

So unterstützt man Kinder beim Trauern

Die Bühler Trauerbegleiterin Sabine Hurler erklärt, warum Ehrlichkeit beim Sprechen über den Tod so wichtig ist

Von Lea Oestreicher

Bühl. Kindern hilft Klarheit. Zu wissen, was wirklich vorgefallen ist. Sätze wie „Der Opa ist jetzt im Himmel“ oder „Mama ist für immer eingeschlafen“ helfen ihnen nicht. Auch wenn Bezugspersonen Kinder mit diesen Umschreibungen nur schützen wollen.

Das weiß Sabine Hurler aus eigener Erfahrung. Die 49-Jährige aus Kappelwindeck ist Trauerbegleiterin für Kinder, Jugendliche und Familien im Hospiz- und Palliativdienst Pallium in Bühl.

Sie erzählt, dass Kinder diese metaphorischen Aussagen missverstehen könnten. Etwa wenn ein Kind mit dem Flugzeug in den Urlaub fliege und der Opa nicht zwischen den Wolken sitzt. Oder wenn es nicht mehr schlafen wolle, weil es Angst habe, nie mehr aufzuwachen.

Es falle Bezugspersonen sicherlich schwer, Kindern zu sagen, dass jemand gestorben ist und nie mehr wiederkommt. Aber Kinder bräuchten die Wahrheit, so Hurler. „Es gibt nichts Schlimmeres als eine Ungewissheit oder den Glauben: Das könnte sich doch noch ändern.“

Neben dem offenen Sprechen über den Tod gibt es noch andere Wege, Kinder beim Trauern um ein Familienmitglied zu unterstützen. Wer es seinen Kindern erleichtern will, den Verlust eines Familienmitglieds zu verarbeiten, könne nämlich schon vor dem Verlust mit der Trauerarbeit beginnen. Etwa indem man seinen Kindern schon davor sage, dass das Familienmitglied sterben werde.

Außerdem könne man sein Kind in die

Planung der Beerdigung einbeziehen. Gemeinsam die Urne oder den Sarg zu bemalen etwa, sei ein Ritual, das Kindern helfe, den Tod zu begreifen.

Ein Mädchen, das Hurler als Trauerbegleiterin betreut habe, habe mit seinem Vater den Platz für das Grab seiner Mutter ausgesucht. „Das Grab liegt jetzt so, dass das Kind auf dem Schulweg einen Abstecher machen kann“, erklärt sie. Da könne es seiner Mama dann erzählen, was es heute alles erlebt habe.

„
Es gibt nichts
Schlimmeres als eine
Ungewissheit.

Sabine Hurler
Trauerbegleiterin

Außerdem helfe es gerade jüngeren Kindern, den Tod zu begreifen, wenn sie die verstorbene Person sehen. Hurler war etwa bei der Verabschiedung eines Familienvaters auf der Intensivstation dabei. Auch seine Kinder waren vor Ort. „Es ist wichtig, dass Kinder wirklich begreifen: Der Papa, den ich vorher kannte, der ist so nicht mehr da“, erklärt Hurler.

Das sollte aber nicht unbegleitet geschehen, meint Hurler. Eine Bezugsperson oder ein Trauerbegleiter solle die Kinder auf den veränderten Körper vorbereiten.

Kinder trauern anders als Erwachsene. Sie springen in sogenannte Trauerpfützen, sagt Sabine Hurler. In einem Moment

können sie traurig oder wütend sein, sich zurückziehen oder Bauchschmerzen haben, und im nächsten Moment lachen sie wieder.

Das könne für die Kinder und auch für ihre Bezugspersonen verwirrend sein. Doch der schnelle Wechsel der Emotionen sei ganz normal, und das solle man den Kindern auch so sagen. Beim Trau-

ern helfe außerdem Erinnerungsarbeit. Bezugspersonen könnten mit Kindern eine Erinnerungsbox oder ein Erinnerungsbuch gestalten. Dabei geht es darum, glückliche Erinnerungen an die verlorene Person zu bewahren. Aber am wichtigsten sei es, einfach für die Kinder da zu sein, so Hurler. Gespräche mit ihnen zu führen, diese jedoch nicht aufzuzwin-

gen. Halten Trauerreaktionen über ein Jahr lang an, könne eine Unterstützung von außen sinnvoll sein. Etwa durch eine Trauerbegleiterin. Sabine Hurler bietet im Pallium Einzeltrauerbegleitungen an. Seit Februar leitet sie dort außerdem eine Kinder- und Jugendtrauergruppe.

„Wir lachen viel“, erzählt sie. Der große Raum, in dem die Trauerbegleitung stattfindet, wird von freiliegenden Holzbalken in gemütliche Ecken gegliedert. Eine lädt mit Decken und Kuscheltieren zum Zurückziehen ein, eine andere zum Basteln und Schreiben.

In der Mitte steht ein großer Tisch. Hier hat Hurler mit den Kindern schon Erinnerungsboxen gestaltet oder Ketten hergestellt, um eine verlorene Person bei sich tragen zu können.

Und natürlich wird in der Trauergruppe viel geredet. Sowohl mit der Trauerbegleiterin als auch unter den Kindern und Jugendlichen. So merken sie oft zum ersten Mal, dass es noch andere in ihrem Alter gibt, die ihre Mutter oder ihren Vater verloren haben. Dann falle ihnen oft ein Stein vom Herzen, erzählt Hurler, und sie fühlten sich endlich verstanden.

Service

Die Trauergruppe findet einmal im Monat für Kinder der Klassen fünf bis sieben oder auf Anfrage statt. Anmelden kann man sich vor Ort in der Eisenbahnstraße 34 in Bühl, per Mail an sabine.hurler@pallium-care.de sowie per Telefon unter 07223 9917500. Die Angebote von Pallium in der Trauerbegleitung finanzieren sich durch Spenden und sind kostenlos.



In der Kinder- und Jugendtrauerbegleitung von Sabine Hurler wird sich erinnert, gebastelt und vor allem viel gelacht.
Foto: Lea Oestreicher