

Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun
Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden
Band: 59 (1999-2000)
Heft: 2: Tod - Das Tor zum Licht

Artikel: Kinder in ihrer Trauer begleiten : Zeit und Gelegenheit geben zum Abschied nehmen
Autor: Steffen, Georges
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-357366>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Zeit und Gelegenheit geben zum Abschied nehmen

Kinder in ihrer Trauer begleiten

Wie viele Anmeldungen wegen eines Todesfalles im Umfeld eines Kindes gelangen an die Schul- und Erziehungsberatung? Ein Durchgehen zurückliegender Anmeldungen und ein Nachfragen bei Kollegen und Kolleginnen zeigt, dass die Thematik immer wieder, aber häufig auch versteckt auftaucht.

Vordergründig stehen meistens Schwierigkeiten im Zentrum einer Anmeldung. Daneben wird über (Schul-)Verweigerung, Ängste, Schlafprobleme, Einnässen oder Rückzugsverhalten berichtet. Fällt ein Verlusterlebnis zusätzlich in eine sensible, unsichere Zeit, wie etwa beim Übergang Kindergarten-Schule, kann dies zusätzlich Schwierigkeiten bereiten oder sich erst als Problem zeigen.

Georges Steffen,

Schul- und Erziehungsberater in Thusis

So beispielsweise bei einem sechsjährigen Knaben im zweiten Kindergartenjahr, der zuerst wegen Konzentrationsschwierigkeiten angemeldet wurde. Im Kindergarten wollte er häufig im Mittelpunkt stehen und das Geschehen kontrollieren. Die Eltern berichteten, dass vor Jahren seine jüngere Schwester noch im Säuglingsalter verstorben war. Seit einiger Zeit fragte er vermehrt nach dem Geschwister nach. Die innere Unruhe machte den Eltern im Hinblick auf die Einschulung Sorge. Eltern und Kindergärtnerin suchten in Zusammenarbeit mit der Schul- und Erziehungsberatung nach Unterstützungsmöglichkeiten für das Kind. Es wurde versucht, auf verschiedenen Ebenen Hilfe für das Kind anzubieten: Eine möglichst durchschaubare und klare Struktur im Kindergarten sollte das Gefühl der Sicherheit des Kindes stärken, das Kind erhielt zu bestimmten Zeiten besondere Zuwendung durch die Kindergärtnerin, zu Hause wurde mit Geschichten das Erlebnis nochmals aufgegriffen und dem Knaben geholfen, darüber zu sprechen und das Geschehen einzuordnen. Es fanden mehrere Gespräche in dieser Zusammensetzung statt. Der Knabe wurde nach Wochen unauffälliger und die Einschulung verlief rückblickend günstig.

Natürlich gelingt es nicht immer, Kinder in dieser Art in ihrer Verarbeitung zu unterstützen, oder es reicht nicht aus, weil ein

Kind zu sehr in seiner Trauer blockiert ist. Dann kann möglicherweise eine Therapie beim Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst oder bei einem freischaffenden Therapeuten oder Therapeutin ein Kind in seiner Trauer stützen und bei der Bewältigung helfen.

Je nach Alter verstehen Kinder den Tod unterschiedlich

Abhängig vom Alter haben Kinder und Jugendliche unterschiedliche/verschiedene Vorstellungen vom Tod. Vorschulkinder (ca. 3-6 Jahre) verbinden den Tod mit Nicht-da-sein. Tod-sein ist nicht das Ende.

Allerdings können Kinder, die tatsächlich eine enge Bezugsperson verloren haben, auch schon recht klare Vorstellungen über die Endgültigkeit des Todes haben. Zwischen sechs und acht Jahren wird der Tod langsam als etwas Endgültigeres verstanden, was allen Menschen, auch einem selber widerfährt.

Erst ab ungefähr neun Jahren entwickeln die meisten Kinder eine genaue Vorstellung über die Unausweichlichkeit des Todes. Kinder dieses Alters zeigen aber auch eine sachliche Neugier, was Tod und Sterben anbelangt.

Jugendliche haben die gleichen Vorstellungen wie Erwachsene. Im Zusammenhang mit Gedanken an den Tod sind aber bei Jugendlichen verstärkt Gefühle der Angst und Unsicherheit da.

Trauer als Teil des Lebens:

Trauern ist eine normale und wichtige Reaktion eines Menschen auf den Tod eines ihm wichtigen Menschen. Sie ist eine angeborene Fähigkeit. Es sind verschiedene Phasen bekannt, die die meisten Menschen während des Trauens

durchleben. Kindliche Trauer kann manchmal aber auch sprunghaft und für Aussenstehende nicht leicht verständlich sein. Häufig wird ein schmerzhafter Verlust im ersten Moment geleugnet. Das ist doch nicht möglich! Das kann nicht sein! Nach diesem Schock tauchen Gefühle wie Verzweiflung, Leere vielleicht auch Schuld auf. Wut und Aggression auf einen Verstorbenen, gegen die Umwelt oder sich selber kann ein Zeichen dafür sein, dass die Endgültigkeit der Trennung und die eigene Ohnmacht im Moment nicht akzeptiert wird. Da Kinder noch weniger ihr Verhalten bewusst reflektieren können, sind sie stärker als Erwachsene ihren Gefühlen ausgeliefert. Dann folgt meist eine Zeit des Abschiednehmens. Die Erinnerung an die verstorbene Person tritt in den Vordergrund. Danach kann eine Zeit des Rückzugs und der Erschöpfung folgen. Kinder können hier manchmal auf eine frühere Entwicklungsstufe zurückfallen oder durch Schulverweigerung und Leistungshemmung auffallen. Wichtig ist, dass diese Kinder nicht in ihrer Regression blockiert bleiben. In dieser Zeit der Abkehr von der Aussenwelt können Kräfte gesammelt und Perspektiven für sich entwickelt werden, um eine Rückkehr in die Umwelt vorzubereiten, welche die neue Realität annimmt.

Einige Anregungen zur Hilfe für trauernde Kinder

Ein Kind muss Zeit und Gelegenheit zum Abschiednehmen haben.

Kinder spüren, wie ihre Umwelt auf den Tod eines Menschen reagiert. Unterdrückte Elterntrauer, vielleicht aus dem Gefühl heraus, das Kind damit nicht zusätzlich belasten zu wollen, wirkt sich negativ aus. Das Kind soll trauern und auch erfahren kön-

«Trauer ist keine Krankheit, kann aber krank machen, wenn wir sie in ihrem Ausdruck behindern»

Jorgos Canacakis

nen, dass die Eltern oder die Bezugspersonen trauern. Es soll mit ihnen über den verstorbenen Menschen sprechen und Erinnerungen nachgehen können. Ein beliebter Leiter eines Kinderbersteigerkurses verunfallte auf einer Bergtour (ohne die Kinder) tödlich. Die Eltern des Verunfallten ermöglichten, dass jedes der Kinder einen Karabiner zum Klettern geschenkt bekam. Dies erleichterte allen das Sprechen über den Verstorbenen. Die Kinder standen in einer Art symbolischer Verbindung mit ihm und konnten sich Gegebenheiten von früher erzählen.

Auch Erwachsene fühlen sich dem Tod gegenüber hilflos und ohnmächtig.

Trotzdem sollen Fragen von Kindern aufgenommen werden. Es geht nicht darum, auf alles eine abschliessende Antwort zu haben. Und ein Kind soll auch über die Veränderung aufgeklärt werden, die der Tod einer nahestehenden Person mit sich bringt.

Bei Kindern können Geschichten und Zeichnen helfen, den Verlust zu bewältigen. Beides bietet Gelegenheit für das Gespräch. Es hilft, die Endgültigkeit des Todes zu verarbeiten.

Das Thema Tod kann bei anderen Verlusterlebnissen aufgegriffen werden, etwa beim Tod eines Haustieres oder beim Tod eines entfernten Bekannten des Kindes. Ein Erstklassmädchen wurde wegen Schulschwierigkeiten angemeldet. Bald wurde deutlich, dass das Mädchen sehr unter dem Verlust ihrer Katze litt, obwohl dies schon einige Zeit zurücklag. Zudem zeigten sich seither Schlafstörungen. Erst mit der Zeit lernte das Mädchen, den Verlust zu akzeptieren.

Körperliche Nähe kann ohne viele Worte Anteilnahme und Verbundenheit ausdrücken.

Rituale wie eine Kerze anzünden, ein Foto aufstellen oder Grabbesuch können die Trauer in Handlungen ausdrücken und Halt geben. Ein Kind soll selber entscheiden können, ob es am Begräbnis teilnehmen möchte. Eine Teilnahme an der Beerdigung sollte sorgfältig besprochen und von einer Bezugsperson begleitet werden.

Ein Kind soll sich trotzdem auch weiterhin am Leben freuen dürfen!



Weiterführende Literatur:

Speziell über und für Kinder:

«Mit Kindern trauern» von Gertraud Finger, Kreuz Verlag (auch zu den Themen «Wenn Kinder sterben» und «Um Kinder trauern», mit vielen Kinderbuchbesprechungen)

«Leb wohl Lieber Dachs» von Susan Varley, Annette Betz Verlag (eines von vielen Kinderbilderbüchern)

Bücher, die das Thema eher allgemein, mit Beispielen aus der Erwachsenenwelt behandeln:

«Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses» von Verena Kast, Kreuz Verlag

«Ich begleite dich durch deine Trauer» von Jorgos Canacakis, Kreuz Verlag