

Familie

Der Tod ist für viele Erwachsene ein Tabuthema, über das sie lieber schweigen. Doch **Kinder haben viele Fragen** – und die sollten Sie ihnen ehrlich beantworten. Auch in unseren Pflegekursen erfahren Sie, wie Sie mit Ihrem Kind über seine Sorgen reden können.

● Ist Oma jetzt im Himmel

Eines Abends liegt Hamster Millie unbeweglich im Stroh. Die vierjährige Luise steht vor dem Käfig und fragt: „Der schläft doch nur, oder?“ Ihre Mama nimmt sie in den Arm, streichelt ihr über den Kopf und sagt: „Nein, er ist tot, mein Schatz.“ „Was ist tot?“, fragt Luise. Viele Erwachsene möchten das Sterben und den Tod gerne von Kindern fernhalten. Ihr Argument: „Sie sind zu klein für so ein schweres Thema.“ Doch das ist nicht richtig. Kinder sind neugierig, sie fragen nach dem Tod – oft bei kleinen Gegebenheiten, zum Beispiel wenn sie einen toten Vogel auf dem Spielplatz entdecken.

Luises Mutter erklärt ihrer Tochter, dass der Hamster nicht mehr lebt. Sie sagt: „Sein Herzchen schlägt nicht mehr und deswegen kann er nicht mehr atmen.“ Zusammen suchen sie einen sonnigen Platz im Garten, wo sie den Hamster begraben. Luise pflanzt ein Vergissmeinnicht an diese Stelle.

Ehrlich sein

Wenn ein Haustier stirbt, kommen Kinder oft das erste Mal mit dem Tod in Berührung. Doch auch der Verlust eines geliebten Menschen bleibt in jungen Jahren nicht aus. Sie können altersgerecht mit Ihren Kindern oder Enkeln über den Tod sprechen. Dabei sollten Sie sensibel auf die Dinge eingehen, die das Kind wissen möchte. Ganz wichtig: Bleiben Sie ehrlich. Kinder haben ganz besondere Antennen und merken, wenn sie angelogen werden.

Finns Opa ist sehr krank und liegt im Krankenhaus. Finn fragt seinen Vater: „Wird Opa sterben?“ Wiegen Sie bei solchen Fragen nicht ab, sondern sagen Sie, was Sie wissen. Sein Vater erklärt Finn: „Die Ärzte haben uns gesagt, dass Opa sehr krank ist und dass es sein kann, dass er nicht mehr lange lebt.“ Daraufhin möchte Finn seinen Opa so oft es geht im Krankenhaus besuchen. Als Finns Opa tot

ist, überlegen seine Eltern, ob sie dem Jungen die Beerdigung zumuten können. Grundsätzlich ist dies ein Ritual, das auch Kindern einen Abschied von einem geliebten Menschen ermöglicht – wenn das Kind es möchte.

Da sein

Wichtig ist, dass Sie das Kind auf die Beerdigung vorbereiten und ihm sagen, was dort geschieht. Kinder wirken auch gerne bei den Vorbereitungen mit: Sie möchten helfen, den Grabschmuck oder den Kuchen für das Kaffeetrinken auszusuchen. Vielleicht möchte das Kind noch ein Bild malen, das es statt Blumen ins Grab wirft. Auf jeden Fall sollten Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind nicht alleine ist auf der Beerdigung: Es braucht einen Ansprechpartner, jemanden, der sich kümmert. Gerade bei dem Begräbnis sollten Sie sich auf viele Fragen einstellen: Ist Opa wirklich in dem Sarg? Und was ist, wenn Opa doch nicht tot ist? Warum tragen die Leute Schwarz? – Das sind nur einige Beispiele.

Aufmerksam sein

Ebenso wie Erwachsene brauchen auch Kinder Zeit zum Trauern – selbst wenn das manchmal nicht so scheint. Denn Kinder trauern in Wellen: Mal sind sie betrübt, dann sind sie wieder so wie immer, sind gelöst und lachen. Daher sollten Sie immer für Ihr Kind da sein, damit es über seine Ängste und Sorgen sprechen kann. Sind Sie aufgrund Ihrer eigenen Trauer nicht dazu in der Lage, kann diese Aufgabe auch eine nahestehende Person übernehmen.

Wenn der Tod Kindern buchstäblich die Sprache verschlägt, kann es helfen, sich dem Unfassbaren mit anderen Mitteln zu nähern: zum Beispiel durch Malen, ein Puppenspiel oder durch geeignete Bilder- oder Kinderbücher zum Thema Sterben und Tod.

Andrea Behnke

Was Kinder wissen wollen

Stellen Sie sich den Fragen Ihres Kindes. Nehmen Sie seine Sorgen ernst und seien Sie ehrlich:

- ▶ „Stirbst du (jetzt) auch?“
Erklären Sie, dass Menschen sterben, wenn sie alt oder sehr krank sind.
- ▶ „Bist du traurig, weil Opa tot ist?“ Geben Sie zu, dass Sie traurig sind – und zeigen Sie, dass Sie trotzdem für Ihr Kind da sind.
- ▶ „Ist Opa jetzt im Himmel?“ Erklären Sie, dass der Körper im Sarg begraben ist, die Seele aber durchaus woanders sein kann. Reden Sie mit dem Kind über seine Vorstellungen.
- ▶ Achtung: Sagen Sie nicht, dass „Opa friedlich eingeschlafen ist“. Das kann Kindern Angst vor dem Einschlafen machen.

Ratgeber gewinnen

Wir verlosen drei Bücher von Andrea Behnke (Herder Verlag). Beantworten Sie einfach die Frage: **Wie trauern Kinder?**

Schreiben Sie an: Redaktion vigo Pflege, Stichwort: „Kinder“, Kasernenstr. 61, 40213 Düsseldorf oder nehmen Sie online teil: www.aok.de/rh/gewinnspiel, Einsendeschluss: 15. Nov. 2015



Service 
Unterstützung

In den **kostenfreien AOK-Pflegekursen** erfahren Sie, was im Todesfall zu tun ist. **Termine finden Sie auf Seite 2.**