

Kindern das Trauern zutrauen :

Tut Tot-sein weh?

Früher oder später tritt der Tod in das Leben einer jeden Familie. Doch obwohl der Tod zum Leben dazugehört, bleibt er in unserer Gesellschaft ein Tabuthema. Bei Kindern wirft das eine Menge Fragen auf und oft fehlen den Eltern in dieser Situation die Worte.

In ein paar Wochen ist Allerseelen und Allerheiligen. Viele nützen diese Tage für einen Kurzurlaub, andere, um ihrer Toten zu gedenken und sich bewusst mit der eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen. Wir lassen sehr selten Gedanken über den Tod zu. Umso betroffener sind wir, wenn ein uns Nahestehender verstirbt und umso hilfloser, wenn es um die richtigen Worte für eine kindergerechte Erklärung geht. Der Wunsch vieler Eltern ihre Kinder zu beschützen steht oft einer gemeinsamen Trauer im Weg und so bleiben die Kleinen mit einem "Kuddelmuddel" an Gefühlen ganz alleine.

Wenn das Thema Tod unausweichlich wird

„Menschen in der Krise begleiten ist eine Hauptaufgabe der Caritas. Deshalb setzen wir uns ganz bewusst mit dem Thema Tod in der breiten Palette unserer Angebote auseinander“, erklärt Caritas Direktoren Mag. ^a Edith Pinter. „Neben Hospizdienst, Palliativpflege und Erinnerungscafé ist uns die Begleitung von Kindern, die von einem wichtigen Menschen Abschied nehmen müssen, besonders wichtig! Stirbt ein geliebter Mensch im engsten Familienkreis ist die Betroffenheit der Erwachsenen so groß, dass man für die Kinder nur in eingeschränktem Maß da sein kann. Für Familien ist in dieser Situation oftmals Hilfe von außen eine große Erleichterung. Deshalb arbeitet die Caritas Burgenland schon über 10 Jahre mit den Spezialisten von „Rainbows“ zusammen. Mit ihrer langjährigen Erfahrung und ihrem Spezialwissen unterstützen sie uns, um Kinder durch diese stürmischen Zeiten helfen.“

Am Ende des Regenbogens

„Unser Verein ist seit 1991 in Österreich tätig und jährlich begleiten 50 speziell geschulte Betreuerinnen über 450 Kinder und ihre Familien nach einem Todesfall in der Familie“, erläutert die Geschäftsführerin von Rainbows Österreich, Mag.^a Dagmar Bojdunyk-Rack und führt weiter aus: „Der Tod einer geliebten Person wird nie vergessen und verändert das Leben eines Kindes für immer. Doch jede Krise bringt auch Veränderungen und Entwicklungschancen mit sich. Kinder können durch erfolgreiche Trauerarbeit in ihrer Persönlichkeit reifen und Stärke für ihr weiteres Leben gewinnen.“

Welche Vorstellungen haben Kinder?

Für Kinder unter drei Jahren ist der Tod nicht begreifbar. Sie können nicht differenzieren, ob Mama nicht da ist, weil sie im Büro ist, oder weil sie verstorben ist. Für die Kleinen bedeutet Tot-sein dasselbe wie Nicht-da-sein auf Zeit. Die Endgültigkeit des Abschieds können sie nicht begreifen.

Im Kindergarten entwickeln sie eine vage Vorstellung und verbinden Tod mit Dunkelheit und Bewegungslosigkeit. In ihrer Welt ist es aber immer der Tod der anderen. Deshalb sind sie auch sehr unbefangen und sehr interessiert am Thema.

Schulkinder beginnen die Endgültigkeit des Todes zu erfassen. Aber erst in der Pubertät verstehen Kinder, dass der Tod etwas Abschließendes, etwas Endgültiges ist. Jetzt fragen sie auch nach dem Sinn des Lebens und denken über ein Leben nach dem Tod nach.

Kinder trauern anders als Erwachsene und auch sehr unterschiedlich. Sie reagieren individuell und altersabhängig mit Angst, Wut, Frustration, zeigen extreme Stimmungsschwankungen oder Verhaltensänderungen im Hinblick auf Schlaf- oder Essgewohnheiten. Auch Rückschritte in der Entwicklung – wie zum Beispiel Einnässen – sind möglich. Nicht selten tauchen unbegründete Schuldgefühle auf ältere Kinder leiden oft auch körperlich.

Besser trauern

„Eva war nach kurzer, schwerer Krankheit verstorben“, beschreibt Uli Bülow, Leiterin der Rainbows-Gruppen im Burgenland, die schwierige Situation einer betroffenen Familie.

„Zurück blieben Hubert und die zwei kleinen Kindern mit 8 und 10 Jahren. Er tat sein Bestes, aber es fiel ihm zu schwer über seinen Schmerz und seine Trauer zu sprechen.“

Von der Einzel-, Familien-, oder Gruppenbegleitung bis zum Feriencamp bietet Rainbows Kindern und Jugendlichen aller Altersstufen spezielle Hilfestellungen an. In den Rainbows-Begleitungen ist viel Platz für Trauer, aber auch für schöne Erinnerungen und neue Lebensperspektiven. Hier können seine Kinder alles abladen, was ihnen Sorgen macht. Sie dürfen richtig wütend und traurig sein, aber auch lachen. Gemeinsam mit den Betreuerinnen finden sie einen Weg, der es ihnen leichter macht, die neue Lebenssituation anzunehmen. In der Gruppe treffen sie auch andere Kinder, denen es ähnlich geht. Zusammen wird geredet, gespielt, Plakate gezeichnet, eine „Erinnerungsbox“ gebastelt oder ein „Gefühlskissen“ bemalt. Luftballons mit Abschiedsgrüßen werden in den Himmel geschickt und einer ist immer dabei: Tränchen, das kuschelige Trösterchen, das auch nach Hause mitgenommen werden darf.

Einmal wöchentlich und sieben Mal besuchten die Kinder die Rainbows-Treffen. In dieser Zeit halfen auch Hubert die begleitenden Gespräche mit der Rainbowsbetreuerin.

„Rainbows ist kein Schmerzmittel, sondern hilft, die eigene Trauer richtig auszuleben, damit es dann wieder bergauf gehen kann“, fasst Uli Bülow die Ziele von Rainbows zusammen.

Factbox:

Rainbowsangebote:

- Einzel-, Familien-, Gruppenbegleitung
- Feriencamps
- Elternberatung

Wo finden Rainbows-Begleitungen statt:

- Eisenstadt
- Oberwart
- Neusiedl

- mobile Betreuung landesweit auf Anfrage

Größe der Gruppen: max. 4-5 Kinder

Auszeichnungen:

2006 Woman Award

2008 Leading Ladies

2009 Sozialmarie

2011 BA Sozialpreis Burgenland

Anmeldung: 0676/83730313 Di-Fr 10 bis 14.00 Uhr

Spenden: AT 343300000001000652,
Kennwort: „Rainbows Abschied nehmen“.

Zitate:

„Auch wenn Mama tot ist, weiß ich, dass es Menschen gibt, die mich lieb haben. Bei Rainbows habe ich gemerkt, dass ich nicht allein bin.“

Markus, 9 Jahre

„Jetzt kann ich wieder an Papa denken, ohne so traurig zu sein.“

Dominik, 10 Jahre

„Auch wenn mir die Oma sehr fehlt, bin ich manchmal sehr wütend, dass sie tot ist. Die Rainbows-Betreuerin hat mir gesagt, dass das sein darf.“

Philipp, 11 Jahre

„Ich darf die Mama immer lieb haben, auch wenn sie schon lange tot ist.“

Lena, 8 Jahre

Weitere Infos: www.caritas-burgenland.at www.rainbows.at

Rückfragehinweis:

Dr. Uli Kempf

Pressesprecherin

Caritas Burgenland

St. Rochus Str. 15, 7000 Eisenstadt

T 02682/73 600 311, M 0676/83 730 311

E u.kempf@caritas-burgenland.at