

Im Buch von M. Specht und D. Tropper heisst es schlicht: „Einfach und klar die Endgültigkeit betonen: Tot ist tot.“ Der Grossvater kommt nicht mehr zurück. Er kann dir keine Geschichte mehr vorlesen. Wir können ihn nicht mehr zu deinem Geburtstag einladen. Tot ist tot.

Mit einer offenen, ehrlichen Haltung, die nicht beschönigend oder verharmlosend wirkt, mit Ihrer Zuwendung und einem geborgenen liebevollen Rahmen ermöglichen Sie Ihren Kindern, den Verlust zu verarbeiten und den Grossvater damit in guter Erinnerung zu bewahren.

Literaturtipps zum Thema Tod und Trauer:

- B.Egger, S. Jucker, "Marianne denkt an ihre Grossmutter", SJW-Buch, 1998.
- H. Stellmacher, "Nie mehr Oma-Lina-Tag?", Verlag Gabriel.
- M. Specht-Tomann, D. Tropper: „Wir nehmen jetzt Abschied“, Patmos, 2000.
- R. Piumini, "Matti und der Grossvater", dtv.

*Schulpsychologischer Dienst des Kantons St. Gallen  
Team der Regionalstelle Lichtensteig*

Der Schulpsychologische Dienst beantwortet regelmässig Anfragen zu Erziehungsthemen, die von Eltern oder Lehrpersonen im Rahmen der schulpsychologischen Beratungen oder per E-Mail gestellt werden.

Falls auch Sie Fragen zu diesem Thema haben, wenden Sie sich an den Schulpsychologischen Dienst des Kantons St. Gallen. Sie können direkt auf unserer Homepage [www.schulpsychologie-sg.ch](http://www.schulpsychologie-sg.ch) unter "SPD-Beratung", "Briefkasten" ein Mail an uns senden. Wenn Sie uns Ihre Anschrift angeben, werden Ihre Fragen persönlich beantwortet.

Schulpsychologischer Dienst  
des Kantons St.Gallen

**Alle Anfragen werden selbstverständlich streng vertraulich behandelt.**

# Wenn Kinder trauern



**Schulpsychologischer Dienst  
des Kantons St. Gallen**

---

**Beratung und Diagnostik**

Auf den Tod der Grossmutter oder des Grossvaters reagieren Kinder mit sehr unterschiedlichem Verhalten. Für die Eltern stellt sich dann die Frage, wie sie ihr Kind am besten begleiten können und was es von ihnen dazu braucht.

Mit dem Tod des Grossvaters erleben Eltern und Kinder das, was zu den elementaren Urerfahrungen in unserem Leben gehört: Abschied nehmen von einer geliebten Person, mit Tod und Trauer konfrontiert sein. Solche Erfahrungen treten oft unerwartet in den Lebensalltag von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Für die meisten Menschen sind Verlusterlebnisse mit Herausforderungen verbunden, die nicht immer einfach zu bewältigen sind.

Das Verarbeiten ist von Person zu Person sehr unterschiedlich. Hier spielen Alter und Wissen eine starke Rolle. Entscheidend ist auch, ob das Kind bereits Erfahrungen mit dem Tod gemacht hat. Kinder, die auf dem Land aufwachsen, erleben manchmal auf dem elterlichen Bauernbetrieb den Tod von Tieren, städtische Kinder kennen den Tod häufig nur aus den Medien. Auch der religiöse Hintergrund spielt beim Verarbeiten eine wichtige Rolle, ebenso, wie die Eltern und Bezugspersonen eines Kindes den Tod und ein eventuelles Weiterleben nach dem Tod erklären. Die meisten Kinder haben jedoch bereits Erfahrungen mit der Vergänglichkeit gemacht: Die Jahreszeiten wechseln, die Bäume verlieren im Herbst die Blätter, eine Blume welkt, die Ferien gehen vorüber...

Jedes Kind erlebt auch Abschiede: Die Eltern gehen zur Arbeit, ein guter Freund zieht weg, Gäste verabschieden sich, der grosse Bruder geht für ein Studienjahr nach Amerika...

### **Kinder und ihre Vorstellungen vom Tod**

Im Laufe ihrer Entwicklung verändern die Kinder und Jugendlichen ihre Vorstellungen über den Tod.

Ganz junge Kinder (unter 2 Jahren) können den Tod noch nicht begreifen. Sie „erfahren“ über ihre Bezugspersonen vom Tod, indem sie spüren, dass Mutter oder Vater trauern und diese Trauer nehmen sie gefühlsmässig auf.

Für Kinder im Alter von 2 - 3 Jahren ist tot, was sich nicht bewegt, lebendig das, was sich bewegt. Der Tod als Ereignis mit bestimmten emotionalen Reaktionen im Umfeld kann ein Kind jedoch tief bewegen und zu aggressivem Verhalten und zu Trennungsängsten führen.

Mit 3 – 5 Jahren befinden sich die Kinder in der *magischen Phase*. In ihrer Vorstellung ist alles möglich! Die Kinder bilden in ihren Köpfen ihre eigenen Gedankenverbindungen und Theorien - mögliche wie unmögliche -, was zu starken Ängsten oder auch zu Schuldgefühlen führen kann! Deshalb heisst es hier als Eltern: Vorsicht und genau nachfragen!

In Bezug auf den Tod realisieren die Kinder nun, dass „gewisse“ Personen sterben können (alte Leute, böse Leute). Sie sind sich jedoch noch nicht bewusst, dass auch sie selbst, andere Kinder oder Personen, die ihnen nahe stehen, sterben können. Oft besteht ein absolut unbefangenes Verhältnis zum Tod, die Kinder wollen ihn erforschen und *be-greifen*, auch ganz konkret, z. B. die tote Person anfassen. Als Eltern müssen Sie Ihr Kind darauf vorbereiten, dass keine Reaktion mehr kommen wird und dass die verstorbene Person sich kalt anfühlen wird.

Im Alter von 6 – 9 Jahren ist meistens bereits mehr Wissen über den Tod vorhanden.

Die Kinder wissen jetzt, dass mit dem Tod die Körperfunktionen aufhören, dass ein einmal eingetretener Tod nicht mehr rückgängig zu machen ist, dass alle Menschen einmal sterben und dass es dafür auch biologische Ursachen gibt. Jetzt heisst die zentrale Frage: „Was passiert mit den toten Menschen?“ Mit dieser Frage können viele Ängste verbunden sein.

Mit 10 - 14 Jahren verfügen die meisten Kinder über ein Todeskonzept, wissen um die Unausweichlichkeit des Todes, der als endgültiger Verlust begriffen wird. Jetzt entstehen bei Kindern und Jugendlichen Fragen nach dem Sinn des eigenen Lebens sowie nach einem Leben nach dem Tod. Sie durchleben bei einem Todesfall die Trauerphasen und können auf einen Verlust mit vielen körperlichen Symptomen reagieren (Schlafstörungen, Kopfschmerzen etc.).

### **Durch die Trauer begleiten**

Ist ein Kind mit dem Tod konfrontiert, reagiert es altersgemäss, so wie oben beschrieben, einmal unbefangen fröhlich, dann wieder traurig oder gereizt. Es kann auch durchaus sein, dass die Eltern ihr Kind in der Zeit danach etwas ängstlicher als gewohnt erleben oder sogar vorübergehend kleinere Entwicklungsrückschritte beobachten. Das ist nicht beunruhigend, sondern kann zur Reaktion auf den Verlust gehören.

Am hilfreichsten können Eltern ihre Kinder unterstützen und begleiten, indem sie sich Zeit für sie nehmen, ihnen viel Geborgenheit und Sicherheit vermitteln, ihnen zu verstehen geben, dass alle Gefühle in Ordnung sind, dass sie weinen dürfen, wenn ihnen zum Weinen zumute ist und wütend sein, wenn sie Wut fühlen. Es ist wichtig, klar, ehrlich und offen über den Tod des Grossvaters zu sprechen und mutig auf die Kinderfragen einzugehen. Das sollen keine langen ausführlichen Erklärungen sein, sondern einfache, altersgemässe Antworten. Jüngere Kinder nehmen alles ganz wörtlich. Sagen Sie deshalb nicht, der Grossvater sei „eingeschlafen“, „alt und müde gewesen“ oder „fort gegangen“, das könnte Ihr Kind verwirren und Ängste vor dem Einschlafen oder dem Weggehen hervorrufen.