

---

# 1 Eigener Bezug zum Thema Leiden und Tod

Margit Franz

Als Lehrerinnen und Lehrer sind Sie Vermittler und Repräsentant öffentlicher Bildung und Erziehung, zudem wichtige Bezugsperson für die Ihnen anvertrauten Kinder. Kindergärten und Schulen sind Orte täglicher sozialer Begegnung. Weder Sie als Person noch die Institution, in der Sie tätig sind, darf sich dem Thema entziehen oder es gar ausgrenzen. Zur Auseinandersetzung mit der eigenen Trauer können nachstehende Fragen hilfreich sein:

- Von welchen Verlusterfahrungen war meine Kindheit geprägt?
- Worum habe ich getrauert?
- Worum habe ich bis heute noch nie richtig trauern können oder dürfen?
- Wie sind Erwachsene mit mir und meiner Trauer umgegangen?
- Wie haben sie auf meine Fragen reagiert?
- Welche Fragen haben mich als Kind intensiv beschäftigt?
- Wie wurde in meiner Familie mit der Erfahrung des Todes umgegangen?
- Wie wurde Trauer gelebt und wie lebe ich heute Trauer?
- Welche Strategien zur Verarbeitung von Verlusten habe ich?
- Was tut mir in der Trauerverarbeitung gut?
- Was gibt mir Halt, Kraft und Hoffnung in der Trauer?

Es braucht jedoch auch Initiatoren und Moderatoren, die in und für die Institution verantwortungsvoll denken und handeln:

- Wie stehen wir als Team (Kollegium) dem Thema gegenüber?
- Welche Erfahrungen und Gefühle verbinden wir damit?
- Welche Krisen wurden früher gemeinsam gemeistert?
- Wie gestalten und leben wir aus diesem Erfahrungshintergrund diese neue Krisensituation?

Beide Aspekte sind gleichermaßen wichtig, weil Individuen in sozialer Gebundenheit leben. Alles, was die Gemeinschaft und ihre einzelnen Mitglieder betrifft, muss von jedem Einzelnen sowie miteinander gelebt und bewältigt werden. Das gilt im Besonderen auch für die Trauerbewältigung innerhalb der Trauergemeinschaft.

---

## 1.1 Die eigene Haltung

---

Der Tod trifft immer persönlich. Er löst unterschiedliche Betroffenheiten aus und fordert die ganze Persönlichkeit. Kinder und Jugendliche, deren Persönlichkeitsentwicklung noch im Aufbau ist, bedürfen der einfühlsamen Begleitung eines Erwachsenen, um die Erfahrung „Tod“ in ihr Selbst und somit in ihr Selbstverständnis vom Leben integrieren zu können. Die Haltung des Erwachsenen, in einer derart sensiblen und in der kindlichen Entwicklung wegweisenden Schlüsselsituation, leitet sein professionelles Verhalten. Der Erwachsene muss mit dem Thema selbst gewachsen, erwachsen geworden sein, um nicht die eigenen, kindlichen Verhaltensmuster auf ein Kind zu übertragen. Der dafür typische Ausdruck widerspiegelt die innere Meinung; „*Dafür bist du noch zu klein!*“ Eine solche Aussage spricht Kindern eigene Kompetenzen ab, sie erniedrigt Kinder und macht sie klein. Sie nimmt ihnen die Chance und das Recht, persönliche Verlustgefühle wahrzunehmen und zu verarbeiten. Kinder und Jugendliche brauchen Erwachsene, die ihnen zutrauen, auch schwierige Situationen bewältigen zu können. Dieses Zutrauen und Zumuten ist nur möglich, wenn Erwachsene

- den Tod als zum Leben gehörend akzeptieren;
- die Thematik weder tabuisieren noch verleugnen,
- durch ihr eigenes Vorbild Halt, Orientierung und Sicherheit geben und
- sich mit ihrer ganzen Persönlichkeit authentisch einbringen.

### Die eigenen Gefühle

Um anderen in der Verlustbewältigung hilfreich sein zu können, müssen Lehrerinnen und Lehrer in einer guten Beziehung zu sich selbst und ihren persönlichen Verlust- und Trauergefühlen sein. Im Wesentlichen kommt es darauf an, die persönlichen Gefühle von denen anderer unterscheiden zu können. Dies setzt ein hohes Maß an Eigenwahrnehmung voraus.

---

## 1.2 Emotionale Verstrickung

---

Die Trauer einer Schülerin oder eines Schülers ist nicht die Trauer seiner Lehrerinnen und Lehrer, sie löst jedoch Betroffenheit in ihnen aus. Diese Betroffenheit dürfen und sollen die Lehrerinnen und Lehrer durchaus zeigen. Es würde zu Irritationen führen, wenn sie keinerlei Gefühlsregungen oder Anteilnahme zeigen und professionelle Handlungssicherheit vortäuschen. Die Gefühle der Schülerin oder des Schülers dürfen die Lehrerinnen und Lehrer jedoch nicht völlig in Besitz nehmen. Verlieren sie ihre professionelle Distanz, besteht die Gefahr einer so genannten emotionalen Verwicklung oder Verstrickung. Die Lehrerinnen und Lehrer können in dieser Situation ihren Schülerinnen und Schülern nicht mehr hilfreich zur Seite stehen, Halt geben und Zuversicht vermitteln.

---

### Bitte beachten

---

Anzeichen einer emotionalen Verstrickung können sein:

- Starke Trauergefühle, Gefühle von Hilflosigkeit, Ohnmacht kommen auf.
- Gedankenkarussell (Grübeln): Die Gedanken kreisen unaufhörlich um den Trauernden, ein gedankliches Abschalten ist nicht mehr möglich.
- Die Idee und das Bedürfnis werden zunehmend stärker, ein trauerndes Kind oder einen trauernden Jugendlichen am liebsten mit nach Hause zu nehmen und beschützen zu wollen.
- Begleiterscheinungen wie allgemeine Erschöpfung oder Schlafstörungen treten auf.
- Gefühl, dem Alltag sowie den beruflichen Anforderungen nicht mehr gerecht werden zu können.

---

## 1.3 Das innere Kind

---

In der Begleitung von trauernden Kindern besteht immer die Gefahr der Reaktivierung des persönlichen, schutzbedürftigen, gekränkten inneren Kindes. Es bedarf einer guten Selbstreflexion und Eigenwahrnehmung, um die eigenen Gefühle (das „innere Kind“) von fremden Gefühlen (das Kind vor einem) unterscheiden zu können.

---

## 1.4 Professionelle Distanz

---

Die Wahrung einer professionellen Distanz kann durch nachstehende Maßnahmen präventiv sowie in der Akutphase unterstützt werden:

- Selbsterfahrung
- Aufarbeitung eigener, unbewältigter Verlust- und Trauererlebnisse, allenfalls über eine Therapie
- Erfahrungsaustausch (in Teamsitzungen)
- kollegiale Beratung
- Supervision
- eine gute Psychohygiene (z.B. Ausgleich, Distanz)
- Abgrenzungsvermögen (z.B. sich selbst schützen, „Nein“ sagen können)
- besondere Tätigkeiten delegieren und abgeben können
- Offenheit im Team (z.B. Rückmeldungen aus dem Kollegenkreis)

---

### Gut zu wissen

---

Professionalität in der Trauerbegleitung erfordert ein hohes Maß an einfühelndem Verstehen sowie ein Gespür für das Erleben eines Kindes. Der Erwachsene sollte dabei versuchen, die Welt mit den Augen des trauernden Kindes oder Jugendlichen zu sehen, gerade so, als ob es seine eigene Gefühlswelt wäre. Der „Als-ob-Charakter“ jedoch darf dabei keinesfalls verloren gehen. Es ist nicht unprofessionell, wenn eine Lehrerin oder ein Lehrer vor den Augen eines Kindes weint, solange dieses Weinen authentisch ist.

---

### Literatur

---

- Franz, Margit: Tabuthema Trauerarbeit, Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod, 4. Auflage, Don Bosco, München 2002

---

### Hilfreiches Zusatzmaterial im Ordner

---

**Gedichte, Gebete, Songtexte, Symbolhandlungen, Bilder**

---

**Aktive Links auf [www.edyoucare.net](http://www.edyoucare.net) zu diesem Thema:**

[www.relilex.de](http://www.relilex.de)

[www.mit-institut.de](http://www.mit-institut.de)

Münchner Institut für Trauerpädagogik