

*Handreichung
für Lehrkräfte und
Erzieher/innen*



Vom Umgang mit Trauer in der Schule



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

Vom Umgang mit Trauer in der Schule

Handreichung für Lehrkräfte und Erzieher/innen

Die Autoren	2
Vorwort	3
1 Kinder und Jugendliche trauern anders	4
2 Reaktionen in der Trauer	6
3 Warum soll die Schule trauern?	8
3.1 Wie sage ich es der Klasse?	9
3.2 Trauerort und Trauerrituale	13
3.3 Ängste	15
3.4 Schuld und Schuldgefühle	16
3.5 Elternarbeit/Elternabend	17
3.6 Besondere Tage	19
3.7 Der Tod eines Lehrers/einer Lehrerin	20
3.8 Wann brauche ich Hilfe von Außen?	21
4 Suizid	23
5 Ein Elternteil ist gestorben	25
6 Ein Geschwisterkind ist gestorben	26
7 Wie kann ich als Lehrer/Lehrerin einem trauernden Kind/Jugendlichen begegnen?	27
8 Umgang mit den Eltern eines verstorbenen Kindes	32
9 Trostworte, die nicht trösten	33
10 Empfohlene Literatur	34
11 Hilfreiche Adressen	36
Impressum	40



Die Autoren

- *Pfarrer Uwe Becker*
Birkenweg 4, 78183 Hüfingen
Telefon 077 07/98 81 06, Email pfr.uwebecker@t-online.de
Notfallseelsorger bei Feuerwehr, Polizei und Rettungswesen.
Krisenmanagement mit Team an Schulen im baden-württembergischen Raum. Gegenwärtig Militärpfarrer bei der Bundeswehr.
Vorbereitung auf Auslandseinsätze (Stress und Stressmanagement)

- *Hanne Shah*
Bergheimer Weg 14, 70839 Gerlingen
Telefon 071 56/2 38 03, Email hanne.shah@t-online.de
Betroffene Mütter, seit Jahren praktische Erfahrungen mit trauernden Kindern

Mit freundlicher Unterstützung von

- *Gerlinde Mock*
Seit 1997 Trauerbegleiterin von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen und deren Eltern an der Trauerberatungsstelle bei »Ruf und Rat« im Karl-Adam-Haus, Hospitalstraße 26, 70174 Stuttgart, Telefon 0711/2 26 20 55
- *Anja Wiese*
Hauptamtliche Trauerbegleiterin bei »Verwaiste Eltern Hamburg« und Mitglied im Vorstandsteam des *Instituts für Trauerarbeit (ITA) e.V.* in der Bogenstrasse 26, 20144 Hamburg, Telefon 040/54 00 09 15)

Vorwort



Abschied, Verlust und Trennung gehören in vielfältiger Form zu unserem Leben. Die Fähigkeit zu trauern ermöglicht den Umgang mit diesen Anforderungen. Alle Menschen besitzen diese Fähigkeit, und bei jedem Einzelnen äußert sie sich anders. Dennoch ist sie mehr als ein individueller Prozess, den jeder alleine bearbeiten sollte. Trauer braucht ihren Platz in der Gesellschaft und gehört zum Leben in jeder Gemeinschaft dazu. Sie sollte weder bekämpft noch ignoriert sondern durchlebt werden.

Schule als Ort täglicher sozialer Begegnungen kann sich diesem Thema nicht entziehen. Ein Schüler/eine Schülerin stirbt, ein Lehrer/eine Lehrerin kommt ums Leben, ein Elternteil, ein Geschwisterkind ist verstorben – wie gehen wir in der Schule damit um?

Jede/r Einzelne ist zunächst gefordert, sich zu fragen, wie er/sie dem Thema Tod und Trauer gegenüber steht. Welche Erfahrungen und Gefühle verbinden wir selbst mit diesen Themen?

Die vorliegende Handreichung kann dies niemandem abnehmen. Sie möchte sensibilisieren für den Umgang mit Trauer, Verständnis wecken für die davon Betroffenen und deren unterschiedliche Reaktionen auf Verlust und Abschied. Ferner ermutigt sie, offen mit der Trauer umzugehen, authentisch zu bleiben und sich auch Hilfe bei Kollegen und Kolleginnen sowie außerschulischen Partnern zu holen. So kann Schule als verlässlicher, bekannter und strukturierter Raum mit den Lehrkräften als wichtigen Bezugspersonen Sicherheit und Unterstützung bieten.

Das Autorenteam macht Mut, sich dem Thema zu stellen, zeigt es doch auf, welche große Wirkung auch die kleinen Dinge in diesem Zusammenhang erzielen können.

*Corinna Ehlert, Psychologierätin
Ministerium für Kultus, Jugend und Sport*



1 Kinder und Jugendliche trauern anders

Kinder trauern nicht so wie wir Erwachsene uns das oft vorstellen. Sie springen in die Trauer hinein und auch wieder heraus. Sie lachen, streiten sich und toben herum, um Minuten später in Tränen auszubrechen, die für Außenstehende nicht erklärbar sind. Oftmals ist der Schock über den Verlust so groß, dass man den Kindern gar nichts anmerkt – sie funktionieren einfach weiter.

Ihr Verhalten nach dem Tod eines nahen Angehörigen ist so unterschiedlich wie die Kinder selbst. Verdrängen, Rückzug, albernes, aufgedrehtes Verhalten, Aggressionen, alles ist denkbar und normal.

Für Kinder und Jugendliche, die ein Elternteil oder ein Geschwisterkind verloren haben, ist zu Hause eine Welt zusammengebrochen. Nichts ist mehr wie früher, wird nie mehr so sein. Sie leiden nicht nur unter dem Verlust, sondern auch unter dem meist veränderten Verhalten der zurückbleibenden Familienangehörigen. Gerade in dieser Zeit brauchen die Schüler dringend die Normalität in der Schule. Dies ist ihr zweites Zuhause, der Ort, an dem sie viel Lebenszeit verbringen.

In der Schule können sie für kurze Zeit vergessen oder verdrängen. Ihr Verhalten ist oft nach außen angepasst, sodass es einem als Erwachsenen nicht schwer fällt, so zu tun, als wäre nichts passiert.

Aber genau das ist das Problem.

Einerseits wollen trauernde Schüler nicht aus der Masse gehoben werden, andererseits fühlen sie sich ständig anders.

Sie wollen nicht sprechen, aber es kränkt sie, wenn sie nicht angesprochen werden.

Sie leben in einem ständigen Zwiespalt und fühlen sich oft missverstanden.

Sie spüren, dass man sie beobachtet, und wissen die bedauernden Blicke nicht zu deuten.

Kurz nach dem Tod des geliebten Menschen sehnen sich diese Kinder und Jugendlichen oft besonders nach Normalität. Sie verhalten sich wie »immer«, was von vielen Erwachsenen falsch gedeutet wird. Sie halten die Kinder und Jugendlichen für kalt und gefühllos und äußern dies mitunter auch.

Allerdings erwarten oft genau diese Erwachsenen, dass die Trauernden nach wenigen Monaten wieder »normal« sind. Trauer und Rückzug stoßen dann auf Unverständnis. Äußerungen wie *»Ich dachte, nach einem Jahr sei alles vorbei«*, sind keine Seltenheit.

Bei jedem Einzelnen ist die Dauer der Trauer sehr unterschiedlich. Unterdrückte Trauergefühle schlummern und können entweder in der Pubertät oder auch im Erwachsenenalter explosiv zum Vorschein kommen. Dann bedürfen sie oft psychotherapeutischer Behandlung.



2 Reaktionen in der Trauer

Trauer ist eine außerordentlich individuelle Angelegenheit. Kinder, Jugendliche sowie Erwachsene reagieren höchst unterschiedlich auf einen schweren Verlust. Trotzdem gibt es einige Reaktionen, die bei einem Großteil der Trauernden ähnlich sind.

Schock

Der Gedanke an den Tod ist so überwältigend, dass manche Kinder sich verhalten, als sei gar nichts geschehen. Im Gegenteil, sie sind besonders aufgedreht und albern. Diese Betäubung ist gesund, da sie das Kind davor schützt mit zuviel Schmerz und Realität auf einmal fertig werden zu müssen.

Körperliche Erscheinungen

Manche Trauernden werden körperlich krank. Sie leiden unter Kopf- und Bauchschmerzen, manche bekommen Fieberschübe. Viele leiden außerdem unter Schlafproblemen, Müdigkeit, mangelnder Energie und Appetitlosigkeit, was sich wiederum direkt auf die Schulleistungen auswirken kann.

Zorn

Wenn der erste Schock nachlässt, werden viele Trauernde unglaublich wütend. Wut, Hass, Schuldzuweisungen, Zorn und Eifersucht sind für sie oftmals einfach ein Weg, um gegen die Realität des Todes zu protestieren. Ihre Wut kann sich gegen die Ärzte richten, gegen Gott oder den Verstorbenen selbst, von dem sie sich im Stich gelassen fühlen.

Schuldgefühle

Oftmals leiden trauernde Kinder und Jugendlichen unter Schuldgefühlen. Sie denken dann, dass der Tod etwas damit zu tun hat, dass sie sich falsch verhalten haben, dass sie nicht artig waren. Oder ein zurückbleibendes Geschwisterkind macht sich Vorwürfe, weil es mit dem Bruder oder der Schwester gestritten hat.

Angst

Die Kinder fürchten oft, dass sie selbst oder ein anderes Familienmitglied sterben könnten. Angst lähmt. Sie bindet die Energie, die Kinder für ihre Entwicklung brauchen. Kinder, die einen nahen Verwandten durch einen schweren Verkehrsunfall verloren haben, und die womöglich noch selbst dabei waren, sind meist traumatisiert.

Entwicklungsrückschritte

Verhaltensauffälligkeiten können auftreten oder sich verstärken. Die Konzentration kann nachlassen, das Kind, der Jugendliche, vergisst mitunter auch schon Gelerntes.

Unter der Angst, den Verstorbenen zu vergessen, leiden besonders Grundschulkinder. Oft wissen sie nach einem Jahr wirklich nicht mehr, wie der Verstorbene ausgesehen hat oder wie seine Stimme klang. In Gedanken versuchen sie dann das, was sie noch wissen, »festzuhalten«. Sie leben nicht, wie andere Kinder, in der Gegenwart, sondern in der Vergangenheit und in einer Traumwelt. Auch das behindert eine »normale« Entwicklung.

Andere trauernde Jugendliche werden wiederum übermäßig reif. Manche übernehmen zu Hause die Rolle der verstorbenen Mutter oder des verstorbenen Vaters. Für sie ist es besonders wichtig, dass sie in der Schule auch einmal unbefangene herumalbern dürfen.



3 Warum soll die Schule trauern?

von Pfarrer Uwe Becker

»Als in meiner Klasse ein Klassenkamerad plötzlich verstorben war, kam der Lehrer rein und sagte: Der Herbert ist tot, holt bitte eure Erdkundebücher heraus, wir wollen weitermachen.«

So schildert eine Mutter die Überbringung einer Todesnachricht durch ihren Lehrer aus ihrer Schulzeit. Gleichzeitig ist sie dankbar dafür, dass sie es nun in der Klasse ihres Sohnes ganz anders erleben darf.

Haben es die Lehrer vor dreißig Jahren nicht gespürt, was sie mit dieser knappen Mitteilung bei den Schülern bewirkt haben? Ich denke, sie haben es gespürt. Meines Erachtens spürte man dann jedoch das eigene Unvermögen, adäquat mit einer solchen Situation umzugehen. Die kurz gehaltene Information und der Übergang in den normalen Unterricht erscheinen mir eher als Flucht in das Gewohnte, bei dem ich mich sicher fühle. Gedanklich mag dann die Trauer als Aufgabe an das Elternhaus delegiert worden sein.

Was ist heute anders geworden?

Schüler verbringen einen deutlichen Zeitraum am Tag in der Schule. An manchen Tagen sind sie mehr mit ihren Klassenkameraden als mit ihren Eltern zusammen. Daher ist es wesentlich, die Verarbeitung des Todesfalls in der Schule (unabhängig davon, ob er wirklich in der Schule passiert ist) nicht auf das Zuhause der Schüler zu verlagern. Getrauert soll dort werden, wo man seine Beziehungen lebt. Deshalb kann die Schule nicht ausgespart werden. Getrauert werden soll in der Gruppe, aus der jemand, oftmals unerwartet, herausgerissen wurde.

Daher kommt der Schule in der Bewältigung der Trauer eine besondere Aufgabe zu. Wird dieses durch strikte Anweisungen oder andere Signale unterdrückt, muss man sich nicht wundern, wenn der Trauerprozess Formen annimmt, die man so in der Schulgemeinschaft nicht wollte und die man im Nachhinein auch schwerlich unter Kontrolle hat.

3.1 *Wie sage ich es der Klasse?*

Wenn ein Schüler Ihrer Klasse nach einer schweren Krankheit gestorben ist, hatten Sie als Lehrer und Ihre Schüler Zeit, sich innerlich auf das Kommende vorzubereiten. Die Mitschüler haben mitbekommen, dass ihr Schulkamerad vielleicht über längere Zeit gefehlt hat. Dies erleichtert das Sprechen über den Tod ein wenig. Manches wurde in den Wochen vor dem Tod bereits angesprochen, was jetzt eine Endgültigkeit erhält.

Schwieriger ist die Situation bei einem plötzlichen Tod durch Unfall, Mord oder Suizid. Noch eben hat man mit ihr/ihm gesprochen, und nun ist der Platz leer. Meistens liegen noch Utensilien im Klassenraum, Bilder etc., die an ihn/sie erinnern, doch die Tür bleibt verschlossen, durch die er/sie sonst immer herein gekommen ist. Erschwert wird die Situation in den Fällen, in denen die Klasse oder Lehrer eine Mitschuld an dem Tod tragen. Dabei unterscheide ich reale Schuld von Schuldgefühlen, die fast immer in dieser Situation auftreten, mit denen aber anders umgegangen werden kann.

Haben Sie keine Angst vor den kommenden Stunden und Tagen. Die Erfahrung zeigt, dass ein solches Ereignis die Schulgemeinschaft in einer besonderen Weise zusammenschweißen kann, wenn diese Todeserfahrung miteinander im Guten bewältigt wird.

Die Überbringung einer Todesnachricht sollte nicht alleine durchgeführt werden. Zum einen ist es gut, dass eine vertraute Person diese Nachricht überbringt (Klassenlehrer/in, Vertrauenslehrer/in), zum anderen entsteht durch die Verbundenheit zum Schüler auch bei der Lehrkraft eine emotionale Betroffenheit, deren Auswir-

kungen im Vorfeld nur schwer einzuschätzen sind. Grundsätzlich schämen Sie sich Ihrer Tränen nicht. Mittrauern verbindet und ist kein Zeichen von Schwäche. Andererseits ist es in der Situation gut, jemanden bei sich zu haben, der dem Verstorbenen nicht so nahe stand (Rektor/in, Religionslehrer/in, Ethiklehrer/in, Vertrauenslehrer/in). In diesen Fällen kann dann die Gesprächsführung abgegeben werden, bis man selbst wieder die Fassung erlangt hat. Nehmen Sie hierfür auch von außen Hilfsangebote an, falls sie zur Verfügung stehen.

Die Überbringung der Todesnachricht sollte so schnell wie möglich geschehen. Gemeinsam die Nachricht in einer herbeigeführten Situation zu erhalten, ist besser, als sie als Gerücht im Bus, oder auf dem Schulhof oder über SMS/Handy mitgeteilt zu bekommen. Unterschätzen Sie nicht, wie schnell sich ein solches Ereignis herum spricht, oftmals verbunden mit Falschheiten, Teilwahrheiten oder Gerüchten.

Falls die Nachricht am Morgen zur Unterrichtszeit überbracht wird, sollte die Schulzeit nicht verkürzt werden. Es ist schlecht, wenn der Schüler nach Hause kommt und, belastet mit diesen Informationen, niemanden zum weiteren Gespräch zur Verfügung hat. Fragen Sie gegen Ende des Gesprächs, wie sich bei den Schülern die häusliche Situation gestaltet.

Lassen Sie vom Sekretariat für die betroffene Klasse eine Kurzinformation an die Eltern schreiben. Inhaltlich sollte das Ereignis kurz benannt werden, der weitere Schulablauf in den kommenden Tagen skizziert sein, eventuell mit einer Einladung zu einem Elternabend am darauf folgenden Abend, an dem näher informiert wird.

Je schneller und umfassender Sie die Eltern informieren, umso mehr dürfen Sie eine Zusammenarbeit und Unterstützung in dieser Zeit erfahren.

Durchbrechen Sie die übliche Sitzordnung Ihrer Klasse und gestalten Sie, wenn möglich, einen Stuhlkreis eventuell mit einer Mitte (zum Beispiel Kerze). Machen Sie durch Äußeres deutlich, dass nun kein Unterricht läuft (zum Beispiel, kein Melden bei Äußerungen, usw.).

Vereinbaren Sie, dass Gefühle und Äußerungen der Schüler im Klassenraum verbleiben. Der Tod und die eigene Betroffenheit ist ein sehr persönliches Thema. Für eine Öffnung meiner Gedanken und Gefühle brauche ich einen geschützten Raum.

Beginnen Sie mit den Fakten des Geschehens. Umschreiben Sie die Umstände nicht, sondern erklären Sie, wie es zum Tod kam. Auch bei Suizid muss die Todesursache genau benannt werden. Je deutlicher Sie in diesem Bereich informieren, umso besser beugen Sie aufkommenden Gerüchten vor. Ich betone dies deshalb so stark, weil durch Gerüchte (verbunden mit jugendlichen Phantasien) um das Ereignis herum Ängste geweckt werden können, die im Nachfolgenden zu Belastungen führen. Lassen Sie sich aber auch nicht auf Spekulationen und Folgerungen ein, von denen Sie keine Kenntnis haben. Hierzu gehören auch Schuldzuweisungen, die vielleicht nach Klärung der näheren Umstände so nicht mehr haltbar sind.

Je offener und ehrlicher Sie mit den Schülern ins Gespräch kommen, umso mehr werden sich auch die Schüler mit ihren Nöten, Gedanken und Ängsten öffnen. So kann in dieser Situation Vertrauen wachsen:

Lassen Sie nun Zeit für Reaktionen. Es darf auch geschwiegen werden. Nehmen Sie im Gespräch die Reaktionen auf. Das Gespräch kann dann unter den folgenden Themen weitergehen:

- *Was bedeutet dieser Tod für mich?*
- *Wie gehe ich mit dieser Situation nun um?*
- *Auf welche Gedanken bringt mich der Tod?*
- *Was bedeutete mir der Verstorbene?*

Danach wird es Fragen zum weiteren Ablauf, zur Beerdigung, zu Abschiedsritualen und zum Umgang mit den persönlichen Sachen in der Schule sowie dem Umgang mit den Eltern des Klassenkameraden geben. Dieses Gespräch wird sicherlich je nach Altersstufe/Entwicklungsstufe der Schüler unterschiedlich verlaufen. Passen Sie die oben genannten Gesprächsanregungen der Altersstufe an.

Machen Sie dann eine Pause, in der die Klasse jedoch unter sich bleiben sollte. Vielleicht stehen Getränke zur Verfügung.

In einem zweiten Teil können Anregungen vom ersten Teil bereits umgesetzt werden (zum Beispiel Abschiedsbrief), oder andere entlastende Elemente wie zum Beispiel ein Spaziergang eingebaut werden. Hierbei sollte die Lehrkraft jedoch von anderen unterstützt werden. Ein Spaziergang gibt gute Möglichkeiten, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Doch eine Einzelperson ist dabei überfordert.

Ingesamt ist es von Vorteil, sich schon vor einem derartigen Geschehnis mit der Frage nach dem Tod und was danach ist, persönlich auseinander zu setzen.

3.2 *Trauerort und Trauerrituale*

Für uns Menschen ist es wichtig, einen *Ort* zu haben, an dem wir trauern können. Meine Erfahrung als Pfarrer hat gezeigt, dass es für viele Menschen ein Problem ist, wenn sie einen solchen Ort nicht haben. Daher muss sich auch die Schule über solch einen Platz Gedanken machen, insbesondere für die ersten Tage (später wird diese Aufgabe manchmal durch das Grab übernommen). Je nach Betroffenheit der gesamten Schule kann dieser Ort sehr zentral liegen oder aber zumindest vor/in dem Klassenzimmer der betroffenen Klasse eingerichtet werden. Oftmals wird ein Tisch hergerichtet, auf dem sich ein Bild des Verstorbenen befindet. Kerzen und Blumen zieren den Tisch, die Bibel, ein Buch, in dem Gedanken und Trauer ausgedrückt werden können. Wesentlich ist, dass dieser Ort eine gute Zugangsmöglichkeit hat. Außerdem sollten die Schüler dort die Möglichkeit haben, ungestört zu trauern.

Bedenken Sie auch, dass der Schüler sicherlich Bekannte und Freunde in anderen Klassen hatte. Auch ihnen sollte eine gute Zugangsmöglichkeit geschaffen werden.

Treffen Sie eine Vereinbarung mit dem/der Rektor/in der Schule über die Dauer dieser Einrichtung.

Ein zweites sind *Trauerrituale*. Sie helfen, mit dem Unbegreiflichen leichter umzugehen, haben also eine entlastende Funktion. Insbesondere bei der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen erfordern Trauerrituale verstärkt auch eine Gegenständlichkeit. Wie bereits oben angedeutet, können in den einzelnen Phasen der Begleitung Rituale eingebaut werden.

Beispiele für Trauerrituale

- Stuhlkreis mit einem Tuch in der Mitte und einer Kerze für den Verstorbenen
- Eine Andacht, die das Erfahrene aufnimmt und Worte des Trostes findet
- Gedenkminuten an dem Ort des tragischen Geschehens (eventuell mit Gebet)
- Die Mitschüler können etwas für das Grab basteln
- Briefe an den Verstorbenen schreiben, die zum Inhalt haben, was man ihm noch sagen wollte. Sie können vielleicht mit ins Grab gelegt oder den Eltern als eine Art Kondolenzbuch überreicht werden.
- Zeichen der Hoffnung setzen:
Vielleicht gibt es auf dem Schulhof einen Platz, wo man ein Bäumchen zum Gedenken pflanzen kann. Zeichenhaft wird etwas Neues gesetzt, ohne das Alte zu vergessen.

Geben Sie dem Verstorbenen auch im Klassenzimmer weiterhin seinen Raum. Wie zu Hause tut es auch in der Schule gut, nicht gleich alle Spuren des Verstorbenen zu beseitigen. Oftmals wird von den Schülern gewünscht, dass die Bücher noch am Platz liegen bleiben, erstellte Bilder ausgestellt bleiben, eine kleine Kerze auch an seinem Platz in der Klasse brennt. Kommen Sie mit der Klasse ins Gespräch, wie und für welchen Zeitraum dies sein soll.

Es ist eine Form der Wertschätzung, wenn derartige Zeichen gesetzt werden. Das Alte wird noch ein wenig festgehalten, damit der Übergang zum neuen nicht zu abrupt ist. Vereinbaren Sie mit den Eltern, bis wann die persönlichen Gegenstände zurückgegeben werden sollten.

3.3 *Ängste*

Wenn ein Klassenkamerad gestorben ist, kommen oft auch bei den Mitschülern Ängste auf, das gleiche könnte ihnen passieren. Versuchen Sie diese Äußerungen im Gespräch offen aufzunehmen. Machen Sie deutlich, dass diese Ängste nach einem solchen Ereignis normal sind, aber oftmals keinen realen Hintergrund haben. Sie können oft durch Malen zum Ausdruck gebracht werden.

Verläuft der Trauerprozess normal, klingen diese Ängste in den kommenden Wochen ab. Wenn nicht, sollte die Person therapeutische Hilfe in Anspruch nehmen.

3.4 *Schuld und Schuldgefühle*

Kein Mensch hat nur Freunde. Deshalb spielt auch die Stellung des Verstorbenen in der Klasse eine Rolle. Was ist im Vorfeld des Todes im Klassenverband gelaufen? Gerade bei Suizid ist es nicht unerheblich, ob derjenige ausgegrenzt oder gehänselt wurde.

In diesem Bereich unterscheidet man zwischen realer Schuld und Schuldgefühlen. Reale Schuld an einem Tod kann durchaus vorhanden sein, davon unabhängig gibt es sehr oft aber auch das Phänomen der Schuldgefühle. Viele stellen sich in dieser Extremsituation die Frage, ob sie nicht in irgendeiner Weise Schuld an dem Tod haben. Auch dieses ist in solch einer Situation normal. Dabei werden gedankliche Konstrukte erstellt, die mit der Realität wenig oder nichts gemeinsam haben (wenn ich mit ihm nicht gestritten hätte, wäre der Verkehrsunfall nicht passiert).

Für den Lehrer ist es im Gespräch wesentlich, um diese Unterscheidung zu wissen. Während im Bereich Schuldgefühle andere Erklärungsmuster für den Tod gefunden werden können, ist es bei einer realen Schuld (eventuell Kollektivschuld) wesentlich, auch Negatives offen aussprechen zu können. Das Gesagte darf dann nicht bagatellisiert oder uminterpretiert werden. Hierbei ist es hilfreich, falls es nur Einzelne betrifft, auf ein Gespräch im kleinen Kreis/Einzelgespräch zu verweisen.

Ein »geschützter Raum« ist für dieses Thema wichtig.

3.5 *Elternarbeit/Elternabend*

Wenn ein Schüler mit der Todesnachricht nach Hause kommt, fühlen sich viele Eltern mit der Situation überfordert.

Zum einen haben sie als nicht direkt Betroffene ein Informationsdefizit. In dieser Extremsituation werden oftmals die gesamten Zusammenhänge von den betroffenen Schülern nicht ganz durchschaut. Manches bleibt fraglich, wird subjektiv gedeutet oder gar nicht angesprochen.

Andererseits erleben die Eltern nun ihr Kind als eine leidende Person. Schlafdefizite, Appetitlosigkeit, Unruhe, Gereiztheit, In-sich-gekehrt-sein können Folgen einer Auseinandersetzung mit dem Tod sein. Daher entsteht auch bei den Eltern ein Leidensdruck, Maßnahmen zur Besserung der Situation zu ergreifen. Werden von der Schule keine Schritte auf die Eltern zu gemacht, sieht man sich unter Umständen verschiedenen Elterninitiativen gegenüber, die die Kräfte eher zerteilen als bündeln.

Was bei der Überbringung der Todesnachricht an die Schüler gilt, gilt auch für die Elternarbeit. Sobald es möglich ist, sollte die gemeinsame Information und Arbeit aufgenommen werden.

Es hat sich in der Praxis erwiesen, dass ein Elternabend am Tag nach dem Geschehen sinnvoll ist. Die Moderation sollte hierbei von einer nicht betroffenen Person übernommen werden. Inhalt dieses Abends wäre eine genaue Information über den Sachverhalt. Dabei können auch, je nach Fall, Personen aus dem Bereich von Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst hinzu gezogen werden. Sie tragen zu einer sachlichen Informationsvermittlung sowie zu einer objektiven Beurteilung des weiteren Verlaufs des Geschehens bei.

Dann sollte Zeit für Äußerungen zur eigenen/familiären emotionalen Betroffenheit gelassen werden. Es gab auch schon Abende, an denen sich die Eltern des Verstorbenen beteiligt haben. Insgesamt kann dies nur positiv bewertet werden. Es eröffnen sich Möglichkeiten, Ungeklärtes anzusprechen und den Trauernden einen Ausdruck der gemeinsamen Verbundenheit in dieser Situation mitzuteilen. Auch hier dürfen Tränen sein.

Wesentlich ist, dass der Moderator die emotionale Distanz hat. In vielen Fällen besteht eine Unsicherheit, wie man als Einzelner der betroffenen Familie begegnen soll, was durch eine solche gemeinsame Begegnung durchbrochen wird.

In einem dritten Teil können Informationen gegeben werden, wie die Schule mit der Situation weiter umgehen wird. Fragen der Beteiligung an der Beerdigung u.a. haben hier ihren Raum.

3.6 *Besondere Tage*

Auch wenn im Laufe der Zeit die Betroffenheit abnimmt, gibt es Tage, die einem die verstorbene Person in besonderem Maße wieder präsent sein lassen. Hierzu gehören zum Beispiel der Geburtstag und der Todestag.

Gedenken Sie an solchen Tagen mit der Klasse des verstorbenen Schülers.

Ein Jahr nach dem plötzlichen (krankheitsbedingten) Tod eines Schülers aus der 3. Klasse wurde ich als Pfarrer gebeten, eine kleine Gedenkfeier am Grab des verstorbenen Kindes zu gestalten. Hierzu kamen die Eltern mit ihren Kindern. Die Kinder hatten Blumensträuße und kleine Zettel mit persönlichen Gedanken vorbereitet, die sie während der Feier auf das Grab niederlegten. Es wurde deutlich, dass auch nach einem Jahr der verstorbene Mitschüler seinen Ort im Inneren der Kinder hatte. Dies offen anzusprechen und darüber zu reden, führt nicht zu einer Retraumatisierung, sondern fördert den natürlichen Trauerprozess.

Des Weiteren ist an solchen Tagen auch ein Gespräch darüber möglich, was jedem einzelnen von dieser Person geblieben, bedeutsam und einprägsam ist. Wichtig erscheint mir, dass wir als Erwachsene Zeichen setzen für einen offenen Umgang mit den Erfahrungen von Tod und Trauer.

3.7 *Der Tod eines Lehrers/einer Lehrerin*

Im vorherigen Teil wurde vom Tod eines Schülers gesprochen. Es passiert aber auch immer wieder an Schulen, dass eine Lehrkraft durch einen Verkehrsunfall oder aus gesundheitlichen Gründen zu Tode kommt.

Prinzipiell gelten für die Verarbeitung dieses Ereignisses innerhalb der Schule die gleichen Empfehlungen. Darüber hinaus sind zwei Punkte zu beachten.

Schüler haben oftmals den Wunsch, der Familie des Verstorbenen ihre Trauer zu bekunden. Doch ist der Kontakt selten so eng wie zu Eltern eines Schulkameraden. Hierbei kann ein Lehrer als Mittler fungieren. Zum einen, um zu berichten, wie es der Familie in der Trauerzeit geht, und zum anderen, um Trauerbekundungen der Schüler an die Familie zu übermitteln.

Haben die Schüler einen Lehrer oder eine Lehrerin verloren, der/die eine besondere Stellung gegenüber der Klasse hatte, ist die Betroffenheit noch größer (zum Beispiel Klassenlehrer/in). Fällt eine derartige Vertrauensperson aus, ist es wichtig, dass gerade in der Zeit der Krise eine andere Person diese Position des Vertrauens einnimmt. Ein steter Lehrerwechsel, um die Ausfallszeiten zu überbrücken, ist kontraproduktiv.

So ist die Frage von Schülern: *»Wer kümmert sich jetzt um uns?«*, in solchen Fällen zu verstehen. Hierfür eine Person auszusuchen, die bereits Kontakte zur Klasse hat, erleichtert sicherlich das Miteinander in den folgenden Tagen und Wochen.

3.8 *Wann brauche ich Hilfe von Außen?*

Krisen erfordern, um sie zu bewältigen, einen großen Kraftaufwand. Die Arbeit der Bewältigung auf mehrere Schultern zu verteilen, hilft jedem einzelnen.

Daher sollte man in solch einer Situation klären, wer schulintern als Hilfe zur Verfügung steht. Gedacht ist an Kollegen, die sich fachspezifisch mit Lebensfragen und Krisen auseinandersetzen (Religionslehrer/in, Ethiklehrer/in, Vertrauenslehrer/in).

Darüber hinaus gibt es verschiedene Möglichkeiten, auch von außen Hilfe zu erhalten. Zum einen können Beratungsstellen bzw. Ansprechpartner wie »Verwaiste Eltern« mit einbezogen werden, zum anderen helfen im Bedarfsfall auch die Ober-/Schulämter bei der Vermittlung weiter. Auch im kirchlichen Bereich, der oftmals durch Beerdigung und Trauerbegleitung der Familie einbezogen ist, kann für solche Aufgaben angefragt werden.

Mittlerweile existieren auch Krisenteams, die sich auf den Bereich Krisenbewältigung in der Schule spezialisiert haben. Hilfreich sind derartige Teams deshalb, weil sie zum einen eine Ausbildung und einen Erfahrungsschatz haben, der gerade in schwierigen Einzelsituationen Halt geben kann, zum anderen die nötige Distanz haben, um Leitungsrollen in der Krisenbewältigung zu übernehmen.

Bedenken Sie, dass Sie als betroffener Lehrer nicht alles leisten müssen. Gerade da, wo Sie spüren, dass eine starke emotionale Betroffenheit da ist, sollten Sie das gegenüber der Schulleitung signalisieren, um andere Wege zu suchen.

3
Warum soll
die Schule
trauern?

3.8
Wann
brauche ich
Hilfe von
Außen?

Doch unterschätzen Sie die Wirkung einer wortlosen Anwesenheit bei der Trauerbewältigung nicht. Auch wenn Sie Gespräche im Augenblick nicht führen können, wäre es sicherlich wünschenswert, wenn Sie in der Klasse anwesend sind. Der Sachverhalt kann dann durch die gesprächsführende Person kurz erläutert werden.

Es gilt:

- *Bei jedem gewaltsamen Tod sollte professionelle Hilfe in Anspruch genommen werden.*
- *Auch bei Suizid wäre professionelle Hilfe dringend anzuraten.*

4 Suizid



Schulpsychologin Dr. Phil. Heidrun Bründel schreibt:

»Jeder Suizid ruft bei allen Beteiligten, bei Eltern, Geschwistern und nächsten Angehörigen und auch bei Freunden, Bekannten und Lehrern einen Schock hervor, der nur langsam den Gefühlen der Ohnmacht, Hilflosigkeit, Trauer, aber auch der Schuldgefühle und der Anklage weicht. Für alle bricht eine Welt zusammen, und jeder fragt sich, warum er nichts gemerkt habe, wie es dazu kommen konnte, und warum er/sie das nur gemacht habe.«

Auf die Frage nach dem *Warum* kann es keine klare Antwort geben. Zu unterscheiden sind Ursache und Anlass für eine Suizidhandlung. Ursachen sind oft jahrelange Probleme in der Familie, der Schule oder im Freundeskreis, häufig zusammen mit einer schweren psychischen Grunderkrankung wie zum Beispiel einer endogenen Depression.

Meist kommen mehrere Schwierigkeiten zusammen, sodass der junge Mensch so nicht mehr weiterleben möchte. Der letzte Anstoß zu einem Suizid kann manchmal eine Banalität sein — eine verhauene Klassenarbeit, ein Streit mit der Freundin oder die kritische Bemerkung eines Lehrers.

Wenn einer von Suizid spricht, mit Suizid droht, ist das ein Hilfeschrei. In den meisten Fällen sprechen die Jugendlichen direkt oder indirekt davon, dass sie nicht mehr weiterleben möchten. Oft vertrauen sie sich guten Freunden an. Diese quälen sich im Nachhinein dann besonders oft mit Selbstvorwürfen, ob sie den Suizid vielleicht hätten verhindern können.

Deshalb ist es besonders wichtig, in einer Klasse offen darüber zu reden, wenn sich ein Mitschüler das Leben genommen hat. Offen bedeutet, dass der Suizid als solcher benannt wird und darüber gesprochen wird. Schuldvorwürfe sollten beredet werden, wobei allerdings wichtig ist, dass es *nicht* zu Schuldzuweisungen kommt.

Es ist bekannt, dass es nach einem Suizid oder einem Suizidversuch in der Schule sehr häufig zu Nachahmungseffekten unter den Schülerinnen und Schülern kommt. Dies kann verhindert werden, wenn zum einen das Thema enttabuisiert wird, und zum anderen Schüler dazu ermutigt werden, über ihre Gefühle zu sprechen.

Wichtig ist hierbei den Schülern zu vermitteln, dass es immer einen Weg aus einer Krise gibt, auch wenn sie selbst diesen Weg im Moment nicht sehen können. Telefonnummern der Telefonseelsorge oder verschiedene psychologische Beratungsstellen können in solchen Fällen angegeben werden.

Außerdem sollten Mitschüler ermutigt werden, sich an solch eine Adresse zu wenden, wenn sie merken, dass es einem Freund oder einer Freundin sehr schlecht geht und sie befürchten, dass er oder sie sich etwas antun könnte. Sinnvoll ist hier sicher die Zusammenarbeit mit Lehrern, die für dieses Thema sensibilisiert und weitergebildet sind, psychologischen Beratungsstellen und dem Arbeitskreis Leben.

5 Ein Elternteil ist gestorben



Stirbt ein Elternteil, ändert sich das Leben eines Kindes/Jugendlichen oft grundsätzlich. Zu der Trauer und dem Schmerz um den Verlust der geliebten Person kommen meist noch existentielle Sorgen und Veränderungen. Finanzielle Sorgen durch den Ausfall eines Verdienstes, die Mehrbelastung des überlebenden Partners wirken sich auch im täglichen Leben auf die Kinder und Jugendlichen aus.

In einer Gesellschaft mit einem hohen Anteil von Alleinerziehenden kann sich der Verlust der wichtigsten Bezugsperson traumatisch äußern. Dann werden diese Trauernden oft aus ihrem Umfeld gerissen, müssen vielleicht sogar in eine andere Stadt ziehen, verlieren außer der geliebten Person auch noch ihre sozialen Kontakte. Diese Kinder und Jugendlichen müssen unbedingt Hilfe erfahren.

Manchmal sterben sogar beide Eltern. Für diese Kinder und Jugendlichen ist eine gute Zusammenarbeit von Schule und den betreuenden Personen absolut notwendig.

Für manche Kinder sind die Großeltern oder ein Großelternanteil sehr wichtige Bezugspersonen. Die Kinder leben bei ihnen oder werden von ihnen betreut. In solch einem Fall wirkt sich der Tod eines Großelternanteils eventuell auch gravierend auf die Entwicklung eines Kindes aus.



6 Ein Geschwisterkind ist gestorben

Elisabeth Kübler-Ross, die viele Jahre mit sterbenden Kindern gearbeitet und darüber einiges veröffentlicht hat, sagte, dass nicht die sterbenden Erwachsenen, nicht die sterbenden Kinder und nicht die Eltern von sterbenden Kindern die vernachlässigte Gruppe von Menschen sind, sondern die Geschwister von sterbenden und verstorbenen Kindern (1975). Daran hat sich bis heute nicht viel geändert.

Die Trauer der Kinder, die einen Bruder oder eine Schwester verloren haben, wird bis jetzt von vielen Erwachsenen oft wenig beachtet. *»Kinder vergessen ja schnell«*, meinen viele Erwachsene. Dabei wird übersehen, dass diese Kinder nicht nur unter dem Verlust des Geschwisterkindes leiden. Auch hier ist das gesamte Familiengefüge zusammengebrochen.

Nichts erschüttert Eltern mehr als der Verlust eines Kindes. Meist sind sie so mit sich und mit ihrer eigenen Trauer beschäftigt, dass sie den anderen Kindern kaum noch gerecht werden können. Für diese Kinder und Jugendlichen fehlen nicht nur Bruder oder Schwester, sondern auch die Eltern, wie sie waren. Das Ausmaß der Geschwistertrauer ist unabhängig davon, wie alt Bruder oder Schwester waren und ob sie krank waren oder eine Behinderung hatten. Einzig die Beziehung zu dem Verstorbenen, macht die Intensität der Trauer aus.

»Meine Freundin war wie meine Schwester« – auch der Tod eines guten Freundes kann ein Kind oder einen Jugendlichen in eine tiefe Krise stürzen.

7 Wie kann ich als Lehrer/in einem trauernden Kind/Jugendlichen begegnen?



Wenn Sie erfahren, dass ein Elternteil oder ein Geschwisterkind eines Schülers gestorben ist, gilt auch hier, dass diese Information schnell und sachlich weitergegeben werden muss. Meist fehlt der Schüler, die Schülerin für einige Tage. Sprechen Sie in dieser Zeit mit der Klasse. Geben Sie Informationen weiter, die Sie haben und beugen Sie damit Spekulationen vor.

Auch der Suizid eines Elternteils oder Geschwisterkindes sollte nicht verschwiegen werden. Gerüchte und Getuschel hinter dem Rücken eines Hinterbliebenen sind weit belastender für diesen als einmal eine klare Aussprache. Hier ist besonders viel Sensibilität gefragt (siehe Kapitel Suizid).

Überlegen Sie gemeinsam mit der Klasse, wie der Mitschüler in nächster Zeit unterstützt werden kann. Der erste Tag zurück in der Schule ist für die meisten Kinder und Jugendlichen sehr schwer. Überlegen sie, was dem Betroffenen an diesem Tag helfen könnte.

Ein einfacher Hinweis wie *»Wenn es dir die nächsten Tage nicht so gut geht, kannst du dich dazwischen einfach mal (auch mit einer Freundin oder einem Freund) ins Sekretariat setzen«* zeigt, dass der Lehrer sich Gedanken macht. So etwas tut gut.

Wenn das Kind/der Jugendliche wieder in die Schule kommt, nehmen Sie die Trauer ernst und anerkennen Sie, dass Sie den Verlust nicht nachempfinden können, wenn Sie ihn nicht wirklich selbst erlebt haben. Sätze wie *»Ich weiß, wie Du Dich fühlst...«* sind dann immer unangebracht. Sie wissen es nicht!

Besser: *»Ich weiß nicht, wie Du Dich fühlst, aber ich kann mir denken, dass es Dir sehr schlecht geht...«*.

Trauernde verhalten sich oft merkwürdig. Es kann sein, dass Sie das Verhalten von manchen trauernden Schülern irritiert oder gar abstößt. Akzeptieren Sie, dass jedes trauernde Kind schwerstverletzt ist und jeder Mensch eine andere Art hat, mit diesem Schmerz umzugehen.

Urteilen Sie nicht über Verhaltensweisen, die Sie nicht verstehen. Sie können nicht wissen, wie Sie reagieren, wenn Ihnen ein solcher Schicksalsschlag widerfahren würde. Versuchen Sie tolerant – aber nicht gleichgültig – zu sein.

Trauernde Kinder/Jugendliche leisten Außergewöhnliches! Sie müssen nicht nur mit ihrer eigenen Trauer fertig werden. Zuhause unterstützen sie meist noch den überlebenden Elternteil oder beide Eltern, wenn ein Geschwisterkind gestorben ist. Gleichzeitig müssen sie in der Schule unverändert Leistungen erbringen wie die anderen Kinder. Gelingt dies nicht, so droht ein weiterer Verlust: der der Klassenkameraden, falls das Schuljahr wiederholt werden muss.

Aber gerade in dieser schwierigen Lage braucht der Schüler dringend die Stabilität seiner Umgebung.

- Anerkennen Sie, wie viel Kraft das alles kostet.
- Hören Sie genau hin und beobachten Sie.
- Wenn ein Kind/Jugendlicher sprechen möchte, dann lassen Sie es zu, drängen Sie ihm aber kein Gespräch auf. Viele wollen gerade am Anfang nichts sagen.
- Jugendliche haben eventuell Angst, vor einem Lehrer oder gar den Klassenkameraden die Fassung zu verlieren. Signalisieren Sie diesen Schülern auf behutsame Weise, dass Sie um ihren Schmerz wissen und dass Sie Anteil nehmen.

Möglichkeiten sind ein kleiner Brief oder auch nur eine Anmerkung unter einer Klassenarbeit. Zum Beispiel:

»Ich bin voll Bewunderung, dass du trotz deiner schweren Lage so gut geschrieben hast! Wenn ich etwas für dich tun kann oder du auch später einmal Hilfe brauchst, dann gib mir einfach Bescheid.«

oder: *»Leider hat es mit dieser Arbeit nicht so gut geklappt. Du bist mit deinen Gedanken oft abwesend, und ich kann mir schon denken, warum. Deine Situation kann ich nicht ändern, aber ich möchte dir gerne helfen. Vielleicht finden wir gemeinsam eine Lösung, damit es wenigstens in der Schule für dich ein wenig leichter wird.«*

Sprechen Sie die Kinder und Jugendlichen direkt an, wie es *ihnen* geht und erkundigen Sie sich nicht nur nach den Eltern, wenn ein Geschwisterkind gestorben ist.

Sprechen Sie den Schüler nicht *vor* den Klassenkameraden auf die verstorbene Mutter, den Vater oder das Geschwisterkind an. Das ist trauernden Schülern oft peinlich.

Trauernde Kinder und Jugendliche wollen und brauchen *keine Sonderbehandlung*, aber sie brauchen eine behutsame Behandlung. Beispiel:

Ein Schüler geht nach einer Klassenarbeit zu seiner Lehrerin und erklärt ihr, dass die Arbeit nicht gut gelaufen sei. Er hätte sich sehr schlecht gefühlt, denn heute sei der Geburtstag seines verstorbenen Bruders. Die Lehrerin hört zu, nimmt Anteil und sagt, dass sie gut versteht, dass er sich heute nicht konzentrieren könne. Sie versteht, dass der Junge keine bessere Note für eine schlecht gelaufene Arbeit erwartet, sondern dass er sich nur erklären möchte.

Kurz nach einem Todesfall ist die Umgebung meist sehr verständnisvoll. Nach einem Jahr allerdings erwartet die Gesellschaft von Trauernden oft, dass »alles wieder in Ordnung ist«. Viele Schüler und Eltern sprechen dann nicht mehr von dem Verstorbenen – aus Angst man denkt, sie würden mit ihrem Leid »hausieren gehen«.

Bitte beachten Sie, dass ein so schwerer Verlust, wie der von Mutter, Vater oder Geschwister eine andere Zeitrechnung braucht. Haben Sie Geduld.

Versuchen Sie, praktische Hilfe zu organisieren, wenn Sie meinen, dass der Schüler diese braucht. Wenn die schulischen Leistungen nachlassen, sprechen Sie *rechtzeitig* mit den Eltern. Falls diese nicht in der Lage sind zu helfen, besteht vielleicht schulintern die Möglichkeit, Hilfe zu organisieren. Sprechen Sie mit dem/der Beratungslehrer/in oder einer schulpsychologischen Beratungsstelle. Unter Umständen kann ein/e Schüler/in einer höheren Klasse eine zeitlang Nachhilfe geben. Vielleicht gibt es an Ihrer Schule eine Elternkasse oder einen Fond, aus dem man anfallende Kosten zahlen könnte.

Informieren Sie Ihre Kollegen, insbesondere die, die mit dem Schüler im direkten Kontakt sind. Bei Tod oder schwerer Krankheit eines nahen Familienangehörigen sollten diese Informationen als kurzer Fakt an *alle* unterrichtenden Lehrer weitergegeben werden, es sei denn, die Angehörigen wünschen dies ausdrücklich nicht. Trauernde Eltern oder Kinder haben nicht die Kraft, zu verschiedenen Fachlehrern zu gehen und immer wieder von ihrem Leid zu berichten.

Es ist allerdings unbedingt notwendig, dass Lehrer davon in Kenntnis gesetzt werden, wenn ein Schüler Vater, Mutter oder ein Geschwisterkind verloren hat. Nur so lassen sich Missverständnisse, peinliche Zwischenfälle und eventuelle Ungerechtigkeiten vermeiden.

Für trauernde Kinder/Jugendliche können mitunter Fächer wie Kunst, Musik oder Sport besonders wichtig werden. Überlegen Sie, ob es hier für den Betroffenen eine Möglichkeit gibt, seine Trauer auszudrücken (Boxen, Schlagzeug spielen, gegen die Aggressionen oder die »Trauer« malen oder tonen). Beziehen Sie den Trauernden in die Entscheidungen mit ein, die ihn persönlich betreffen. Entscheiden Sie nicht über seinen Kopf hinweg, was das Beste ist.

Bei Grundschulkindern ist es außerdem sinnvoll, die anderen Eltern zu benachrichtigen. Eventuell können Einzelne hilfreich einspringen, bei Fahrgemeinschaften oder mit einer zeitweiligen Hausaufgabenbetreuung.

Jugendliche sind sehr oft gut in der Lage, einen trauernden Klassenkameraden zu unterstützen. Aber auch sie brauchen die Führung durch einen Erwachsenen.

Sprechen Sie mit Freunden des trauernden Jugendlichen.

Wenn Sie meinen, das trauernde Kind braucht weitere Unterstützung als im schulischen Bereich geleistet werden kann, sprechen Sie mit den Eltern. Wenn Sie merken, dass die Eltern nicht in der Lage sind zu helfen, wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Eine Adressenliste finden Sie am Ende dieser Broschüre.

Bedenken Sie, dass sich kein Kind in dieser Lage selber helfen kann. Es braucht die Unterstützung von uns Erwachsenen.



8 Umgang mit den Eltern eines verstorbenen Kindes

Die meisten Eltern, denen ein Kind gestorben ist, möchten den Kontakt zu Menschen, mit denen ihr Kind zu tun hatte.

Lehrer sind wichtige Bezugspersonen. Für viele Eltern ist es auch im Nachhinein wichtig zu erfahren, wie sich ihr Kind in der Schule gefühlt und verhalten hat.

Schreiben Sie einen kleinen Brief, vielleicht fällt Ihnen ein besonderes Ereignis über den Schüler ein, was Sie den Eltern mitteilen können – eine Episode einer Klassenfahrt, ein Streich, eine besondere Leistung, etwas über sein Wesen...

Wenn Sie es sich zutrauen, dann bieten Sie an, die Eltern zu besuchen und mit ihnen zu sprechen.

Machen Sie nur Versprechungen, die Sie halten können und sagen Sie gegebenenfalls ehrlich, dass Sie sich unsicher fühlen im Umgang mit der Situation.

Unsicherheiten im Umgang mit Trauernden sind normal. Niemand erwartet von Ihnen perfekt zu sein.

Trauernde entwickeln feinste Antennen und fühlen genau, was von Herzen kommt, auch wenn manche Worte etwas ungeschickt formuliert sind. Für viele trauernde Eltern ist das Schweigen in ihrer Umgebung das Schlimmste.

9 Trostworte, die nicht trösten



- *»Ich weiß genau, wie du dich fühlst.*

Diese Aussage sollte nur gemacht werden, wenn wirklich ähnliches erlebt wurde, ansonsten soll sie zwar Mitgefühl ausdrücken, verkleinert aber den augenblicklichen Schmerz zu einem Allerweltsschmerz.

- *»Du bist noch jung, das Leben geht weiter.«*

Diese Worte nehmen den Schmerz nicht ernst.

- *»Ein Glück, dass sie jetzt erlöst ist und keine Schmerzen mehr hat.«* Sie hat keine Schmerzen mehr, aber um welchen Preis?

- *»Die Guten sterben immer jung.«*

Schlussfolgerung: Dann hat man lieber schlechte Kinder!?

- *»Sie sind ja noch jung. Sie können noch weitere Kinder haben.«* Und: *»Zum Glück haben Sie ja noch weitere Kinder.«*

Kein Kind kann ein anderes ersetzen!

- *»Ich würde an so einem Schicksalsschlag zerbrechen.«*

Gibt einem das Gefühl, dass man sein verstorbenes Kind womöglich nicht genug geliebt hat, wenn man nicht daran zerbricht.

- *»Die Zeit heilt alle Wunden.«*

Nicht alle Wunden heilen, mit manchen muss man einfach leben lernen.

- *»Als das Meerschweinchen meiner Tochter starb, war sie auch so arg traurig.«* Es gibt verschiedene Arten von Trauer, sie alle gleich zu setzen ist ungerecht. Sie würden ja auch einen Schnupfen nicht mit einer Krebserkrankung vergleichen.



10 Empfohlene Literatur

in alphabetischer Reihenfolge

- *Reinmar du Boir:*
Jugendkrisen. Erkennen – Verstehen – Helfen
Verlag C.H. Beck, März 2000
ISBN 3-4064-2111-3

Ein informatives Buch aus der spezifischen Sicht eines Jugendpsychiaters.

- *Gertraud Finger:*
Mit Kindern trauern
Kreuz Verlag, August 2001
ISBN 3-7831-2033-0

Die Autorin stellt die verschiedenen Abschnitte der Trauer dar und beschreibt anschaulich, wie Kinder in den jeweiligen Altersabschnitten mit dem Tod umgehen. Sie gibt Tipps und Ratschläge, wie Fragen der Kinder beantwortet werden können.

- *Margit Franz:*
Tabuthema Trauerarbeit
Don Bosco Verlag, September 2002
ISBN 3-7698-1342-1

Die Autorin Margit Franz weiß aus ihrer langjährigen Arbeit als Erzieherin und Diplom-Sozialpädagogin, wie sehr sich viele Erwachsene scheuen, mit Kindern darüber zu sprechen. Einen wesentlichen Grund sieht sie in den eigenen Berührungängsten im Umgang mit Verlusten. Was uns selber sprachlos macht und ein Gefühl von Ohnmacht auslöst, erschwert uns auch einen unbefangenen Zugang, um mit Kindern angemessen darüber reden zu können. Stattdessen versuchen wir allzuoft aus einer falsch verstandenen Fürsorge heraus, sie vor diesen schmerzlichen Erfahrungen zu schützen, indem wir sie so weit es geht davon fernzuhalten versuchen.

- *Helga Käster-Heide:*
Bitte hört, was ich nicht sage
Kösel Verlag, Februar 2001
ISBN 3-4663-0540-3

Signale von suizidgefährdeten Kindern und Jugendlichen verstehen.

- *Marielene Leist:*
Kinder begegnen dem Tod
Gütersloher Verlagshaus, Juli 2004
ISBN 3-5790-0956-7

Die Autorin gibt praktische Hilfen, den kindlichen Schmerz zu erkennen, und zeigt Wege auf, wie er zu lindern und zu bewältigen ist.

- *Manfred Otzelberger:*
Suizid
Deutscher Taschenbuch Verlag, Januar 2002
ISBN 3-4233-6258-8

Das Trauma der Hinterbliebenen, Erfahrungen und Auswege. Manfred Otzelberger hat mit zahlreichen Betroffenen gesprochen. Anhand dieser Beispiele zeigt er auf, mit welchen Problemen Hinterbliebene konfrontiert sind und wie sich diese bewältigen lassen.

- *Anna Patell:*
Dilip: »Wir sterben doch nicht der Reihe nach«
Satzwerk Verlag, Göttingen, Dezember 2003
ISBN 3-9303-3347-3

Dilip, 13 Jahre, kommt von einer Klassenfahrt in die Berge nicht mehr zurück. Er ist tödlich verunglückt. Ein solcher Unfall ist ein Albtraum für Eltern, Geschwister und Lehrer. Nach dem ersten Schock stehen sich Eltern, Lehrer und Mitschüler oft sprachlos gegenüber. Was soll man sagen? Was kann getan werden? Wie sollen wir den Angehörigen begegnen? Wie können wir ihnen helfen? Anna Patell beantwortet diese Fragen direkt und indirekt, mit positiven und negativen Beispielen aus ihrer Erfahrung. Darüber hinaus zeigt sie in beeindruckender Weise, dass eine betroffene Familie nicht an der Trauer zerbrechen muss, sondern zu einer gewissen Normalität und noch engerem Zusammenhalt finden kann.

- *Christa Pauls, Uwe Sanneck, Anja Wiese:*
Rituale in der Trauer
Ellert & Richter Verlag, März 2003
ISBN 3-8319-0110-4

Rituale sind als Begleiter in der Trauer von unschätzbarem Wert. Die Autoren stellen ihre Ritualarbeit mit Trauernden in einem von ihnen entwickelten ganzheitlichen Ansatz vor und geben Einblick in die in ihrer Form einzigartige Auseinandersetzung mit trauernden Menschen. Trauernden und Personen, die Trauernde begleiten, bietet das Buch wertvolle Hilfe und vielfältige Anregung.

- *Christoph Student:*
Im Himmel welken keine Blumen – Kinder begegnen dem Tod
Verlag Herder, Freiburg, Oktober 2000
ISBN 3-4510-4967-8

Rebellierend und zärtlich, weise und traurig, so begegnen Kinder dem Tod und dem Leiden. Die Welt der kranken Kinder, ihre Erfahrungen und Träume, ihr Mut und ihre Angst und ihre Hoffnung finden in diesem Buch eine Stimme. Aber es geht auch um die Erfahrungen der Erwachsenen, die sie begleiten. Ein Buch, das uns helfen soll, tiefer zu verstehen, was Kinder über das Sterben sagen und das zugleich trostreiche Perspektiven zeigt.

- *Anja Wiese:*
Um Kinder trauern. Eltern und Geschwister begegnen dem Tod
Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, September 2001
ISBN 3-5790-0938-9

Die Autorin berichtet aus der langjährigen Erfahrung als Trauerbegleiterin von Familien, die den Tod eines Kindes erleben mussten. Das Buch gibt hilfreiche Anregungen für Trauerrituale und veröffentlicht sowohl kompetente Fachbeiträge als auch wertvolle Erfahrungsberichte.

- *Alan D. Wolfelt:*
Für Zeiten der Trauer. Wie ich Kindern helfen kann
Kreuz Verlag, Stuttgart, Januar 2002
ISBN 3-7831-2059-4

Dieses Buch bietet Menschen, die für trauernde Kinder da sein möchten, einfühlsame Hilfe durch einfache, praktische Anregungen für den Alltag – weil schon ganz kleine Dinge große Wirkung haben können.



11 Hilfreiche Adressen

in alphabetischer Reihenfolge nach Ortsnamen

Die angegebenen Beratungsstellen verfügen über hilfreiche Adressen und Ansprechpartner, an die Sie sich in Ihrer Region wenden können. Die Adressen der Schulpsychologischen Beratungsstellen sind ab dem 1.1.2005 über die Landratsämter zu erfahren.

- *Hospizgruppe Freiburg e.V.*
Türkenlouisstraße 22, 79102 Freiburg
Telefon 07 61/88 14 988, www.allesistanders.de
Schwerpunkt: Trauernde Kinder und Jugendliche – Gruppenangebot und Internet, mit Live-Chat.
- *Arbeitskreis Leben Freiburg*
Oberau 23, 79102 Freiburg
Telefon 07 61/33 388, www.u25-freiburg.de
Schwerpunkt: Suizid
- *Arbeitskreis Leben Karlsruhe*
Hirschstraße 87, 76137 Karlsruhe
Telefon 07 21/82 00 667
Schwerpunkt: Suizid
- *Sozialstation Rülzheim*
Kuhardter Straße 37, 76761 Rülzheim
Telefon 07 272/91 91 77
Schwerpunkt: Trauer
- *Arbeitskreis Kinder & Trauer*
Bolzstraße 6, 70173 Stuttgart
Telefon 0711/99 79 87-15, www.kindertrauer-ak.de
Schwerpunkt: Kindertrauer, Netzwerk

- *Ruf und Rat*
Hospitalstraße 26, 70174 Stuttgart
Telefon 0711/22 62 055
Schwerpunkt: Trauer
- *Arbeitskreis Leben Stuttgart*
Eierstraße 9, 70199 Stuttgart
Telefon 0711/60 06 20
Schwerpunkt: Suizid
- *Arbeitskreis Trauernde Eltern und Geschwister
Baden-Württemberg*
Justinus-Kerner-Straße 5, 72070 Tübingen
Telefon 070 71/94 68-15
Schwerpunkt: Kindertrauer, Elterntrauer
- *Arbeitskreis Leben Tübingen*
Österbergstraße 4, 72074 Tübingen
Telefon 070 71/42 05 49, www.youth-life-line.de
Schwerpunkt: Suizid
- *Förderverein für krebskranke Kinder Tübingen e.V.*
Thomas Bäumer, Justinus-Kerner-Straße 5
72070 Tübingen, Telefon 070 71/94 68-14
www.krebskranke-kinder-tuebingen.de
Schwerpunkt: Kindertrauer
- *Landesarbeitsgemeinschaft der
Arbeitskreis Leben in Baden-Württemberg*
Österbergstraße 4, 72074 Tübingen
Telefon 070 71/92 21-11, www.ak-leben.de
Schwerpunkt: Suizid

Herausgeber

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport
Baden-Württemberg
Schlossplatz 4 (Neues Schloss)
70173 Stuttgart

Grafik/Foto

Brigitte Ruoff, Stuttgart

Druck

Bräuer GmbH, Druckerei und Verlag
73235 Weilheim an der Teck

Alle Rechte vorbehalten

Hanne Shah
Bergheimer Weg 14, 70839 Gerlingen

© 11/2004