a.ö. Krankenhaus St. Vinzenz Betriebs GmbH

eine soziale Einrichtung der Barmherzigen Schwestern des Hl. Vinzenz von Paul, Zams

CARITAS CHRISTI
URGET NOS

Wenn Kinder trauern

Informationen und Hilfestellungen für Eltern

Liebe Familien,

ein Ereignis in Ihrem Leben lässt Sie derzeit innehalten. Der Tod eines nahestehenden Menschen verändert Ihr Leben und Ihren Alltag. In diesem Moment scheint die Zeit still zu stehen, nichts ist mehr so, wie es einmal war. Sie erleben möglicherweise Stunden der Ungewissheit und der Hilflosigkeit, gepaart mit einer Vielfalt an Gefühlen.

Als Mutter oder Vater sind Sie nicht nur gefordert, Ihr eigenes Gefühlskarussell zu steuern, Sie wissen auch um Ihre Verantwortung gegenüber Ihrem Kind. Dieses teilhaben zu lassen an der Situation und ihm Halt und Unterstützung zu geben, stellt hohe Anforderungen an Sie.

Trauer ist eine natürliche und wichtige Reaktion auf einen Verlust. Wer sich aktiv mit der Trauer beschäftigt und sie ausdrückt, kann den Verlust besser integrieren und findet schneller wieder einen Zugang zum Leben nach dem Tod eines geliebten Menschen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie auf Ihrem Weg der Trauerarbeit begleiten und Ihnen Hilfestellung geben, wie Sie mit Ihrem Kind altersentsprechend umgehen können.

Bei weiteren Fragen können Sie sich auch gerne persönlich an uns wenden.

Auf Ihrem persönlichen Weg des Abschiednehmens wünschen wir Ihnen viel Kraft!

Das Personal des Krankenhauses St. Vinzenz

Versteht mein Kind, was der Tod ist?

Kinder machen sich viel früher als allgemein angenommen Gedanken über das Sterben und den Tod. Kinder haben durchaus Vorstellungen vom Tod und können auch Angst vor dem Sterben entwickeln, weil konkrete Deutungen und das Verstehen komplexer Zusammenhänge noch fehlen.

Selbst dann, wenn sie nicht unmittelbar betroffen sind, nehmen Kinder oft mehr in ihrem Umfeld wahr, als wir denken. Fragen Sie daher Ihr Kind, was für Vorstellungen es bezüglich Tod und dem Danach hat.

Durch bewusste Auseinandersetzung können Ängste und unrealistische Vorstellungen vermieden werden. Ein offener Umgang mit der Thematik Sterben, Tod und Trauer hilft Kindern wie Erwachsenen und beugt krankhaften Trauerprozessen vor.

Als Erwachsener ist es hilfreich zu wissen, welche Vorstellungen Kinder je nach Alter haben, was sie verstehen können – bzw. was nicht – und wie man mit Fragen umgehen kann.

Unter drei Jahren

„Wo ist Oma?“

Kinder unter drei nehmen angespannte Stimmungen und Gefühle in ihrer Umgebung wahr und reagieren darauf.
Der Tod wird als Abwesenheit erlebt. Das Verschwinden der Bezugsperson ist für das Kleinkind eine große Belastung, weil es nicht verstehen kann, warum jemand nicht mehr kommt und es kann zur Entwicklung von Verlustgefühlen kommen.

Selbst wenn noch kein Todesverständnis vorhanden ist, können Trauerreaktionen, Belastungszeichen und Entwicklungsstörungen auftauchen.

3 – 4 Jahre

„Du bist jetzt mal kurz tot!“

In diesem Alter sind Kinder bereits in der Lage zu verstehen, dass es in unserer Lebenswelt gewisse Zusammenhänge gibt. Beobachtungen zu Sterben und Tod in der Natur (tote Tiere, verstorbenes Haustier, Berichte oder Bilder aus den Medien, …) führen zu einer ersten Auseinandersetzung mit der Thematik.

Kinder wollen diese Zusammenhänge begreifen und beginnen nach dem „Warum“ zu fragen. Die Endgültigkeit des Todes wird allerdings noch nicht erkannt.

Sie entwickeln einfache und oft noch unrealistische Vorstellungen von dem, was Tod bedeutet. Sie können ihn z.B. für eine Form von Schlaf halten, aus dem der Verstorbene zurückkehren kann.

4 – 6 Jahre

„Wie ist das, wenn man tot ist?“

Mit ca. fünf Jahren steigt das Interesse an den körperlichen und biologischen Aspekten des Todes. Technische Fragen interessieren Kinder besonders: *Wie sieht ein Toter aus? Was hat der Opa im Sarg an? Warum muss man begraben werden?* Solche und ähnliche Fragen werden aus Neugierde gestellt, weil Kinder wissen wollen, wie alles funktioniert. Mit einigen dieser Fragen sind Erwachsene manchmal selbst überfordert. Im Literaturverzeichnis finden Sie Bücher, die Ihnen weiterhelfen können.

Es besteht in dieser Altersstufe der Glaube, dass der Tod durch bestimmte Verhaltensweisen, z.B.

brav sein, vermieden werden kann. Der Tod wird nach wie vor als vorübergehender Zustand angesehen – es sei denn, das Kind hat schon einen massiven Verlust in seinem Umfeld erlebt.

6 – 9 Jahre

„Musst du auch bald sterben?“

Ab diesem Alter wird der Tod als endgültig und unvermeidbar begriffen. Kinder verstehen zudem, dass der Tod nahe Bezugspersonen treffen kann.
Sie versuchen, biologische Ursachen und Auswirkungen nachzuvollziehen.

9 – 12 Jahre

„Wohnt Oma jetzt im Himmel?“

Körperfunktionen und Krankheitsabläufe werden immer besser verstanden, ebenso wie prozesshafte Zusammenhänge (Krankheit => Sterben => Tod). Das Kind sorgt sich auch um seinen eigenen Tod.
Es sucht nach Erklärungen und Strategien zur Verarbeitung des Verlustes, indem es religiöse Vorstellungen aus dem sozialen Umfeld übernimmt. Neben realistischen Vorstellungen bestehen aber auch magische Ideen und Phantasien, die Ängste auslösen können (z.B. die Rückkehr der Toten als Geist).

Jugendliche

„Tut Sterben weh?“

Jugendliche haben verstandesmäßig dieselben Vorstellungen vom Tod wie Erwachsene. Sie fürchten vor allem die Belastungen des Sterbens sowie Schmerzen und beschäftigen sich mit der Frage, was mit ihnen nach dem Tod geschieht.
Magische Vorstellungen und Mythen rund um Sterben und Tod sind unter Jugendlichen verbreitet und können Ängste verursachen.

Wie sage ich meinem Kind, dass jemand gestorben ist?

Für Kinder ist es wichtig, das Gefühl zu haben, ehrlich und behutsam über den Tod und dessen Umstände aufgeklärt zu werden. Wählen Sie Worte, die Klarheit schaffen und nicht beschönigen. Eine mögliche Formulierung könnte folgende sein:

„Es ist etwas sehr, sehr Trauriges passiert. Opa ist gestorben. Er wird nie wieder bei uns sein, weil er aufgehört hat zu leben. Wir haben ihn sehr lieb gehabt und wir wissen, dass er uns auch lieb gehabt hat. Wir werden ihn sehr, sehr vermissen.“

Beschönigende Formulierungen werden von Kindern oftmals sehr wörtlich genommen und können Ängste hervorrufen.

„Oma ist gestern eingeschlafen.“

Kinder können Schlafstörungen entwickeln, weil sie Angst haben im Schlaf zu sterben.

„Opa hat uns verlassen.“

Kinder glauben, diese Person komme wieder und warten auf ihre Rückkehr. Sie setzen Verlassen mit Fortgehen gleich. Sie denken, dass ein Fehler von ihnen die Person veranlasst hat zu gehen und haben Schuldgefühle.

„Der liebe Gott hat Oma zu sich geholt.“

Diese Aussage kann Ängste hervorrufen, selbst geholt zu werden und vermittelt ein bedrohliches Gottesbild.

„Wir haben Opa verloren.“

Kinder können Ängste entwickeln, selber „für immer verloren zu gehen“, oder sich auf die Suche nach Opa machen.

Versuchen Sie zu erklären, was passiert ist und weshalb oder wie es passieren konnte, dass die Person gestorben ist. Kindgerechte und klare Informationen geben dem Kind Sicherheit und lassen das Geschehene besser verstehen. Verstricken Sie sich allerdings nicht in zu viele Details. Zu viele

(medizinische) Informationen und Fachausdrücke können Ängste und Sorgen schüren. Ihr Kind wird Sie fragen, wenn es mehr wissen will. Wird keine Frage gestellt, so hat das Kind auch derzeit kein Bedürfnis nach mehr Informationen.

Soll mein Kind den/die Verstorbene(n) noch einmal sehen?

Manche Familien glauben, dass Kinder einen Menschen nicht mehr sehen sollten, wenn er verstorben ist. Kinder sind emotionale Wesen, die den Tod nicht verstehen, sondern „begreifen“ und erfühlen wollen. Sich persönlich vom Verstorbenen verabschieden, ihn noch einmal sehen und berühren, kann eine wichtige Möglichkeit für die Erkenntnis sein, dass ein Wandel stattgefunden hat.

Kinder fürchten sich in der Regel mehr vor dem Unbekannten, als vor Dingen, an denen sie teilhaben dürfen, da sie sich dadurch einbezogen fühlen. Beschreiben Sie Ihrem Kind altersgemäß, was es erwartet.

„Opa wird nicht mehr so sein, wie er einmal war. Weil er gestorben ist, kann er weder sprechen noch gehen noch schlafen. Er braucht auch nichts mehr zu essen. Sein Körper fühlt sich vielleicht kalt und wie Wachs an.“

Fragen Sie dann Ihr Kind, ob es den Verstorbenen anschauen möchte. Falls das Kind „Ja“ sagt, überprüfen Sie bitte vor dem Aufbahrungsort noch einmal, ob das Kind wirklich hingehen möchte. Sagen Sie dem Kind, dass es in Ordnung ist, nahe an den Verstorbenen heranzutreten oder aber auch auf Distanz zu bleiben und von der Tür aus herein zu schauen.

Falls Ihr Kind „Nein“ sagt, versichern Sie ihm, dass auch dies in Ordnung ist und dass manchmal Erwachsene ebenfalls einen Verstorbenen nicht mehr anschauen möchten. Überprüfen Sie später, ob das Kind nicht doch seine Meinung geändert hat. Schlagen Sie ihm vor, eine Karte oder ein Bild zu basteln und als letzten Gruß in den Sarg zu legen.

Kann ich mein Kind mit zur Beerdigung nehmen?

Viele Eltern stellen sich die Frage, ob ihre Kinder bei der Beerdigung anwesend sein sollen und wenn ja, ab welchem Alter. Auch hier gibt es keine Pauschalantworten, da es immer auch auf die Umstände und das Kind ankommt.

Es ist hilfreich, dem Kind genügend Informationen zu geben und in Ruhe alle Fragen zu beantworten, so dass es sich dann selbst entscheiden kann. Möchte Ihr Kind an der Beerdigung teilnehmen, so sollte es gut auf den Ablauf sowie auf die möglichen eigenen Gefühle vorbereitet werden.

Ungewohntes Verhalten von Erwachsenen (z.B. Weinen) kann verunsichern. Es ist wichtig, dass Ihr Kind von einem vertrauten Erwachsenen (der selbst nicht so sehr von der Trauer betroffen ist) die ganze Zeit über begleitet wird und für Fragen da ist.

Kinder können auf vielfältige Weise bei der Beerdigung beteiligt werden: die Blumen für den Grabschmuck mit aussuchen, Bilder malen, die ins Grab gelegt werden, am Grab den Korb mit den Blumen halten, die von den Angehörigen ins Grab geworfen werden…

Wie trauert ein Kind/ Jugendlicher?

Der Verlust eines geliebten Menschen ist ein schwerer Schicksalsschlag für alle Betroffenen. Jeder trauert auf seine eigene Weise – ganz besonders Kinder.

Kinder trauern nicht so, wie wir Erwachsene uns das oft vorstellen. Sie springen in die Trauer hinein und auch wieder heraus. Sie lachen, streiten sich und toben herum, um Minuten später in Tränen auszubrechen, die für Außenstehende nicht erklärbar sind. Oftmals ist der Schock über den Verlust so groß, dass man den

Kindern zunächst gar nichts anmerkt. Das Kind erstarrt innerlich und leugnet den Tod. Ein solches Verhalten dient der momentanen Entlastung. Im Idealfall bestimmt das Kind dadurch selbst, wann und in welchem Maße es sich mit der Todesnachricht konfrontiert.

Das Verhalten nach dem Tod eines nahen Angehörigen ist so unterschiedlich wie die Kinder selbst. Verdrängen, Rückzug, albernes, aufgedrehtes Verhalten, Aggressionen, Rückfall in Verhaltensweisen einer früheren Alters- und Entwicklungsstufe (z.B. Bettnässen, Daumenlutschen, nicht mehr allein schlafen wollen, ...) – alles ist denkbar und normal.

Was trauernde Kinder besonders brauchen, sind Menschen, die für sie da sind, liebevoll und einfühlsam, die sie mit ihren großen und kleinen Ängsten und Nöten ernst nehmen, sich Zeit nehmen und ihnen Geborgenheit geben.

Wie kann ich meinem Kind helfen?

Unter vier Jahren

Versuchen Sie, keine Veränderungen im Ablauf der häuslichen Aktivitäten (Essenszeiten, Spielzeiten, Singen, Einschlafrituale, ...) vorzunehmen – möglichst viel sollte so bleiben wie vor dem Todesfall.

Je jünger Kinder sind, desto stärker werden sie von der emotionalen Atmosphäre ihrer Umgebung beeinflusst. Körperliche Nähe, Zärtlichkeit und Anwesenheit können Trost spenden.

Auch in dieser Altersgruppe ist es angezeigt, den Tod beim Namen

zu nennen. Viele Märchen und Geschichten befassen sich mit dem Themenkreis Leben – Sterben – Tod – Trauer.

4 – 6 Jahre

Kinder in diesem Alter brauchen zur Stärkung ihres Selbstwertgefühls viel Zuwendung, Lob und Anerkennung.

Lassen Sie die Kinder an möglichst vielen Vorgängen in der Familie teilhaben. Ermutigen Sie die Kinder, Fragen zu stellen und sich am Gespräch in der Familie zu beteiligen.

Versuchen Sie alle Fragen klar, ehrlich und entsprechend der eigenen Überzeugung zu beantworten. Bei plötzlichen Todesfällen fällt es meist sehr schwer, Antworten zu finden. Hier kann es möglicherweise helfen, wenn man ehrlich zugibt, dass man auch sehr, sehr traurig ist und es selbst nicht versteht.

Machen Sie Ihrem Kind bei möglichen Schuldgefühlen deutlich, dass es nicht schuld am Tod ist.
Fördern Sie den kreativen Ausdruck, z.B. durch Malen eines Bildes von der Beerdigung.

6 – 9 Jahre

Sprechen Sie in einer offenen, ehrlichen und klaren Sprache über den Tod.

Erklären Sie vorsichtig, aber direkt die Umstände, die zum Tod geführt haben. Kinder in diesem Alter wollen wissen, warum jemand gestorben ist.

Ermutigen Sie ihr Kind, seine Gefühle (Angst, Wut, Zorn, Enttäuschung, Schuldgefühle) zum Ausdruck zu bringen. Kreatives Arbeiten kann dabei hilfreich sein.

„Durchleben“ Sie die gemeinsame

Geschichte mit dem Verstorbenen (Reise durch die Welt der Erinnerungen).

Beziehen Sie Ihr Kind in Fragen der Verabschiedung und Begräbnisgestaltung mit ein.

9 – 12 Jahre

Schenken Sie Ihrem Kind körperliche Nähe.

Ermutigen Sie Ihr Kind zu weinen.

Sprechen Sie mit dem Kind über die verstorbene Person.

Gehen Sie mit Ihrem Kind auf den Friedhof.

ab 12 Jahre

Teenager brauchen Gelegenheit, ungestört Zeit mit Ihnen zu verbringen, aber sie brauchen auch Raum und Zeit für sich allein. Gespräche dürfen nie aufgezwungen werden; der junge Mensch selbst entscheidet, wann der richtige Zeitpunkt dafür ist.

Wichtige Informationen über den Todesfall, bevorstehende Veränderungen oder konkrete Auswirkungen des Todesfalls auf das Familienleben müssen klar und deutlich ausgesprochen werden.

Versuchen Sie, aufkommende Aggressionen zuzulassen und ihnen auf den Grund zu gehen.
Unterstützen Sie den Kontakt mit Freundinnen und Freunden.

Akzeptieren Sie unkonventionelle Formen der Trauer (Rückzug, laute Musik, „schrille Trauerkleidung“, ...). Konsum von Alkohol und Drogen sind keine angemessene Form der Trauerverarbeitung!

Wie gehen wir mit Jahrtagen, Geburts– und Festtagen um?

Besondere Tage wie Geburtstage und Jahrestage können für die ganze Familie schwierig sein, wenn jemand verstorben ist. Einige Personen haben keine Lust zu feiern und würden am liebsten den Tag ohne Beachtung vorbei gehen lassen. Für Kinder ist ein Ignorieren solcher Tage schwer, da sie das Gefühl haben, der Verstorbene werde vergessen.

Es ist hilfreich, diese Tage gemeinsam zu planen und zu gestalten. Oftmals bleiben die Abläufe gleich wie in den Jahren zuvor. Zusätzlich gedenkt man allerdings bewusst der verstorbenen Person.

Mögliche Beispiele sind:

✦ Kerze anzünden

✦ etwas für den Verstorbenen dem Anlass entsprechend basteln oder malen (Stern zu Weihnachten, Bild zum Geburtstag)

✦ sich gemeinsam an die Person erinnern und Besonderheiten von ihr hervorheben

✦ Friedhofsbesuch oder Besuch eines Ortes, der dem Verstorbenen wichtig war

Wann muss ich mir Sorgen um mein Kind machen?

Jedes Kind trauert auf seine eigene persönliche Art. Vieles ist normal und eine Reaktion auf ein außergewöhnliches Ereignis. Manchmal jedoch ist es für das Kind nicht möglich seine Trauer zu zeigen oder auszuleben. Gelingt es dem Kind nicht zu trauern, sollten Sie professionelle Hilfe hinzuziehen.

Folgende Symptome können, wenn sie über einen längeren Zeitraum bestehen bleiben oder immer wiederkehren, ein Hinweis auf einen schwierigen Trauerprozess sein, der professioneller Hilfe bedarf:

✦ Entwicklungsverzögerung, Rückschritte oder Stillstand in der Entwicklung

✦ Vermehrte Angst, Niedergeschlagenheit oder Aggressionen

✦ Schlafstörungen

✦ Massive Trennungsängste

- Soziale Isolation und Rückzug
- Starke Schuldgefühle
- Selbstverletzendes Verhalten
- Unspezifische Belastungssymptome wie z.B. Kopfschmerz oder Bauchschmerz

Generell gilt:
*Jegliche Veränderung im Verhalten des Kindes, die **ungewöhnlich** oder in einem **starken** Ausmaß passiert und **längere Zeit** anhält, kann ein Zeichen sein, dass Ihr Kind zusätzliche Unterstützung im Trauerprozess braucht!*

Trauernden einer Familie fällt es oftmals schwer, sich in der Trauerarbeit gegenseitig zu unterstützen und füreinander da zu sein, da sich jeder an einem anderen Punkt der Trauer befindet und sich unverstanden und hilflos fühlt.

Wenn im Prozess des Trauerns ein Miteinander oder ein Dasein für das Kind schwer fällt und nicht gelingt, ist Hilfe von außen angezeigt.

Bei Unsicherheiten können Sie gerne mit uns Kontakt aufnehmen. Lassen Sie sich einfach über den Portier (Tel. 05442/600) mit den MitarbeiterInnen der Seelsorge oder der Psychologie verbinden.

Sie haben aber auch die Möglichkeit, sich Hilfe über die Erziehungsberatungsstelle oder die Beratungsstelle des Landes Tirol zu holen (Kontaktadresse hinten).

Und ich?

In all Ihrer Sorge um Ihr Kind sollten Sie aber auch sich selbst und Ihre eigenen Gefühle nicht vergessen. Auch diese brauchen Raum und Sie dürfen sie vor Ihren Kindern zeigen. Wenn Sie Ihrem Kind Ihr Verhalten erklären (*„Mama weint, weil sie Oma so vermisst“*), kann Ihr Kind Ihre Reaktionen besser verstehen und einordnen.

Literatur

Kinder im Kindergartenalter

Heike Wolter; Regina Masaracchia: *Oma war die Beste*; Edition Riedenburg 2011 (Kindersachbuch zum Thema Sterben, Trösten und Leben, ab 5 J.)

Georg Schwikart: *Von Sterben, Tod und Trauer den Kindern erzählt*; Butzon & Bercker 2010 (Behutsame Heranführung an das Thema Tod und Trauer, ab 4 J.)

Amelie Fried, Jackie Gleich: *„Hat Opa einen Anzug an?“* Hanser 1997 (Tod im Alter, ab 4 J.)

Heike Saalfrank; Eva Goede: *Abschied von der kleinen Raupe,* Echter 2010 (Tod als Beginn eines anderen Lebens)

Pernilla Stalfelt: *„Und was kommt dann?“ Das Kinderbuch vom Tod.* Moritz 2013 (5-7 J.)

Peter Schössow: *„Gehört das so?“ – Die Geschichte von Elvis*; Hanser 2008 (Abschied und Trauer; ab 4 J.)

Susan Varley: *„Leb wohl, lieber Dachs“*, Beltz 2009 (Tod, Abschied und Erinnerungen, ab 4 J.)

Marit Kaldhol, Wenche Oyen: *Abschied von Rune*; Ellermann 2000 (Tod eines Freundes, ab 5 J.)

Anette Bley: *Und was kommt nach Tausend?* Ravensburger 2011 (Tod des Großvaters, ab 4 J.)

Feth, Monika: *Opa, ich kann Hummeln zähmen.* Sauerländer (ab 4 J.)

Für Schulkinder

Roland Kachler: *„Wie ist das mit der Trauer?“*, Gabriel 2007 (unterschiedliche Trauersituationen, Sacherklärungen, ab 8 J.)

Isabel Schneider, Martina Schneider-Hartmann: *Feli und Matze im Land der Kinderseelen*, Mabuse 2012 (eine Geschichte über den Kreislauf des Lebens; für Kinder und Erwachsene)

Helene Düperthal, Daniela Veit: *Wie kommt der große Opa in die kleine Urne?* Lebensweichenverlag 2011 (Auseinandersetzung mit dem Thema Urnenbeisetzung)

H. Gätjen: *Willi Wills Wissen: Wie ist das mit dem Tod?* Baumhaus (Sachbuch)

Sylvia Weigner, Christine Weiß: *Lukas und Oma nehmen Abschied*; Bloom`s 2008

Andrea Moritz: *Tod und Sterben Kindern erklärt*; Gütersloher Verlagshaus 2001, (Umgang mit Kinder-

fragen rund um Tod und Trauer, 6 -12 J.)

Georg Schwikart: *Der Tod ist ein Teil des Lebens*; Patmos 2003 (Sachbuch, 10-12 J.)

Ulla Frank: *Was passiert, wenn ich sterbe?* Turm 2010 (Ein Aufruf zum Leben, 10-12 J.)

Für Jugendliche

Arno Bohlmeijer: *„Ich muss dir etwas Trauriges erzählen."* Beltz und Gelberg 1996 (Tod eines Elternteils, ab 12 J.)

Marie-Theresse Schins: *„Und wenn ich falle? Vom Mut traurig zu sein"* DTB Verlag 2007 (Jugendliche, die einen Verlust erlitten haben, erzählen; ab 12 J.)

Karen-Susan Fessel: *Ein Stern namens Mama*; Oetinger Verlag 1999 (Tod der Mutter durch Krebs; ab 10 J.)

Für Erwachsene

Daniela Tausch- Flammer, Lis Bickel: *Wenn Kinder nach dem Sterben fragen*. Ein Begleitbuch für Kinder, Eltern und Erzieher; Herder Verlag 2009

Elisabeth Kübler- Ross: *Kinder und Tod*; Knaur TB 2011

Gertrud Ennulat: *Kinder trauern anders. Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten*; Herder Verlag 2013

Margit Franz: *Tabuthema Trauerarbeit. Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und T*od; Don Bosco 2002.

M. Schroeter- Rupieper: *Für immer anders. Hausbuch für Familien in Zeiten der Trauer und des Abschieds*; Patmos Verlag 2012

Oliver Junker: *„Und plötzlich ist alles anders – trauernde Kinder verstehen und begleiten"*, Shaker-Media Verlag, Neuauflage 2011

Claudia Jewett Jarratt: *Trennung, Verlust und Trauer. Was wir unseren Kindern sagen – wie wir ihnen helfen.* Beltz Verlag 2006.

Es gibt eine Vielzahl guter Bücher, die auch auf besondere „Ereignisse" eingehen. Am besten erkundigen Sie sich in einem Buchladen, im Internet oder in einer Bücherei.

Filme

Filme sollten Sie grundsätzlich gemeinsam mit Ihrem Kind ansehen.

Löwenzahn 289: Leben und Sterben – Das alte Rätsel. Als DVD erhältlich oder unter: www.tivi.de/fernsehen/loewenzahn/index/38294/index.html; Altersempfehlung: 4 – 10 Jahre

Sendung mit der Maus: Das MausSpezial: Abschied von der Hülle. Als DVD oder unter: www.youtube.com/watch?v=mwq_KNPXqrY

Willi Wills Wissen: Wie ist das mit dem Tod? (Buch oder DVD)

Internetseiten

www.youngwings.de (für ältere Kinder und Jugendliche; Forum und Einzelbetreuung)

www.allesistanders.de (für Jugendliche)

www.kindertrauer.info (Informationen für Betroffene und Angehörige)

www.elterlos.de (für Kinder und Jugendliche)

www.trauerland.org (für Kinder, Jugendliche und Erwachsene)

Beratung und Begleitung

Trauergruppe für Kinder und Jugendliche, **RAINBOWS-TIROL**, Gutenbergstr. 5, 6020 Innsbruck, Tel. 0512 579930; www.rainbows.at

Erziehungsberatung Imst; Dr. Bernhard Pichler, Schustergasse 9, 6460 Imst, 05412 66314

Erziehungsberatung Landeck; Mag. Miriam Pöschl, Innstr. 15; 6500 Landeck, Tel. 05442 6996 5436

Gesundheitspsychologische **Beratungsstelle des Landes Tirol** im KH Zams, Mag. Ing. Cornelia Handle; Tel. 0650 7086067, Mi 16:00-20:00 Uhr

Impressum:
a. ö. Krankenhaus St. Vinzenz Betriebs GmbH
Konzept/Text: © Sr. Mag. Barbara Flad, DGKS Andrea Geiger, Mag. Judith Schaller
Bilder entnommen von www.pixabay.com
August 2014