

25.11.2018 um 08:55 Uhr

hr1 SONNTAGSGEDANKEN



Ein Beitrag von

Ksenija Auksutat,

Evangelische Pfarrerin, Stockstadt

Kinder trauern auf ihre Weise

Wenn ein Mensch stirbt, bekommt man es mit einem Thema zu tun, das für viele angstbesetzt ist: dem Tod. Viele Gefühle kommen dabei hoch. Da ist neben der Angst oft eine große Traurigkeit: Tränen fließen, die Stimme bricht. Manche fühlen sich hilflos. Andere fangen an, wie wild zu organisieren. Manche werden wütend: Warum musste dieser Mensch sterben? So plötzlich. Oder so qualvoll.

Wenn ein Mensch, der einem nahe stand, gestorben ist, fragen sich viele Eltern: Wie sagen wir es unseren Kindern? Ich glaube, sie spüren, dass ihre eigene Gefühlslage ihnen im Augenblick viel zu durcheinander ist, um mit den Kindern angemessen umgehen zu können. Wenn Erwachsene schon so konfuse Gefühle in sich erleben, dann tun Kinder das umso mehr. Auch Kinder reagieren auf eine Todesnachricht oft emotional. Sie merken, dass der Tod etwas verändert. Manche Kinder werden dann ganz still. Sie verziehen sich in ihr Zimmer oder in ein Phantasiespiel. Andere werden noch aktiver als sonst. Sie verhalten sich unruhig oder bockig. Manche Kinder versuchen, ihre traurigen Eltern zu trösten, also etwas zu tun, was sie selbst schon als tröstlich erlebt haben. Sie streicheln ihre Eltern über den Arm und sagen Sätze wie: „Das ist doch nicht so schlimm, Mama, das wird bestimmt wieder gut.“

Aber die Eltern wissen, dass es diesmal eben nicht wieder gut wird, dass es schlimm ist. Tot ist tot. Aber wie den Kleinen diese Wahrheit nahebringen? Kinder haben erstmal keinen Zeitbegriff – was heißt für einen Vierjährigen schon „für immer“? Meine Erfahrung ist: Erklärungen helfen in diesen Momenten oft gar nicht. Jetzt geht es um die Gefühle. Traurigkeit und Tränen muss man in so einer Situation nicht „wegtrösten“. Wenn jemand stirbt, ist es normal, dass ich trauere. Das kann ich den Kindern zeigen.

Erwachsene können ihre Kinder in den Arm nehmen und sagen, dass es sie tröstet, wenn man sich in den Arm nimmt und einfach miteinander da ist. Sie können ihren Kinder zeigen: Es ist lieb, dass du mich streichelst und trösten willst. Eltern können von ihrer Trauer sprechen. Und vielleicht zusammen mit den Kindern Fotos des Verstorbenen angucken und sich an all das Schöne erinnern, das man miteinander erlebt hat. Eltern können ihren Kindern auch vorschlagen, ein Bild zu malen, das ausdrückt, wie lieb man den Menschen hatte, der nun gestorben ist.

Es ist ein Grundbedürfnis eines jeden Menschen, seinen Schmerz auf seine eigene Weise auszudrücken. Und es ist gut, dafür sensibel zu sein, wie der andere trauern will. Braucht er Nähe? Tut es ihr gut, gemeinsam zu weinen oder gemeinsam zu schweigen? Oder will sie auch mal für sich sein? Es gibt auch Angebote der Trauerseelsorge speziell für Kinder und Jugendliche. Das kann Eltern helfen, die nicht wissen, wie sie ihrem trauernden Kind beistehen können. (1) Kinder finden ihren ganz eigenen Zugang zu Trauer und Tod. Und auch Beerdigung ist kein Tabu für die Kleinen.

Bei den Spaziergängen mit meinem Hund gehe ich oft einen Wiesenweg entlang. Neulich war da unter einem Baum plötzlich ein kleines Grab entstanden. Zwei dünne Holzstöcke waren in der Mitte zusammengenanagelt und auf ein Erdhäufchen gesteckt. Auf das Kreuz hatte ein Kind mit Buntstift geschrieben: „Hier ruht Max Hase.“

Ich bin stehen geblieben. Das kleine Grab hat mich gerührt. Da war wohl ein Häschen gestorben, und Kinder haben es bestattet.

Kinder wollen wissen, was beim Tod vor sich geht. Sie fragen: „Warum musste mein Hase sterben?“ Oder: „Warum musste Oma sterben?“ Und sie denken weiter: „Muss ich auch sterben?“ Vielleicht wird ein Kind ganz grundsätzlich und fragt: „Warum muss man sterben?“ Oder: „Wo sind die Menschen, die tot sind?“

Die Erfahrung mit dem Tod gehört auch für Kinder zum Leben dazu. Das kleine Grab von Max, dem Hasen, zeigt, dass diese Kinder eine Art gefunden haben, um damit umzugehen. „Hier ruht Max Hase.“ Das Haustier war eine Art Familienmitglied. Ich finde würdig, wie die Kinder sich von ihrem Hasen verabschieden. Besonders bewegend ist es aber natürlich für Kinder, wenn jemand ganz Nahes aus der Familie stirbt.

Darum ist es gut, wenn sie dann in ihren Gefühlen und in ihren Fragen gut begleitet werden. Und die Erwachsenen haben ja ihre eigenen Antworten gefunden. Wer an ein Leben nach dem Tod glaubt, sagt vielleicht: „Der Opa ist jetzt im Himmel“ oder „Er ist bei Gott.“ Ein anderer sagt: „Jetzt hat er keine Schmerzen mehr.“ Manche Eltern beschreiben ihren Kindern, dass man mit dem Verstorbenen verbunden bleibt, wenn man an ihn oder sie denkt: „Wenn wir uns an die Uroma erinnern, ist es so, als wäre sie noch bei uns.“ Kinder und Erwachsene kann die Vorstellung trösten, dass der Verstorbene jetzt ein Stern am Himmel ist und von oben auf die Erde herunterschaut. Oder sie hoffen: „Wenn wir einmal sterben, sehen wir uns wieder.“

Kinder trauern auf ihre eigene Weise. Und sie dürfen erleben, dass Erwachsene trauern. Wenn man das Grab von Angehörigen besucht, wie es viele Familien heute am Totensonntag tun, kann man auch jüngere Kinder mitnehmen. Auf einem Friedhof gibt es so viel anzuschauen und zu entdecken. Dazu kann man Kinder ermutigen. Kinder erkennen Schutzengel, schöne Blumen und goldene Inschriften auf den Grabsteinen.

Viele dieser Symbole erzählen auch von biblischen Hoffnungsgeschichten: Engel mit Flügeln, betende Hände, eine geknickte Rose oder ein Kreuzzeichen. Man kann gemeinsam darüber ins Gespräch kommen und versuchen, sie zu deuten. Engel sind für mich Boten von Gottes Liebe, die einen nie verlässt, auch nicht im Tod. Oder das Kreuz, es erinnert mich an Jesus, der schwer gelitten hat und selbst durch den Tod hindurch in Gottes ewiges Reich gegangen ist.

Zu den Trauerritualen gehört für mich auch, auf dem Friedhof etwas zu tun. Ich habe zum Beispiel im Herbst bei Friedhofsbesuchen mit meiner Tochter herabgefallenes Laub von den Gräbern unserer Lieben aufgesammelt, damit das Grab schön aussieht. Im Frühling haben wir Blumen gepflanzt und im Sommer die Pflanzen gegossen. Manchmal haben wir eine Kerze mitgebracht und angezündet. Oder einen Stein oder eine Muschel aus dem Urlaub auf das Grab gelegt.

Eltern können darauf vertrauen, dass Kinder ein Gespür für Trauer haben. Eine Mutter erzählt: „Ich war mit meinen kleinen Kindern oft am Grab meines verstorbenen Vaters. Ich musste ihnen da nichts vorschreiben. Sie waren von allein andächtig und haben gemerkt, dass das ein besonderer Ort für mich ist.“ Manchmal hat diese junge Mutter dann am Grab ihres verstorbenen Vaters gesagt: „Hallo Papa! Wir sind mal wieder da.“

Wer Kinder in die Themen Tod und Trauer einbezieht, hilft ihnen. Sie erleben, dass Tod und Trauer zum Leben dazugehören. Sie lernen beim Gang über den Friedhof, wie man sich dort verhält und wie man in unserer Kultur mit Verstorbenen umgeht. Dazu gehören auch die Glaubens-, die Trost- und die Hoffnungsgeschichten, die wir einander erzählen.

Mich tröstet, dass Gott selbst den Tod kennt. Jesus war Gottes Sohn und Mensch; er wurde geboren und ist gestorben. Auch er wurde beerdigt. Seine Mutter, seine Freundinnen und Freunde haben um ihn geweint und sein Grab besucht. Später haben sie verstanden, dass sie mit ihm verbunden bleiben. Dadurch haben sie neue Kraft für ihr Leben gefunden. Eine Erfahrung von Auferstehung. Auch mich heute stärkt dieser Glaube.

Die Kinder erfahren, wenn wir sie einbeziehen, dass sie angesichts des Todes ihre Gefühle wie Trauer, Wut, Hilflosigkeit und sogar Verzweiflung wahrnehmen und ausdrücken dürfen. Und wir als Erwachsene geben ihnen Worte und Rituale, die ihnen dabei helfen, die Trauer zu bewältigen. Wie gut ist es zu leben, auch wenn es Zeiten gibt, in denen man traurig ist, weil jemand gestorben ist. Und was für Kinder gilt, gilt für uns Erwachsene doch auch.

(1) In Südhessen z.B. www.trauerseelsorge.de/jugendliche