

Das Zentrum für trauernde Kinder „Trauerland“ begleitet seit 1990 Kinder und Jugendliche bei Abschied, Verlust und Tod. Die Kreativangebote von Trauerland helfen, Erfahrungen zu verarbeiten.



# Wenn die Welt zusammenbricht

text Matthias Dembski  
fotos Trauerland

Ole braucht nach dem Konfirmandenunterricht lange, um seine Sachen zusammenzupacken. Die Diakonin will schon die Tür abschließen, da sitzt er immer noch da. Letzte Woche hatte er sich auch schon auffällig lange vor dem Gemeindehaus herumgedrückt, aber da hatte sie es eilig. Jetzt spricht ihn die Diakonin an: „Hey Ole, alles in Ordnung?“ – Eigentlich gar nicht, sein Patenonkel ist plötzlich gestorben, und gerade war die Beerdigung. Für Ole ist eine Welt zusammengebrochen, und irgendwie würde er gern mit jemandem darüber sprechen. Zu Hause geht das nicht, da will er der Coole bleiben. Auf dem Weg zum Fahrradständer unterhält er sich mit der Diakonin erst über die Schule, bis irgendwann fast nebenbei das Gespräch darauf kommt, was ihn wirklich bedrückt.

## Versteckte Signale und Hilferufe

Wenn Kinder und Jugendliche trauern, senden sie eher versteckte Signale. „Sie fallen nicht mit der Tür ins Haus und erzählen, dass sie einen lieben Menschen verloren haben“, sagt Beate Alefeld-Gerges, Gründerin und pädagogische Leiterin von Trauerland, dem Zentrum für trauernde Kinder in Bremen. „Wenn sie auffällig Nähe suchen, ist es gut, einfach nachzufragen: Was beschäftigt dich, was brauchst du?“ Erwachsene Bezugspersonen, ob Kita-Erzieherin, Jugend-Mitarbeiter oder Pastorin sollten direkt ansprechen, wenn sie Veränderungen wahrnehmen: „Der Satz ‚Ich mache mir Sorgen‘ signalisiert Gesprächsbereitschaft. Zuhö-

ren und sich Zeit nehmen sind die Grundlagen, um trauernde Kinder und Jugendliche aufzufangen und zu begleiten.“

## Keine Patentrezepte gegen Trauer

Gegen Trauer gibt es kein Patentrezept. „Jeder trauert anders, deshalb sind Ratschläge immer verkehrt. Wir begeben uns auf den Weg der Kinder und Jugendlichen, nehmen jeden so, wie er ist, wir interpretieren und bewerten nicht.“ Während Kinder ihre Gefühle gut im Spiel ausdrücken können, sind Jugendliche oft verschlossen, weil ihnen gerade in der Pubertät Gefühle eher Angst machen. „Sich zurückziehen bedeutet, sich zu schützen. Da braucht es viel Geduld, offene Angebote, aber bloß keinen Zwang, um einen Zugang zu finden. Wer die Expertin raushängen lässt, hat schnell verloren.“ Oft kommen keine Worte, sondern Gesten. Hier setzen die Trauerbegleiter an: „Wir arbeiten zum Beispiel mit Karten, die Erdmännchen mit unterschiedlicher Mimik und Gestik zeigen. Mit Fragen wie ‚Kennst du das auch?‘ oder ‚Wann hast du dich so gefühlt?‘ kommen wir allmählich ins Gespräch. Wir sind für die Jugendlichen, die zu uns kommen, fremd. Da braucht es einen langen Atem, bis Vertrauen wächst.“ Später werden die Gespräche konkreter. „Dann bitten wir die Jugendlichen, ein Bild mitzubringen, und wir erinnern uns gemeinsam, wie der Papa war.“ Manchmal kommen dann endlose Fragen hoch. „Ich erinnere mich an eine 15-Jährige, die alles über Krebs wissen

wollte. Schließlich haben wir ein Gespräch mit dem Arzt organisiert, der ihre Mutter zuletzt behandelt hatte. Das war ganz wichtig für sie, um überhaupt in den Trauerprozess hineinzukommen, denn die Sachfragen haben sie vorher völlig blockiert.“

## Kein Riss im Film

Kinder und Jugendliche zu Beerdigungen mitzunehmen, sei heute zum Glück üblich, sagt Beate Alefeld-Gerges. „Sie aktiv zu beteiligen, Rituale mitgestalten zu lassen ist ganz wichtig, weil sie dadurch ihre Trauer ausdrücken können.“ Wer die Beisetzung nicht selber erlebt hat, dem fehlt ein entscheidendes Stück vom Film, um trauern zu können. „Für Kita- und Grundschulkindern ist Sterben etwas Abstraktes. Einen Toten noch einmal anfassen und auf dem Friedhof dabei zu sein, macht den Tod begreifbarer. Da sollte man Kindern und Jugendlichen viel zutrauen. Außerdem erleben sie, wie die Gemeinschaft alle Trauernden trägt – eine wichtige Erfahrung.“

## Hier gibt es Hilfe

Grundsätzlich seien Kinder und Jugendliche neugierig auf das Thema Tod und Trauer. „Deshalb besuchen uns immer wieder Schulklassen, Kita- oder Konfirmandengruppen, schauen sich die Räume an, und wir sprechen darüber, was wir hier tun.“



Über 200 Plätze gibt es in den Trauergruppen, in denen sich junge Menschen mit Gleichaltrigen über ihre Verluste und Erinnerungen austauschen können.



## Buchtipp

Stephan Sigg, Beate Alefeld-Gerges:

### Trauerarbeit mit Jugendlichen

Junge Menschen begleiten bei Abschied, Verlust und Tod

144 Seiten, mit Downloadcode für Zusatzmaterial 19,95 Euro.  
ISBN 978-3-7698-2316-5

Erhältlich auch in der Landeskirchlichen Bibliothek im Haus der Kirche, Franziusseck 2-4  
[www.kirche-bremen.de](http://www.kirche-bremen.de)

18 hauptamtliche Psychologen, Kunsttherapeutinnen und Sozialpädagogen arbeiten für Trauerland, daneben unterstützen 120 ausgebildete Ehrenamtliche die Arbeit, die weitgehend über Spenden finanziert wird. Über 200 Plätze für Kinder und Jugendliche gibt es in den rund 15 Trauergruppen. Trauerland bietet vielfältige Kreativ- und Gesprächsangebote vom Toberaum bis zur Ruhezone zum Chillen. Auch heilpädagogische Unterstützung für Kinder, unter anderem durch Bewegung, Musik und Kunsttherapie, gehören zum Angebot. Jugendliche können einen Offenen Trauertreff besuchen, der ebenfalls Übungen und Workshops anbietet, bei denen sie lernen, Abschied zu nehmen, Erinnerungen zu bewahren und den Blick nach vorne zu richten.

Kinder und Jugendliche, die die Arbeit kennengelernt haben, wissen, wo sie bei Bedarf Hilfe finden. Das gilt auch für Lehrer. „Wenn in einer Schulklasse ein Schüler oder Lehrer plötzlich stirbt, gehen wir zur Krisenintervention auch in die Schulen und begleiten den Trauerprozess.“ Bei pädagogischen Fachkräften gebe es oft große Unsicherheit, was Kinder und Jugendliche brauchen, sagt Beate Alefeld-Gerges. „Deshalb haben wir gerade für Akutsituationen eine Hotline eingerichtet, die berät und konkrete Tipps gibt.“ Damit aus der Trauer kein Trauma wird, sondern junge Trauernde schnell Angebote finden, die ihnen wirklich helfen.

## Trauerland

### Zentrum für trauernde Kinder

Telefon 0421/69 66 72-0  
info@trauerland.org

**Telefonische Beratung in akuten Fällen**  
für Betroffene, Eltern und Bezugspersonen aus Kita, Schule, Kirchengemeinde usw.  
Telefon 0421/69 66 72-80

**Gruppenangebote**  
für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene  
Angehörigenarbeit für Erwachsene

Alle Angebote für Betroffene sind kostenfrei,  
Seminare und Vorträge für Fachkräfte sind kostenpflichtig.

Spenden und Kollekten sind willkommen:  
Trauerland e.V., Sparkasse Bremen  
IBAN: DE11 2905 0101 0017 1999 77

**Website für Erwachsene**  
[www.trauerland.org](http://www.trauerland.org)

**Website für Kinder**  
[www.kindertrauerland.org](http://www.kindertrauerland.org)