



Den Kindern mehr zutrauen und verlässlich bleiben Interview mit Renate Schulz

Von Yvonne Dauer

Renate Schulz, heilkundliche Psychotherapeutin und Reittherapeutin, engagiert sich seit zwölf Jahren ehrenamtlich im Hospiz Verein Bamberg e. V. und bietet mit ihrem Team in diesem Rahmen die Offene Trauergruppe für Kinder und Jugendliche sowie die jährlich stattfindende Trauer-Freizeit an: Angebote, die der Trauer Raum geben, die Scheu vor dem Unbekannten nehmen und dabei das Vertrauen ins Leben immer wieder aufs Neue stärken.

Einen Anfang machen – oftmals ist dieser erste Schritt der schwierigste. Wie überbringt man Kindern die Nachricht vom Verlust oder der Erkrankung eines geliebten Menschen?

Aus meiner Erfahrung ist es das Beste, die Kinder ehrlich und angemessen über die Situation zu informieren, wobei dies natürlich auf kind- und altersgerechte Art geschehen soll.

Kinder haben eine sehr feine Wahrnehmung, auch für Unausgesprochenes, und spüren intuitiv, wenn sich in der Familie etwas verändert. Gibt es Geheimnisse, stimmt das Gesagte mit dem, was das Kind wahrgenommen hat, nicht überein, entsteht dadurch eine Quelle von Angst und Unsicherheit.

Bleiben die Erwachsenen ihnen gegenüber ehrlich und werden ihre Fragen offen beantwortet, fühlen Kinder sich ernst genommen. Ihr Vertrauen in die Erwachsenen wird gestärkt, da diese für sie verlässlich bleiben, das gibt den Kindern in unsicheren Zeiten Halt und Geborgenheit.

Sollten Kinder dann auch offen und direkt in den Prozess des Abschiednehmens einbezogen werden? Häufig wird versucht, die Kinder abzuschirmen, um sie nicht zu überfordern...

Eltern möchten, dass ihre Kinder unbeschwert und glücklich heranwachsen dürfen und dass ihnen Leid erspart bleibt, deshalb wollen sie ihre Kinder vor allem Schweren bewahren.



Masken schützen, aber man kann sie auch ablegen.

Doch für Kinder sind die ersten Erfahrungen mit Tod und Trauer innerhalb der Familie die wichtigsten und prägendsten. Wie man dort mit diesen Themen umgeht, beeinflusst Kinder und daran orientieren sie sich zukünftig. Eltern oder andere verantwortliche Erwachsene glauben häufig, sie müssten alles für das Kind regeln, entscheiden und immer wissen, was zu tun ist. Darüber vergessen sie manchmal, dass sie ihre Kinder auch fragen können, ob sie beispielsweise

einen Schwerkranken besuchen oder einen Verstorbenen noch einmal sehen möchten.

Ich glaube, dass wir Kindern mehr zutrauen können, als wir manchmal denken. Sie wissen oft sehr genau, was ihnen gut tut und was nicht. Es stärkt ihre Selbstkompetenz, wenn sie in diese Entscheidungen mit einbezogen werden. Eines der Probleme besteht sicher darin, dass wir Erwachsenen bei den Themen Tod und

Trauer oft unsicher sind und selbst Angst haben.

Angst vor der eigenen Überforderung?

Diese Angst ist da, weil sich Erwachsene meist selbst nicht mit den Themen Sterben und Tod beschäftigt haben. In unserer Gesellschaft wird dies doch oft an den Rand gedrängt und wir lernen keinen selbstverständlichen Umgang damit. Deswegen sind



Gibt es Geheimnisse, stimmt das Gesagte mit dem, was das Kind wahrgenommen hat, nicht überein, entsteht dadurch eine Quelle von Angst und Unsicherheit.

Renate Schulz

viele Erwachsene gehemmt und wissen nicht, wie sie mit ihren Kindern darüber sprechen sollen.

Das heißt, ein wichtiger Schritt für alle Menschen, insbesondere für solche, die trauernde Kinder begleiten oder denen ein Verlust bevorsteht, ist der, dass sie sich selbst mit der Vergänglichkeit, die uns ja irgendwann alle betrifft, auseinandersetzen. So sind sie besser in der Lage, mit ihren eigenen Ängsten umzugehen und können dann die Trauer der Kinder leichter auffangen und gut begleiten.

Inwiefern gehen Kinder mit diesen Themen anders um als Erwachsene?

Vor allem leben Kinder viel mehr in der Gegenwart und gleichzeitig verhaften sie nicht so sehr in einer Situation. Das heißt, sie sind für einen Moment tieftraurig und weinen, aber im nächsten Moment albern sie herum und machen Spaß.

Einmal sollten die Kinder während der **Trauer-Frei-Zeit** einen ganzen Tag lang Perlen auf eine Schnur aufreihen und dabei die Perlen auswählen, die farblich zur eigenen momentanen Stimmung passen. Dabei sind Ketten mit dunklen, aber auch vielen bunten Perlen entstanden.

Ständig bedauert zu werden, ist den Kindern oft sehr unangenehm, da sie dann nur noch als jemand, der einen Verlust erlitten hat, als jemand der trauern sollte oder muss, betrachtet werden. Sie brauchen „eine trauerfreie Zone“. Es ist auch vielen unangenehm, wenn in der Schule bekannt wird, dass sie einen geliebten Menschen verloren haben. Weil sie einfach wollen, dass normal mit ihnen umgegangen wird.

Ist diese Fröhlichkeit, das Einfordern der „trauerfreien Zone“ ein Problem für Erwachsene?

Jeder geht auf seine eigene und ganz individuelle Weise mit Verlusten um. Es gibt keine lineare Beziehung zwischen Ursache und Wirkung, sondern eine Ursache und die Frage, wie das eigene System darauf reagiert: „Welche Kompetenzen hat man erlernt, welche mitbekommen? In welchem Alter befindet man sich? Hat man Verlust vielleicht in früherer Kindheit schon erfahren und so eingeübt? Wie gefestigt ist man? Welche Ressourcen gibt es?“ Unsere Aufgabe als Begleiter in einem Trauerprozess ist es, jeden Menschen, jedes Kind samt individueller Reaktion

wahrzunehmen und diese als passend und richtig anzuerkennen.

Zusätzlich können wir dann Impulse einbringen, sie zu Aktivitäten ermutigen oder Vorschläge für die Trauerarbeit machen. Aber immer unter der Voraussetzung, dass der individuelle Weg respektiert wird.



Meiner Meinung nach sind es nicht so sehr die gesellschaftlichen Erwartungen..., eher eigene Unsicherheiten und Sorgen, die das Verhalten der Erwachsenen beeinflussen. Oft höre ich zum Beispiel auch: „Mein Kind trauert nicht“.

Und selbst dann, wenn die Trauer

Ich glaube, dass wir Kindern mehr zutrauen können, als wir manchmal denken. Sie wissen oft sehr genau, was ihnen gut tut und was nicht.

Renate Schulz

Ich denke da zurück an zwei Geschwister, im Alter von ca. 7 und 9 Jahren, die zu uns in die Trauergruppe kamen und deren Mutter ein halbes Jahr zuvor verstorben war. Diesen Verlust hat man ihnen kaum angemerkt, da sie immer fröhlich waren und auch kein Wort der Trauer von sich gaben. Es hat ungefähr drei Jahre gedauert, bis sie den Tod der Mutter das erste Mal erwähnten und auch von ihren Gefühlen dabei erzählten. Diese Zeit haben sie eben gebraucht.

Lassen sich Erwachsene diesbezüglich auch von gesellschaftlichen Erwartungen zu sehr einschränken?

da ist, wird sie in vielen Fällen nicht als eine ganz natürliche Reaktion auf einen Verlust empfunden, sondern eher als eine Art Krankheit. Aber wie ich bereits ausgeführt habe, sind die Art der Trauer und der zeitliche Verlauf sehr individuell und es braucht Mut und Offenheit, dies immer wieder zuzulassen.

Jetzt ganz konkret gefragt: Wenn Kinder zu den Angeboten des Hospizvereins kommen, was erwartet sie, wie verlaufen die Treffen?

Einmal im Jahr, immer in den Pfingstferien, gibt es eine **Trauer-Frei-Zeit** für Kinder und Jugendliche. Die Kinder verbringen vier Tage hier bei uns



Den Weg zusammen gehen...

auf dem Hof, wo auch Islandponys und Hunde leben. Übernachtet wird in einem Tipi. Ein Team von sechs Betreuern, alle mit Erfahrung im pädagogisch-therapeutischen Bereich, kümmert sich um die Teilnehmer und gestaltet das Programm.

Bei jeder Freizeit liegt der Fokus auf einem bestimmten Thema zur Trauer, dem wir uns auf unterschiedliche Weise nähern: im Gespräch (in der Gruppe oder auch in Einzelgesprä-

chen), durch kreatives Arbeiten (Improvisationstheater, Tonarbeiten...) oder durch das Zusammensein mit den Tieren am Hof. Vor einigen Jahren war das Thema „Bruch – Umbbruch – Aufbruch“. Der Tod bricht in unser Leben ein...symbolisch dafür hat eine Betreuerin für jedes Kind eine Schale zerbrochen. Dieser Moment war für uns alle erschütternd, weil er deutlich gemacht hat, wie schlimm so ein Verlust ist und doch war es auch erleichternd, dass der

Verlust in seinem ganzen Ausmaß da sein konnte und nichts beschönigt werden musste. Die Kinder haben die zerbrochenen Scherben neu zusammengefügt. Es blieben Lücken, aber es wurde auch Neues dazugenommen.

Außerdem entstehen in dieser Zeit natürlich Beziehungen zwischen den Teilnehmern. Es hilft ihnen, andere, die auch einen Verlust erlebt haben, kennenzulernen und sich mit ihnen auszutauschen. Nach der Freizeit bleiben die Kinder und Jugendlichen oft in Kontakt miteinander.

Über das Jahr verteilt gibt es zirka alle sechs Wochen das Angebot einer **Offenen Trauergruppe**, in der sich die Kinder wiedersehen und sich unter der Anleitung der Betreuer austauschen können oder gemeinsam etwas unternehmen können. Sowohl die **Trauer-Frei-Zeit** als auch die **Offene Trauergruppe** bieten den Kindern und Jugendlichen Möglichkeiten, sich mit Hilfe von kreativen Projekten, Kontakt mit Tieren und im Austausch untereinander mit der eigenen Trauer auseinanderzusetzen. Außerdem beraten und begleiten wir Erwachsene, die privat oder beruflich mit trauernden Kindern und Jugendlichen zu tun haben.

**Ständig bedauert zu werden,
ist den Kindern oft sehr unangenehm
[...] Sie brauchen „eine trauerfreie Zone“.**

Renate Schulz

Natürlich berühren mich so schwere Schicksale und doch sehe ich im Schweren auch das Potenzial zum Reifen und das hilft mir ganz persönlich, die eigene Balance zu halten.

Renate Schulz

Hospiz- oder Trauerarbeit ist für viele Menschen immer noch mit Vorurteilen behaftet. Dabei wird angenommen, dass die Arbeit sehr niederdrückend und geradezu deprimierend ist...

Ich habe im Hospizverein noch mit niemandem gesprochen, der die Arbeit als eine deprimierende Tätigkeit wahrnimmt. Im Gegenteil höre ich immer wieder, dass besondere Begegnungen stattfinden und tiefe Erfahrungen gemacht werden. Ich persönlich habe zum Beispiel so Kinder kennengelernt, die mich tief beeindruckt und bereichert haben.

Dennoch gibt es sicherlich Momente, in denen Schicksale in gewisser Weise belastend sind. Wie schafft man es, die eigene Balance zu halten?

Im Hospizverein wird Wert darauf gelegt, dass die Menschen, die in diesem Bereich tätig sind, sehr auf sich achten und sich fragen, ob sie gerade in der Lage sind, jemanden begleiten zu können oder vielleicht eine Pause brauchen. Des Weiteren bietet der Hospizverein für seine ehrenamtlichen Mitarbeiter immer Supervision an, um sich auszutau-

Impressum

Herausgeber

Palliativ-Portal, Im Köstlersbrunn 28,
96135 Stegaurach.
Geschäftsführer: Dr. med. Jörg Cuno
info@palliativ-portal.de

Die Autorin



Yvonne Dauer
Studium der Germanistik
und Anglistik an der
Otto-Friedrich-Universität
Bamberg und der Université
de Paris – Sorbonne
(Paris IV) . – Doktorandin
der Otto-Friedrich-Universität Bamberg

Hinweis

Das Interview ist Eigentum des
Palliativ-Portal. Teilweise oder
komplette Auszüge dürfen nur nach
Erlaubnis weiterverwendet werden.

schen und belastende Erfahrungen zu bearbeiten.

Natürlich berühren mich so schwere Schicksale und doch sehe ich im Schweren auch das Potenzial zum Reifen und das hilft mir ganz persönlich, die eigene Balance zu halten.



Stärke und Sanftmut schenken Geborgenheit.



Das Palliativ Portal - mobil in drei Apps



PALLIATIV PORTAL
PALLIATIVE CARE. HALTUNG. LEBEN.

PALLIATIV JOBS
PALLIATIVE CARE. HALTUNG. LEBEN.

PALLIATIV ARCHIV
PALLIATIVE CARE. HALTUNG. LEBEN.

- Neuigkeiten aus der Palliativmedizin
- Zugriff auf das große Palliativ-Adressbuch
- Stellenmarkt
- Newsletter-Archiv
- Vor-Ort-Suche
- uvm.



Kostenlos für alle Plattformen



Dr. med. Jörg Cuno www.palliativ-portal.de

Im Köstlersbrunn 28 Tel.: (0951) 992 10 13

96135 Stegaurach info@palliativ-portal.de

Folgen Sie uns.

