



## „Wie eine nasse, schwere Decke“

**Wenn Kinder einen lieben Angehörigen verlieren, bricht für sie oft eine Welt zusammen. Aber Kinder trauern anders als Erwachsene: Einige ziehen sich zurück, andere sind albern und benehmen sich, als ob nichts passiert wäre. Eine Kindertrauergruppe in Saarlouis hilft betroffenen Jungen und Mädchen, mit ihrem Leid besser umzugehen.**

Trauer ist wie eine nasse, schwere Decke, die über einem liegt. Sie macht dunkel, kalt und auch ein komisches Gefühl im Bauch.“ Dies ist das Zitat eines betroffenen Kindes, das seinen Vater verloren hat. Das Kind fasst bildlich in Worte, wie schwer die Trauer über den Verlust des Vaters auf seiner Seele liegt. Wie eine nasse Decke. Alles ist dunkel und kalt. Über Tod und Sterben mit Kindern zu sprechen, wenn der Vater, die Mutter, Oma, Opa oder ein Geschwisterchen gestorben ist, fällt keinem leicht. Die eigene Betroffenheit macht oft sprachlos und verhindert häufig, die Trauer des Kindes wahrzunehmen. Doch auch Kinder wollen und müssen trauern. Sie haben unendlich viele Fragen, wollen wissen, wo der Papa hin ist, ob die Mama wieder wach wird, wann die Oma von der Reise wieder heimkommt. Wie es ist, wenn man tot ist. Fragen, die sie sich oft nicht trauen, ihren Eltern zu stellen. Sie erleben, dass Mama oder Papa oft zu weinen anfangen, wenn sie die Sprache auf den Verstorbenen bringen, und das macht sie oft stumm.

### **Die Trauer der Kinder wird oft übersehen**

Die Erfahrungen der letzten Jahre haben gezeigt, dass es einen großen Bedarf an Informationen rund um das Thema Trauer gibt. Trauergruppen für Erwachsene sind mittlerweile in fast jeder Kirchengemeinde eingerichtet. Doch die Trauer der Kinder wird häufig übersehen.

So erlebten es auch Michael Schmitz aus Saarlouis und Maike Stoll aus Eppelborn. Beide lernten sich vor Jahren über den Verein Trauernde Eltern Rheinland-Pfalz kennen. Im vergangenen Oktober haben sie schließlich eine Kindertrauergruppe in Saarlouis gegründet. Unter ihrer Anleitung treffen sich jeden ersten Samstag im Monat im Schnitt sieben Kinder

im Alter zwischen sechs und zwölf Jahren, um miteinander zu reden, zu weinen, zu lachen und zu spielen. „Wir verstehen uns als offene Trauergruppe, jeder kann dazukommen, keiner muss regelmäßig kommen“, erklärt Michael Schmitz.



Michael Schmitz leitet als Vorsitzender die Kindertrauergruppe Saarlouis.

„Alle sieben Kinder haben ihren Papa durch Krankheit, Unfall oder Suizid verloren. An unserem ersten Treffen nahmen im Rahmen der Begrüßung auch die Mütter teil, um den Kindern ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln. Seit dem zweiten Treffen bringen die Mütter die Kinder zu uns ins Gemeindezentrum St. Johannis der katholischen Pfarrgemeinde Saarlouis-Steinrausch und treffen sich dann in einem eigenen Raum, um selbst Erfahrungen miteinander auszutauschen. Unsere Treffen halten sich an bestimmte Rituale. Zuerst gestalten wir mit Tüchern und Steinen eine Mitte, wir entzünden für jeden Verstorbenen eine Kerze, stellen dazu auch Kuscheltiere auf, wie zum Beispiel den Trauerkobold „Träni“, einen Raben und eine Raupe, die wir durch Umdrehen in einen Schmetterling verwandeln können. Als Symbol für die Wandlung, die der Verstorbene genommen hat. Wir lassen die Kinder erzählen, was sie in den vergangenen Tagen erlebt haben: „In der Schule waren alle doof“, „Weihnachten war diesmal ganz anders“, „Ich denke oft an Papa“, „Ich vermiss Papa so sehr“, „Ich bin so wütend auf Papa“, „Ich habe für Papa einen ganz großen Fußball gemalt, er hat doch so gerne Fußball gespielt“. Diese und ähnliche Erzählungen sind ganz natürlich, berichtet Maike Stoll, die als gelernte Kinderkrankenschwester bestätigen kann, dass Kinder anders mit ihrer Trauer umgehen als Erwachsene.

„Sie sind viel unkomplizierter in ihren Gefühlsäußerungen. Denken nicht so viel nach, wie sie ihre Gefühle beschreiben sollen, sondern sprechen sie direkt aus. Durch die Gespräche mit anderen Kindern erfahren sie: ‚Ich bin nicht das einzige Kind auf der Welt, das keinen Papa mehr hat!‘ Es beruhigt Kinder, wenn sie innerhalb einer Gruppe erfahren können, dass auch andere Kinder ähnliches Leid erlebt haben wie sie selbst. Manchmal weinen die Kinder, wenn sie von ihrem Papa erzählen. Hier und jetzt können sie es zulassen. Sie brauchen sich nicht zu sorgen, dass auch ihre Mama zu weinen anfängt. Häufig unterdrücken Kinder ihre Tränen, weil sie nicht wollen, dass ihre Mama wieder traurig wird. Um Kinder aus diesem Kreislauf der unterdrückten Gefühle herauszuholen, ist die Kindertrauergruppe wichtig“, erklärt Maike Stoll. Denn wer seine Trauer nicht auslebt, wird sie nicht los, dann begleitet sie die Kinder durchs Alter, schlägt sich in Form von Störungen unterschiedlichster Art nieder, wie zum Beispiel Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen und ähnliches.

„Wichtig zu wissen ist auch“, so Michael Schmitz, „dass Kinder anders trauern als Erwachsene. Sie gehen viel schneller in ihre Trauer rein und auch wieder raus. In einem

Moment können sie weinen, weil der Papa tot ist, und im nächsten Moment hüpfen sie durch Regenpfützen. Einige Kinder ziehen sich zurück, andere albern herum und benehmen sich, als ob nichts passiert wäre. Kinder bitten in der Regel nicht um Hilfe, doch sie brauchen viel Raum und Zeit, Verständnis und Geborgenheit.

### **„Kinder bitten in der Regel nicht um Hilfe“**

Dies alles finden sie in der Kindertrauergruppe. Neben den gemeinsamen Gesprächen basteln oder malen wir häufig mit den Kindern. So hat jedes Kind eine schöne Kiste gestaltet, in der es Sachen aufbewahren soll, die an den verstorbenen Papa erinnern. Eine hat ein Buch reingelegt, das ihr Papa so gerne gelesen hat, ein anderes Kind ein Zirkusbild gemalt von einem gemeinsamen Ausflug“, beschreibt Michael Schmitz die Arbeit in der Kindertrauergruppe weiter. Auf der Themenliste stehen: Besuche am Grab des Verstorbenen, das Gestalten einer Kerze für das Grab oder für zuhause, einen Brief an den Verstorbenen schreiben und immer wieder von dem Verstorbenen erzählen.



Trauersymbole auf Gräbern schaffen Nähe zu dem Verstorbenen und kanalisieren die eigene Betroffenheit.

„Wie lange ein Kind die Gruppe besucht, ist völlig offen. Wir fragen die Kinder, ob sie die Gruppe noch brauchen. Manche wollen mal einen Monat aussetzen, andere sind richtig froh, wenn es wieder heißt: ‚Heute gehen wir zur Trauergruppe‘.“

Wie gehen die Trauerbegleiter selbst mit der Trauer der Kinder um? Macht sie die Trauer der Kinder betroffen?

Michael Schmitz meint dazu: „Man braucht eine professionelle Einstellung. Man sollte nicht selbst traurig werden, wenn die Kinder von ihrem Leid erzählen. Das würde einen zu sehr belasten. Deshalb ist die Weiterbildung für mich so wichtig gewesen. Da habe ich gelernt, mich abzugrenzen.“

Maïke Stoll: „Ich habe in der Weiterbildung zur Kindertrauerbegleiterin intensiv an meiner eigenen Einstellung zum Thema ‚Abschied nehmen‘ und zu meiner eigenen Sterblichkeit gearbeitet. Ich habe gelernt, erst wenn ich im Reinen mit mir bin, bin ich offen für andere und kann mich ganz auf sie einlassen. Das Zusammensein mit trauernden Kindern lehrt mich viel für mein eigenes Leben, die Kinder geben mir viel zurück.“

Wie kommt man auf die Idee, eine Kindertrauergruppe zu gründen?

Michael Schmitz erklärt: „Wir haben 2004 unseren jüngsten Sohn Daniel verloren. Nachdem bei Daniel im Alter von 20 Monaten ein Tumor festgestellt worden war, haben wir vier Jahre lang gegen den Krebs gekämpft. 2004 war der Krebs besiegt. Wir haben Daniel schon eine Schultüte für seine Einschulung gekauft. Einen Monat später lief Daniel über die Straße und wurde überfahren“. Der 48-jährige Logopäde gründete 2006 eine Trauergruppe für betroffene Eltern. Er selbst bildete sich zuvor zum Trauerbegleiter in Heidelberg fort. Zusammen mit Maïke Stoll hat er mit der KEB Saar-Hochwald vor drei Jahren eine Kindertrauergruppe ins Leben gerufen, die auf sieben Termine begrenzt war. Im Januar 2010 gründeten er und seine Mitstreiter den Verein „Trauernde Eltern und Kinder im Saarland e.V.“, der zwei Trauergruppen für Erwachsene in Saarlouis und Homburg anbietet.

„Ich habe lange als Kinderkrankenschwester auf einer Intensivstation gearbeitet. Ich habe viel Leid erlebt mit Kindern, die im Wachkoma lagen. Ich sah, dass sich um die trauernden Eltern und die kranken Kinder intensiv gekümmert wurde. Die gesunden Geschwister ernteten jedoch kaum Beachtung, dass auch sie trauern. Sie fielen durchs Netz, sie funktionierten, weil sie ihre Eltern nicht noch mehr belasten wollten. Dabei brauchten auch sie Hilfe und Beistand. Da wurde bei mir die Idee geboren, mich intensiv um diese Kinder zu kümmern“, schildert Maïke Stoll.

Mit der Kindertrauergruppe haben Schmitz und Stoll für das Saarland Neuland betreten. Neben den Kindern selbst bieten sie auch Hilfe für Erzieher, Lehrkräfte, Jugendamt, Betreuungseinrichtungen, Einsatzkräfte und Therapeuten an, wie sie mit trauernden Kindern umgehen können.

Mittlerweile haben sich weitere Interessenten für die Kindertrauergruppe gemeldet. „Wir haben Anfragen von 13- und 14-Jährigen. Auch eine 19-Jährige, die ihre Schwester verloren hat, hat sich an uns gewandt. Wenn weitere Interessenten dazu kommen, wollen wir neue Gruppen aufbauen.“

*Monika Jungfleisch*

*Kontakt: Trauernde Eltern  
und Kinder im Saarland e.V.*

*Michael Schmitz (Telefon 06831-9665818) und Maïke Stoll (Telefon 06881-923411).*

*E-Mail: [info@tek-saarland.de](mailto:info@tek-saarland.de)*

*Internet: [www.tek-saarland.de](http://www.tek-saarland.de)*