

Workshop

Sterben, Tod, Trauer im Erleben von Kindern und Jugendlichen

Wenn es um Sterben, Tod und Abschied geht, sind Erwachsene häufig unsicher, wollen Kinder und Jugendliche schützen vor unangenehmen Gefühlen, sie schonen vor ihrer Traurigkeit und ihnen eine möglichst unbeschwerte Kindheit bieten. Doch spüren, wissen und können Kinder und Jugendliche oft mehr, als wir Erwachsene ihnen zutrauen. Häufig haben sie ein recht unbefangenes Umgehen mit dem Tod und ein inneres Wissen, von dem Erwachsene einiges lernen können. Und sie haben ein elementares Recht, an allem beteiligt zu sein, was ihr Leben angeht – auch mit seinen schmerzhaften Seiten.

Wenn wir sie mit einbeziehen und ihnen erlauben, alle Gefühle und Reaktionen zu leben, oder auch sie zu ungewöhnlichen Fragen ermuntern, oder uns mit ihnen gemeinsam auf das Sterben und den Tod eines nahen Menschen vorbereiten, sind sie bestens gestärkt für ein selbst bestimmtes Leben, in dem es immer wieder auch um Abschiednehmen geht.

Kinder, die Sterben, Tod und Trauer in ihrer Umgebung nicht miterleben dürfen, oder darüber nicht ausreichend und wahrheitsgetreu informiert werden, spüren genau (auch wenn wir das nicht merken), wenn ihnen etwas vorenthalten wird – und das irritiert sie, weil sie mit ihren unterschiedlichen Wahrnehmungen die Orientierung verlieren. Sie können es als Ausgeschlossen-sein bis hin zum Vertrauensbruch empfinden, und sind mit ihren Gefühlen und Phantasien zum Geschehen allein gelassen.

Wenn es uns jedoch gelingt, Zeiten des Sterbens und der Trauer bewusst miteinander zu erleben, kann dies ein gemeinsamer „Schatz“ für alle beteiligten Personen sein, egal welchen Alters – *wir haben sogar dies zusammen erlebt, gestaltet, ausgehalten*. Das stärkt unsere Verbindung miteinander und mit den verstorbenen Menschen, und steht uns als tragende Erfahrung zur Verfügung, weil sie zu unserem gemeinsamen Leben gehört.

Der Workshop gibt interessierten Erwachsenen Raum,

- ihre Vorstellungen wahrzunehmen und Fragen zu stellen
- sich an eigene Erfahrungen zu erinnern – als Kind / Jugendliche bzw. mit Kindern / Jugendlichen – und an damit verbundene Bedürfnisse und Fähigkeiten, Herausforderungen und Unsicherheiten. Was war und ist hilfreich?
- sich mit Todesvorstellungen und Trauererleben in den verschiedenen Altersstufen zu befassen und damit, wie Kinder und Jugendliche einbezogen und unterstützt werden können.

Sigrid Schäfer, Trauerbegleiterin und Systemische Familientherapeutin