

## «Ist Aetti nun im Himmel?» Mit Kindern über den Tod reden

**6 Grundregeln** beim Sprechen mit Kindern über den Tod oder über andere tragische Ereignisse

### **Offenheit erlauben**

Erwachsene sollten ihre Gefühle mit den Kindern teilen, ohne dass dadurch die grundlegende Sicherheit und Ruhe verlorengeht, die das Kind braucht.

### **Fragen stellen erlaubt**

Hören Sie dem Kind zu und beantworten Sie sein Fragen ehrlich. Wenn das Kind Fragen über das Ereignis stellt, beantworten Sie diese einfach und ohne genaue Erklärungen, die ein älteres Kind oder ein Erwachsener brauchen würde. Falls das Kind Schwierigkeiten haben sollte, sich auszudrücken, erlauben Sie ihm ein Bild zu zeichnen oder eine Geschichte über das was passiert ist, zu erzählen.

### **Schmerz und Ängste teilen**

Versuchen Sie zu verstehen, was die Ängste des Kindes auslösen. Seien Sie sich bewusst, dass das, was den Kindern am meisten Angst macht, oft die Furcht davor ist, dass das Ereignis wieder passieren, jemand getötet wird, oder sie von der Familie getrennt, bzw. alleine gelassen werden.

### **Zuwendung geben**

Erwachsene können Notsituationen für Kinder weniger belastend machen, indem Sie Sicherheit geben, aufrichtig und behütend sind.

### **Alltagsroutinen einhalten**

Kinder bekommen Sicherheit zum grossen Teil daraus, dass ihre Umgebung vorhersehbar ist. Nach einem Notfall sollten Sie daher so schnell wie möglich wieder Alltagsroutinen einkehren lassen: Essen und Schlafen gehen zu bestimmten Zeiten, Familienrituale etc.



### **Grenzen setzen**

Kinder sind nach traumatischen Ereignissen oft irritierbar und verhalten sich aggressiv. Setzen Sie auf verständnisvolle Weise und ohne Anwendung von Gewalt, klare Grenzen. Das gibt dem Kind Sicherheit.

Nach Linda Goldmann ist es wichtig, das Kind folgendes immer wieder wissen zu lassen:

- «Er wird in deinem Leben nicht mehr da sein, aber er ist in deiner Erinnerung.»
- «Ich bin traurig, habe Angst, bin zornig darüber, was passiert ist. Ich fühle mich allein ohne ihn.»
- «Wir werden Bilder von ihm aufbewahren.»
- «Wir werden ihn vermissen.»
- «Wir sind traurig, aber wir werden es gemeinsam durchstehen.»
- «Wir bleiben trotzdem eine Familie.»

Man kann auch versuchen, das Kind teilhaben zu lassen, um ihm Handlungsfähigkeit zu ermöglichen:

- Stellen Sie dem Kind Fragen darüber, was beispielsweise mit den Kleidern des Verstorbenen passieren soll, oder welche Blumen auf das Grab gepflanzt werden.
- Berücksichtigen Sie die Wünsche des Kindes.

<p><b>Reformiertes Pfarramt Ins</b>  <b>Pfrn. Sylvia Käser Hofer</b>  <b>Kirchrain 37</b>  <b>3232 Ins</b></p> <p><b>Tel. +41 32 313 15 17</b></p> <p><b>E-Mail: <a href="mailto:pfarramt.ins@ref-kirche-ins.ch">pfarramt.ins@ref-kirche-ins.ch</a></b></p> <p><b>Web: <a href="http://www.ref-kirche-ins.ch">www.ref-kirche-ins.ch</a></b></p>	<p><b>Eberhard Jost, lic.theol.</b>  <b>Koordinator Pfarreizentrum Ins</b>  <b>Fauggersweg 8</b>  <b>3232 Ins</b></p> <p><b>Tel. 032 387 24 12</b></p> <p><b>E-Mail: <a href="mailto:eberhard.jost@kathsee-land.ch">eberhard.jost@kathsee-land.ch</a></b></p>	<p><b>Fabian Blättler, lic. phil.</b>  <b>Kantonale Erziehungsberatung</b>  <b>Biel-Seeland</b>  <b>Bahnhofstrasse 50</b>  <b>2502 Biel</b></p> <p><b>Telefon +41 31 636 15 20</b></p> <p><b><a href="mailto:eb.biel@erz.be.ch">eb.biel@erz.be.ch</a></b>  <b><a href="http://www.erz.be.ch/erziehungsberatung">www.erz.be.ch/erziehungsberatung</a></b></p>
---	---	--