

Mit Kindern im Kita-Alter über den Tod reden

Viele Erwachsene möchten Kinder gerne vor schweren und schlimmen Erlebnissen schützen. Das ist ein berechtigtes Anliegen. Doch oft erfahren und wissen Kinder viel mehr, als uns bewusst ist, ohne, dass wir es beeinflussen können. Wenn ein Mensch verstirbt, den das Kind gut kannte, dann macht es eine Erfahrung mit dem Tod. Es hat in dieser Situation oft neue und ungewohnte Gefühle. Es hat Fragen. Das Verschweigen des Geschehens, macht es nicht ungeschehen. Das Kind ist dann nur mit seiner Erfahrung allein. Gedanken und Gefühle hat es trotzdem.

In solchen Situationen hilft es dem Kind, wenn Erwachsene ihm ehrlich und offen für seine Gefühle und Fragen begegnen. Nur was besprochen werden kann, kann auch innerlich seelisch verarbeitet werden.

In einem Todesfall, der das Kind betrifft, ist es wichtig dem Kind – ohne es übermäßig auszumalen – zu erzählen, was genau passiert ist. Dabei sollte man konkret davon sprechen, dass jemand verstorben ist. Bilder, die den Tod umschreiben, wie „Der Opa ist entschlafen“ oder „Die Oma ist von uns gegangen“, wecken bei den Kindern falsche Assoziationen. Sie denken „Opa schläft doch nur. Warum wacht er nicht auf?“ oder auch: „einschlafen ist gefährlich, davon kann man sterben!“ Sie fragen: „Warum hat Oma uns nicht auf Wiedersehen gesagt? Wann kommt sie wieder?“ oder auch: „Warum ist sie weggegangen? Hab ich was falsch gemacht? Hat sie mich nicht mehr lieb?“.

Dem Kind zu sagen: „Die Oma ist gestorben. Sie ist jetzt tot.“ Ist klar und deshalb hilfreich für das Kind, um diese neue Erfahrung einzuordnen. Wenn wir erzählt haben, was passiert ist, gilt es die Fragen des Kindes zu hören und möglichst ehrlich und authentisch zu antworten. Es kann sein, dass wir manches nicht wissen. Dann können wir das sagen.

Erleben Kinder zum ersten Mal einen Todesfall, der sie selbst betrifft, können Sie sich noch nicht vorstellen, dass der Tod unumkehrbar ist. Immer wieder fragen sie: „Wann wird Tante N. wieder lebendig?“ „Kommt Tante N. dann Weihnachten wieder?“ Immer wieder erklären wir geduldig: „Tante N. kann leider nicht mehr kommen. Tante N. ist tot. Das ist leider für immer.“ Irgendwann hat das Kind dann die Erfahrung gesammelt: Tante N. kommt nie wieder. Tot sein heißt, ich kann den Menschen nie wiedersehen. Wenn das Kind diese Erkenntnis hat, kommt meist noch mal ein Trauerschub. Das Kind weint und trauert ein halbes Jahr nach dem Todesereignis plötzlich- für Erwachsene scheinbar unverhofft. – Das Kind erlebt aber jetzt erst die ganze Wucht der Trennung für immer. Vorher hatte es diese Entwicklung noch nicht gemacht.

Manchmal stellen Kinder ganz existentielle Fragen, wie: „Was passiert mit einem Menschen, wenn er stirbt?“ Dabei kann es auch hilfreich sein, zuerst zurückzufragen: „Was denkst Du denn?“ Das gibt dem Kind die Möglichkeit sein eigenes Wissen und seine eigenen Vorstellungen zu erzählen. Dabei zeigt sich manchmal, dass die Frage sowohl geistig, als auch ganz konkret körperlich gemeint sein kann.

Kinder haben oft keine Angst davor, auch ganz sachliche Fragen zu dem toten Körper, zur Beerdigung, zu den Abläufen zu stellen. Sie wollen wissen, wie die Welt funktioniert – auch in Bezug auf den Tod. Sie haben beides: Sachfragen und Fragen nach Hoffnung und Trost, der den Tod erträglicher macht.

Es kann sein, dass Eltern ihrem Kind auf Fragen andere Antworten geben, als die Kita-Fachkräfte. Auf manche Fragen, kann es hilfreich sein, dass dem Kind von unserer Hoffnung, unserem Glauben, von dem, was uns tröstet, erzählen. Dabei ist es besonders wichtig, sich selbst treu zu sein und nur zu erzählen, was auch wirklich tröstet, was die eigene Hoffnung ist. Kinder können solche unterschiedlichen Aussagen einordnen. Sie machen oft die Erfahrung, dass Erwachsene nicht alle dasselbe denken. Für sie ist entscheidend: Glaubt der einzelne Mensch das, was er mir erzählt? Sie spüren, wenn jemand in dieser Hinsicht nicht ehrlich ist. Wenn es für sie einen Widerspruch gibt, werden sie in einer offenen Atmosphäre weiterfragen. Es ist gut zu benennen: „Ich stelle mir das so vor... Mich tröstet es, wenn ich mir vorstelle...“

Menschen behelfen sich in Krisen auch mit Ritualen. Es kann für Kinder wohltuend sein, eine Kerze für die verstorbene Person anzuzünden und über sie zu sprechen. Es kann auch gut tun etwas zusammen zu singen, etwas zu malen und ein Gebet zu sprechen, einen Blumenstrauß zu pflücken und zum Grab zu bringen. Überlegen sie mit dem Kind, welche Rituale jetzt guttun.

Wenn sie als Eltern ihr Kind in der Trauer begleiten, dann kommt zum Schmerz des Kindes oft ihre ganz eigene Betroffenheit und Trauer mit dem Todesfall dazu. Es ist hilfreich, wenn sie ihre Gefühle auch benennen: Ich bin traurig, wenn ich an N. denke, weil er mir fehlt. Es ist okay, traurig zu sein. Das gehört dazu. Neben Traurigkeit, können aber auch noch alle möglichen anderen Gefühle in der Trauer zu spüren sein: Wut, Leere, Dankbarkeit, Freude zu leben, alles durcheinander. Miteinander zu spüren: Wie geht es mir gerade jetzt? Und die Gefühle zu benennen, kann sehr hilfreich für das Kind sein, um sich in dieser verwirrenden Situation besser selbst zu verstehen.

Wenn ein Kind nach der ersten Mitteilung nicht über den Tod und den verstorbenen Menschen sprechen will, sondern lieber spielen, oder malen, oder einfach nur schweigen möchte, ist das zu respektieren. Kinder kommunizieren nicht nur über gesprochene Sprache. Sie drücken ihre Gefühle auch in Spiel und Gestaltungen aus. Trauer verläuft für Kinder aber auch nicht linear. Sie bricht plötzlich herein, dann suchen sie Nähe, wollen weinen und getröstet werden, dann wieder ist es plötzlich vorbei und das Spiel geht weiter. Irgendwann, es kann auch Monate später sein, stellt das Kind Fragen, oder erzählt seine Gedanken.

Deshalb brauchen Kinder Erwachsene, die ein offenes Ohr haben, für Fragen, die Kinder Tage, Wochen oder Monate nach einem Ereignis stellen. Kita-Kinder haben unterschiedliche Ideen zu Sterben und zu Tod. Das Thema Tod begegnet ihnen nicht erst, wenn sie erleben, dass ein Mensch, den sie liebhaben, stirbt. Viele Kinder erleben Trauer zum ersten Mal, wenn ein ihnen vertrautes Haustier stirbt. Dieser Verlust ist für die Kinder ein sehr realer. Ein Freund ist gestorben. Sätze wie: „Das war doch nur ein Hamster“ oder „Du musst nicht weinen, deine Eltern kaufen dir bestimmt ein neues Meerschweinchen.“, nehmen das Kind in seiner Trauer – in der Beziehung, die es zum Tier hatte nicht ernst. Wenn es aber ernst genommen und in der Trauer begleitet wird, kann solch eine erste Erfahrung mit Trauer Gedanken und Entwicklungen im Kind auslösen.

Wenn Kinder ihre eigenen Gedanken zum Tod ausdrücken, wird deutlich, dass diese von ihren Erfahrungen und kultureller Praxis beeinflusst sind. Neben der konkreten Trauererfahrung, kommt der Tod auch in Filmen, wie dem Pixar-Film Coco, in Cartoons, in Märchen, in Liedern, in Spielen, in vielen Geschichten vor. Kinder finden beim Spielen tote Vögel und schnappen auf, was Erwachsene zum Tod sagen. All das verarbeiten Kinder mit, wenn sie ihre Vorstellungen zu dem, was der Tod bedeutet, entwickeln.

Die Vorstellungen die Kinder haben, darüber was „danach“ kommt, hat etwas mit Bedürfnissen und Wünschen hier im Leben zu tun: Wenn Kinder erleben, dass jemand stirbt, den sie gekannt haben, dann wünschen Sie sich, dass diese Person auch im Jenseits hat, was sie braucht. Sie wünschen sich, dass es eine bleibende Verbindung gibt. Je nachdem, wer gestorben ist, erlebt das Kind ganz konkret, welchen Verlust das für sein Leben bedeutet. Die Frage: „Wer backt denn jetzt meinen Geburtstagskuchen?“ ist nicht egoistisch, sondern entspricht der Entwicklung des Kindes. Das Kind begreift den Verlust, den ein Todesfall darstellt an ganz konkreten Dingen.

Das Wissen um die eigene Sterblichkeit (Ich muss auch sterben) bildet sich bei Kita Kindern in der Regel noch nicht heraus. Nur bei schwer kranken Kindern und ihren Freunden, kommt es aufgrund ihrer sehr besonderen Erfahrung, manchmal schon in diesem Alter vor.

Aber Kita Kinder fragen oft ihre Eltern und Erzieher*innen: „Wirst Du auch sterben?“ Dahinter stecken manchmal ganz konkrete Ängste: „Wer sorgt dann für mich?“ Solche Ängste werden am besten dadurch bearbeitet, dass die Eltern dem Kind erklären, warum ihr Sterben jetzt unwahrscheinlich ist: „Ich bin gesund und noch jung.“ Man kann Kindern aber auch helfen, indem man konkret abspricht, wer für sie sorgen würde, wenn den Eltern etwas zustoßen würde.

Mit Kindern über den Tod reden, ist kein leichtes Unterfangen. Es kostet Kraft. Es konfrontiert auch uns, damit, dass es den Tod, Trauer und Schrecken in dieser Welt gibt. Es fordert uns Erwachsene heraus, uns zu fragen: Was trägt mich denn? Was fühle ich denn? Was tut jetzt gut? Was kann ich ehrlich sagen? Wenn wir Kinder aber in ihren Fragen und Gefühlen durch eine Zeit der Trauer gut begleiten, dann können sie dadurch Resilienz, seelische Widerstandskraft entwickeln. Diese wird sie in zukünftigen Krisen stärken.