die Thematik selbst sollte schon gar nicht tabuisiert werden!

Kontakt und ausführlichere Hinweise:

Harald Karutz, Bildungsinstitut am Elisabeth-Krankenhaus Essen, Beethovenstraße 15, 45128 Essen, Telefon 0201 / 821 47 – 0, Telefax 0201 / 821 47 – 38. © 10.2001

WINNETOU: Regeln zur Betreuung	
W	<ul style="list-style-type: none"> • Wenden Sie sich trauernden Kindern zu! Schenken Sie trauernden Kindern besondere Aufmerksamkeit, zeigen Sie Ihre Liebe und Zuneigung; Vermitteln Sie Sicherheit, indem Sie z. B. Absprachen zuverlässig einhalten und für einen klar strukturierten (halt gebenden) Tagesablauf sorgen.
I	<ul style="list-style-type: none"> • Informieren Sie trauernde Kinder! ... über die laufenden Vorbereitungen für das Begräbnisritual, die geplante Trauerfeier und das bevorstehende Abschiednehmen. Auch die Tatsache, daß jemand gestorben ist sowie die Todesursache sollte in einfachen Worten mitgeteilt werden.
N	<ul style="list-style-type: none"> • Nicht einengen, zensieren, bevormunden! Lassen Sie trauernde Kinder eigene Entscheidungen treffen, z. B. bezüglich der Art des eigenen Abschiednehmens, des eventuellen Ansehens eines Verstorbenen, der Auswahl eines Abschiedsgrusses als Sargbeigabe etc.
N	<ul style="list-style-type: none"> • Nichts verheimlichen, nicht ausschließen, sondern einbeziehen! Lassen Sie trauernde Kinder an allem Anteil nehmen – auch an Ihrer eigenen Trauer. Erklären Sie trauernden Kindern, warum Sie selbst traurig sind und sich möglicherweise ungewohnt verhalten!
E	<ul style="list-style-type: none"> • Ermutigen Sie trauernde Kinder, Fragen zu stellen und eigene Gefühle zu zeigen! • Erlauben Sie trauernden Kindern, so zu trauern, wie sie es tun! Akzeptieren Sie die Art und Weise, in der ein Kind trauert, auch wenn Sie dadurch irritiert sein sollten oder eine andere Vorstellung von „ordnungsgemäßer“ Trauer haben! Zeigen Sie Geduld, Toleranz und Verständnis – auch für Zorn, Unruhe u. andere vorübergehende Verhaltensänderungen.
T	<ul style="list-style-type: none"> • Thematisieren Sie (gemeinsame) Erinnerungen an den Verstorbenen! • Teilen Sie Ihre Trauer! Sehen Sie sich z. B. gemeinsam Fotos oder Videos an, weinen Sie gemeinsam.
O	<ul style="list-style-type: none"> • Offene und v. a. ehrliche Gespräche sind hilfreich, wenn Kinder sie wünschen! Das bedeutet: Texten Sie trauernde Kinder nicht zu, sondern beantworten Sie ihre Fragen ehrlich und mit einfachen Worten.
U	<ul style="list-style-type: none"> • Unternehmen Sie etwas, wenn ein Kind Schuldgefühle entwickelt und langfristig anhaltende Verhaltensänderungen zeigt! Sagen Sie ihm ggf. explizit, daß es unschuldig ist und keine Verantwortung für den Tod trägt. Z. B. Daumenlutschen und Bettnässen, aber auch anhaltende Schulschwierigkeiten sind Anzeichen dafür, daß <i>professionelle</i> Hilfe notwendig ist!