

CHRISTIANE MATHIS

*Kindertrauer  
verstehen*





## „KANN MAL BITTE JEMAND IN MEINE WELT KOMMEN UND MIR HELFEN?“

Kindertrauer ist sowohl für Erwachsene als auch für trauernde Kinder selbst nicht immer einfach zu verstehen. Dann kann es hilfreich sein, Brücken zu finden oder zu bauen, um sich gegenseitig gut erreichen zu können. Dieses Buch bietet vielfältige Ideen und Gedankenimpulse zum Verstehen und Unterstützen von trauernden Kindern und Familien an, die auf langjähriger Erfahrung basieren.

Egal, ob Sie diese als von Trauer selbst Betroffene, Privatpersonen oder Fachkräfte lesen möchten: Es wird aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet, wie Hospiz- und Trauerbegleitung von Familien und Kindern warmherzig, feinfühlig, kompetent und lebensnah gelingen kann.



9 783758 388057

CHRISTIANE MATHIS

*Kindertrauer verstehen*

CHRISTIANE MATHIS

*Kindertrauer  
verstehen*



CHRISTIANE MATHIS

# *Kindertrauer verstehen*

Copyright © by Christiane Mathis

Lektorat und Korrektorat: Viktoria Jakobs

Coverdesign: Viktoria Jakobs

Typografische Bearbeitung und Satz: Viktoria Jakobs

Herstellung und Verlag: BoD – Books on Demand, Norderstedt

Printed in Germany

ISBN: 978-3-758388-05-

Auch als e-Book erhältlich

Copyright für die deutsche Ausgabe 2024: Christiane Mathis

1. Auflage 2024

Alle Rechte vorbehalten. Reproduktion, Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, Wiedergabe auf elektronischen, fotomechanischen oder ähnlichen Wegen, Funk und Vortrag, auch auszugsweise ausschließlich nach schriftlicher Genehmigung der Copyrightinhaberin.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß §44b UrhG („Text und Data-Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>DISCLAIMER UND GENDERHINWEIS</b>	<b>9</b>
<b>VORWORT</b>	<b>13</b>
<b>KAPITEL 1</b>	
<b>WAS IST TRAUER EIGENTLICH?</b>	<b>19</b>
WAS IST TRAUER EIGENTLICH?	21
WIE TRAUERN ERWACHSENE?	27
WIE TRAUERN KINDER?	41
<b>KAPITEL 2</b>	
<b>TRAUER ENTWICKLUNGSBEZOGEN VERSTEHEN</b>	<b>53</b>
TRAUER ENTWICKLUNGSBEZOGEN VERSTEHEN	55
0-3 JAHRE: „IN DIESEM ALTER KRIEGEN SIE NOCH NICHT VIEL MIT“	67
3-6 JAHRE: FREMDE GERÜCHE	87
6-8 JAHRE: „WIR MÜSSEN UNBEDINGT DEN OPA BESUCHEN“	99
8-11 JAHRE: „SIE MUSS DRINGEND IN PSYCHOTHERAPIE“	113
12-14 JAHRE: „DAS IST NICHTS FÜR MÄDCHEN IN DEINEM ALTER“	131
15-18 JAHRE: „IN DIESEM ALTER SIND SIE UNSENSIBEL UND NUR MIT SICH SELBST BESCHÄFTIGT“	141
WAS TRAUERENDE KINDER UND FAMILIEN BRAUCHEN	153
SPIRITUAL CARE FÜR KINDER	189

## **KAPITEL 3**

### **BESONDERE KONTEXTE**

**205**

WAS BESONDERE KONTEXTE GEMEINSAM HABEN	209
PLÖTZLICHER TOD DURCH EINEN MEDIZINISCHEN NOTFALL	217
UNFALLTOD	227
SUIZID INNERHALB DER FAMILIE	235
FAMILIENGEHEIMNISSE	253
UNTERDRÜCKTE TRAUER	269
ZERSTRITTENE FAMILIENKONSTELLATIONEN UND „OFFENE RECHNUNGEN“	279
WENN EINE NEUE PARTNERSCHAFT IM RAUM STEHT	297

## **KAPITEL 4**

### **HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN**

**311**

WIE KANN ICH MIT KINDERN ÜBER SOLCH HEIKLE THEMEN SPRECHEN?	315
WIE VIEL VON MEINER EIGENEN BESORGNIS ODER TRAUER DARF MEIN KIND MITBEKOMMEN?	325
WAS SOLLTEN WIR ELTERN VERMEIDEN?	333
WAS BRAUCHEN GESCHWISTER LEBENSVERKÜRZEND ERKRANKTER KINDER?	337
WIE SAG ICH`S MEINEM KIND?	347
DÜRFEN KINDER MIT INS KRANKENHAUS, AUF DIE PALLIATIVSTATION ODER INS HOSPIZ?	367
WOVOR SOLLTEN KINDER IN PALLIATIVEN SETTINGS GESCHONT WERDEN?	377
DÜRFEN KINDER BEIM STERBEPROZESS MIT DABEI SEIN?	383
DÜRFEN KINDER DIE VERSTORBENE PERSON SEHEN ODER GAR ANFASSEN?	399
DÜRFEN KINDER MIT AUF DIE BEERDIGUNG?	405

WAS KOMMT NACH DEM TOD?	411
MEIN KIND WILL NICHT IN DIE TRAUERGRUPPE	417
MEIN KIND REDET NICHT ÜBER DAS, WAS ES BESCHÄFTIGT ODER BELASTET	431
WORAN ERKENNE ICH QUALIFIZIERTE UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE?	441
WIE LANGE DAUERT EIN TRAUERPROZESS ODER: WANN IST ES ENDLICH VORBEI?	447
GIBT ES SCHWIERIGE KINDER UND FAMILIEN?	459

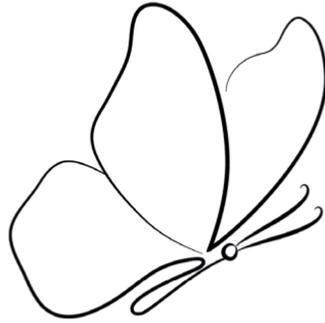
## **KAPITEL 5**

### **PERSÖNLICHES ZUM SCHLUSS 469**

LIEBE ELTERN,	473
LIEBE TRAUERENDE KINDER, JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE,	481
LIEBE ANGEHÖRIGE UND FREUNDE,	487
LIEBE ÄRZTINNEN, ÄRZTE UND PFLEGEKRÄFTE,	493
LIEBE PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE,	505
GEDANKEN AN DIEJENIGEN, DIE GERNE METAPHYSISCH HILFREICH SEIN MÖCHTEN	513
TRAUERENDE KINDER ERMUTIGEN UND STÄRKEN	523
WENN SIE SELBST KINDER UND FAMILIEN BEGLEITEN MÖCHTEN	529

### **DANKSAGUNG 543**

### **ÜBER DIE AUTORIN 547**



## DISCLAIMER UND GENDERHINWEIS

### *DISCLAIMER*

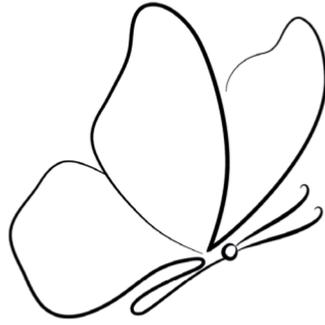
Dieses Buch enthält sensible Inhalte über trauernde Kinder und Familien, sowie über lebensverkürzend erkrankte und sterbende Menschen. Bitte reflektieren Sie sich selbst vorher feinfühlig darüber, ob Sie dieses Buch lesen möchten und mit welchen Inhalten Sie sich die Auseinandersetzung selbst zutrauen.

Des Weiteren ist es mir wichtig anzumerken, dass dieses Buch kein Leitfaden zur Selbstdiagnose oder Eigen- bzw. Fremdbehandlung ist. Ich lege Ihnen daher wärmstens ans Herz, sich professionelle Hilfe (zum Beispiel bei Ärzten, Therapeuten oder

einem Trauerbegleitungsanbieter) zu suchen, wenn Sie das Gefühl haben, dass innerhalb des Buches genannte Aspekte der Trauer auch auf Sie oder Ihre Kinder zutreffen und wenn Sie sich Hilfe wünschen.

## ***GENDERHINWEIS***

Die in diesem Buch verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern es nicht anders kenntlich gemacht wird – immer gleichermaßen auf alle Geschlechter. Auf eine Doppelnennung und genderte Bezeichnungen habe ich zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet.



## VORWORT

Wenn dieses Buch Ihr Interesse geweckt hat, berührt Sie das Thema Kindertrauer vielleicht aus beruflichen oder privaten Gründen, oder es befindet sich ein von Trauer betroffenes Kind in Ihrer Familie oder in Ihrem Umfeld. Auf den folgenden Seiten lade ich Sie herzlich dazu ein, Gedankenimpulse, Anregungen oder Unterstützung für Ihren ganz eigenen Weg zu finden, diesen Lebensbereichen zu begegnen. Vielleicht spricht Sie ja etwas von dem, was Sie lesen werden, an.

Als Gesellschaft sind wir oft ungeübt im Umgang mit schwerer Krankheit, Verlust, Tod und Trauer. Es sind uns existentiell berührende Themen, die viele meiden und die im Alltag wenig sichtbar sind. Glücklicherweise besteht ein großes Mitgefühl

gegenüber trauernden Kindern und Familien, sowie das Bedürfnis, sie zu unterstützen und achtsam zu begleiten.

Dann wird es wichtig, kindliche Trauer gut lesen und verstehen zu können, sowie feinfühlig Zugangswege zu den betroffenen Kindern und Familien zu finden.

Zum Schutz der betroffenen Kinder und Familien habe ich mich dafür entschieden, in diesem Buch repräsentative, jedoch fiktive Fallbeispiele aus meinen verschiedenen Begleitungen der letzten dreißig Jahre zu präsentieren.

Sie bilden die häufigsten Situationen, Konstellationen und Verläufe in palliativen oder trauernden Kontexten ab, um für Sie als Leser konkret hilfreich und unterstützend zu sein. So basieren die Fallbeispiele zwar auf verschiedenen realen Begebenheiten, sind jedoch so von mir so verfremdet worden, dass keine Rückschlüsse mehr auf lebende oder verstorbene Personen daraus gezogen werden können.

Dies ist kein Fachbuch, sondern ein praxisorientiertes Buch für Ihre Begleitung von trauernden Kindern und Familien, das auf meiner langjährigen Erfahrung mit sterbenden und trauernden Menschen basiert. Es ist als Wegweiser für Sie gedacht, der zu verschiedenen Gedanken, Ideen, Impulsen, Haltungen und Sichtweisen leitet, die Sie als unterstützend empfinden könnten. Er gibt Ihnen einen Einblick in diese sensiblen Lebensbereiche. Die Kategorien „Richtig“ und „Falsch“ können der Komplexität eines trauernden Menschen nicht gerecht werden, ebenso

wenig wie Methoden zur Trauerbewältigung oder Ratschläge zur schnellen Verarbeitung eines Verlustes. Deshalb werden Sie keine davon in diesem Buch finden.

Kinder trauern anders als Erwachsene und manchmal anders, als wir es uns vorstellen. Deswegen kann es bei der Begleitung von Kindern nie „diesen einen richtigen Weg“ der Begleitung oder Trauerbewältigung geben, der für alle gleichermaßen passt. Wenn Sie mögen, teile ich gerne meine Haltung, meine Sichtweise, meine persönlichen Erfahrungen und Gedanken zu diesem Thema mit Ihnen, damit Sie selbst wählen können, ob etwas davon für Sie und Ihre Familie vielleicht hilfreich sein kann.

Um den Rahmen dieses Buches nicht zu sprengen, habe ich bewusst die komplexeren Bereiche der Kindertrauer wie zum Beispiel zusätzliche psychiatrische Erkrankungen, Bindungsstörungen, Traumatisierungen oder auch den sensiblen Fall, dass Kinder selbst versterben werden, bewusst ausgelassen. Diese Bereiche sind zu umfangreich und so vielschichtig, dass man ihnen hier meiner Meinung nach nicht verantwortungsbewusst gerecht werden kann.

Während des Lesens werden Ihnen manche Geschichten, Kontexte oder Fragen vermutlich näher gehen als andere. Dieses Buch ist deshalb so aufgebaut, dass Sie es nicht von Anfang bis Ende durchlesen müssen, um die jeweiligen Inhalte zu verstehen.

Sie können selektiv nur das Kapitel oder den jeweiligen Abschnitt lesen, der für Sie gerade bedeutsam ist und zu dem Sie

ein inneres „JA“ verspüren. Alles andere kann ruhig weggelassen werden. Bitte seien Sie beim Lesen liebevoll und fürsorglich mit sich selbst und achtsam auf Ihre eigenen Grenzen bedacht.

Für mich ist jedes Kind einzigartig, hoch sozialkompetent und sehr weise, allerdings auch unerfahren im Umgang mit Tod und Trauer. In diesen Momenten braucht es deshalb Erwachsene, die es empathisch, warmherzig, wertschätzend, offen und zugewandt begleiten, es so weit wie möglich verstehen wollen und ihm Stabilität und Sicherheit schenken.

Damit das leichter gelingen kann, habe ich dieses Buch geschrieben in dem Wunsch, Ihnen einen kleinen Überblick über diese inneren und äußeren Lebenswelten zu geben und mit der Hoffnung, dass Ihnen meine Erfahrung vielleicht ein wenig nützt.