



Kinder- & Familientrauerbegleitung

Kinder sind wundervolle Lehrmeister. Mit offenen Augen, Ohren und Herzen nehmen sie achtsam wahr, was um sie herum geschieht. Sie erspüren deshalb sehr genau, wenn etwas nicht stimmt. Kinder sind sehr nah dran an den Schnittstellen des Lebens und verfügen über vielerlei Ressourcen und Kraftquellen. Ihr sehr gutes, stimmiges Bauchgefühl und ihr Herz zeigen ihnen ihren Weg.

Von Martina Hosse-Dolega

Das Wesentliche – insbesondere auch während der Trauerbegleitungen – ist es, den Kindern Informationen zu geben, sie teilhaben zu lassen. Eine große Verunsicherung und noch größere Selbstzweifel können entstehen, wenn Kinder die Situation erspüren, auf ihre Nachfragen jedoch keine zufriedenstellenden und glaubhaften Antworten erhalten (häufig bekommen sie die unbefriedigende Antwort, dass alles ok sei). Kinder zweifeln dann an sich, ihren Gefühlen und an ihrer Wahrnehmung. Ihr Bauchgefühl, das – meiner Erfahrung nach bei Kindern jeden Alters – außergewöhnlich gut vorhanden ist, wird so verlernt. Die Kinder verlieren das Vertrauen in sich selbst. Darin liegt sicher auch die Ursache, dass Erwachsene ihr Bauchgefühl allzu häufig missachten. Es ist also wesentlich, dass wir Kinder ihr Bauchge-

fühl achtsam wahrnehmen lassen und zuhören, was es ihnen sagt. Oftmals werden wir sehr kurzfristig kontaktiert. Dadurch bleibt manchmal nur sehr wenig Zeit (wenige Tage, Stunden). Einige Krankheitsverläufe und familiäre Konstellationen erfordern sofortiges Handeln, ja zwingen gerade dazu. Um in dieser kurzen Zeit die Begleitung einer Familie auf "stabilere Füße" stellen zu können, ist in einigen Familien eine intensive Begleitung unumgänglich. Die Anforderungen, die Krankheit und Sterben – ganzheitlich betrachtet – an die Kinder und ebenso auch an die Erwachsenen stellen, sind enorm. Durch unser Da-sein können wir in dieser Zeit zur Entlastung und Unterstützung beitragen. In der Kindertrauerbegleitung liegt es an uns, sowohl die Kinder als auch die Familie zu stärken. Das tun wir, indem wir Informationen al-

tersentsprechend vermitteln und den Kindern (und Bezugspersonen) den erforderlichen Raum für ihre Gefühle und Gedanken geben sowie kreativen Ausdruck ermöglichen. So schaffen wir die Basis für ein Leben und eine Zukunft, in der der Tod des Papas oder der Mama seinen Platz in der Erinnerung erhält, das Leben jedoch dennoch bunt, liebens- und lebenswert erlebt werden kann. Es gilt die Distanz der Kinder, bedingt durch die Erkrankung und die Veränderung der erkrankten Person (und durch das Einwirken des oftmals verunsicherten Umfelds), zu verringern. Wir richten unseren Blick auf die Beziehung, das Miteinander, das gemeinsam Erlebte, auf das evtl. noch zu Klärende, die schönen Erlebnisse, das Schaffen von Erinnerungen, auf das, was für das Kind und auch für die bald sterbende Mama oder den Papa von

Bedeutung ist. In Gesprächen und insbesondere während spielerischer Beschäftigung (an vertrauten Orten oder Lieblingsorten der Kinder) stellen die Kinder viele Fragen und erzählen von ihren Vorstellungen (so erklärte mir

Information. Kinder sollten die Möglichkeit erhalten, sich verabschieden zu dürfen (auch jüngere Kinder fordern das durchaus eindringlich und durchdacht ein). Wesentlich ist in dieser Situation eine gute Vorbereitung

begleitet werden! So wie die letzte gemeinsame Zeit (ob Zuhause, im Krankenhaus oder Hospiz) davon geprägt sein sollte, positive Bilder zu sammeln, um die Schatztruhe der Erinnerungen zu füllen, so ist auch die Trauerfeier /

Trauer begegnet uns überall. Erwachsene und auch Kinder werden damit konfrontiert. Trauer braucht Zeit, Raum, Ausdruck und ein verstehendes Gegenüber. Trauer ist eine Ressource, die uns befähigt und unterstützt, Abschiede, Tiefpunkte und Wandlungsphasen in unserem Leben zu überleben und zu durchleben. Als Trauerbegleiterin, Entspannungs- & Gesundheitspädagogin liegen mir besonders Familien am Herzen. Trauerbegleitung Vergissmeinnicht ist meine Herzensarbeit.



ein 7-jähriges Mädchen und ebenso ein 10-jähriger Junge bereits anschaulich das Leben und die Himmelswelt – ein wundervolles Geschenk). Während einer solchen Unterhaltung malen oder spielen die Kinder zeitweise, auch um sich zu entlasten und um die Situation besser aushalten zu können. Die Kinder und der geliebte erkrankte Familienangehörige sollten sich weiterhin sehen und fühlen können, sollten sich nah sein dürfen. Teilhaben zu können ist für Kinder von allergrößter Wichtigkeit, ebenso ehrliche, kindgerechte

(u.a. auch der Umgebung – Krankenschwestern und -pfleger leisten hier oftmals Wunderbares). Dass Kinder zu Trauerfeier und Beerdigung mitgehen dürfen und in die Abschiedsgestaltung mit einbezogen werden, sollte unterstützt und begleitet werden! Hierzu gibt es ein breites Spektrum kindgerechter Möglichkeiten. WICHTIG: Bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld, ob und welche Erfahrungen der Bestatter mit der Begleitung von Kindern und Familien hat! Nur so ist gewährleistet, dass das Kind und seine Familie achtsam

Beerdigung ein wesentlicher Ort, um genau dies zu ermöglichen. Eine Sensibilität und Aufgeschlossenheit für die Themen Trauer und Tod zu erreichen, ist ebenso in Kindergärten und Schulen wesentlich. Oftmals erlebe ich eine große Unsicherheit im Umgang mit den trauernden Kindern, den Eltern und Bezugspersonen und dem Themengebiet Tod und Trauer, jedoch auch eine große Bereitschaft, sich damit zu beschäftigen. In diesen Fällen helfen wir u.a. Elternbriefe zu entwickeln bzw. Elternabende vorzubereiten. ■



ERGOTHERAPIE
Franziska Dinkel

■ Behandlung von Kindern bei Entwicklungsverzögerung im Bereich

- der Grobmotorik (balancieren, hüpfen, fangen, werfen)
- der Feinmotorik (Stifthaltung, Schere, malen, Schriftbild)
- Auffälligkeiten im Bereich Koordination, Konzentration, Ausdauer, Selbständigkeit
- Lese- und Rechtschreibproblemen/Matheverständnis

■ Kursangebot u.a. auch Präventionskurse, die zu 80% von der Krankenkasse bezahlt werden.

- (Yoga für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Lese- und Rechtschreibkurs für Kinder, Konzentrationskurs für Kinder, autogenes Training, PME nach Jacobsen)

■ Behandlung von Erwachsenen

- Demenz/Alzheimer
- Parkinson
- Schlaganfall/Hirnblutung
- Multiple Sklerose
- Gangstörung
- Rheuma/Arthrose/Osteoporose
- Psychische Erkrankungen

■ Hausbesuch möglich

Industriering 19 | 96149 Breitengüßbach
Tel.: 09544 / 98 700 98 | Mail: info@ergotherapie-dinkel.de
WWW.ERGOTHERAPIE-DINKEL.DE

Hören wir zu, was die Kinder uns zu erzählen haben! Und trauen wir ihnen einiges zu!

Dazu noch diese kleine Geschichte: Ein buddhistischer Mönch und ein kleines Mädchen gingen im Wald spazieren. Sie blieben vor einem Baum stehen und das Mädchen fragte: "Lieber Mönch, sage mir, welche Farbe hat dieser Baum!" Und der Mönch antwortete: "Er hat die Farbe, die Du siehst."

Wenn wir einander mit dem Herzen zuhören, entwickelt sich Verstehen. Sich angenommen und gehört, eben verstanden zu fühlen, ist ein warmes und gutes Gefühl – für Kinder ebenso, wie für Erwachsene. Die ungeteilte Aufmerksamkeit zu bekommen, ermöglicht es, sich auch auf emotionale Themen einlassen zu können. Im Palliativnetz Bochum e.V. unterstützt uns unter anderem unser Samson (große Handpuppe), der als Freund und Zuhörer, als Vertrauter u.a. auch bei den Kindern zuhause bleibt und schwieri-

gere Zeiten begleitet. Neben Samson sind es aber auch Tiere (wunderbare Fellpfötchen) – die eigenen Haustiere, aber ebenso die zauberhaften Alpakas von Daniels kleiner Farm, die mit ihren wunderbaren Fähigkeiten die Herzenstüren der Kinder (und der Erwachsenen) öffnen. Darüber sind wir sehr glücklich. Zu der Begleitung trauernder Kinder gehört für uns im Palliativnetz Bochum e.V. die Förderung der Erinnerung an den geliebten Menschen, die Schaffung persönlicher Erinnerungen und eines persönlichen

gunde Möglichkeiten sich den Themen Tod und Trauer interessiert und ohne bestehende Akutsituation zu nähern. Denn auch Kinder werden in ihrem Umfeld immer wieder mit Trauer konfrontiert. Das muss nicht zwangsläufig der Tod eines lieben Menschen sein. Die Unterstützung von Kindern, Eltern, Familien und ganz besonders der Geschwisterkinder ist von unschätzbarem Wert – nicht nur im Hinblick auf eine Akutsituation, sondern auch im Hinblick auf das weitere Leben. Der Aufbau und die Unterstützung von entsprechenden Angeboten sollten und müssen weiter in den Fokus rücken! Einmal erkannt, lässt sich der Bedarf an trauerbegleitenden Angeboten nicht ausklammern, sondern weckt nicht selten den Wunsch, sich mehr zu engagieren. Auf diese Thematik aufmerksam zu machen, ist mir ein Her-

Erinnerungsstückes. Die MaPaPu (MamaPapaPuppe), genäht aus Lieblings-T-Shirts des geliebten Menschen, erleben wir als wirksamen Seelenfreund, als Unterstützung in der Trauer, als be-greifbare Erinnerung, als wundervoll und voller Wunder. Durch die Kindertrauerbegleitung des Palliativnetz Bochum e.V. ist es möglich, dass die Kinder mutig und gestärkt – mit Zuversicht und Hoffnung – in ihre Zukunft gehen. Und es sind genau diese Kinder, die morgen die Erwachsenen unserer Gesellschaft sind.

zensanliegen, denn es ist an der Zeit, dass qualifizierte Trauerbegleitung Förderung durch Politik und Krankenkassen erhält. Trauerbegleitung ist auf achtsame Menschen, Förderer und Unterstützer angewiesen. Ich freue mich, dass es Menschen gibt, die sich von Herzen engagieren, die sich Gedanken darüber machen, wie sie ihr Umfeld sensibilisieren können, die über ihre Erfahrungen sprechen und weitere Unterstützer begeistern. Ich bin dankbar, dass es Firmen gibt, die sich für Projekte einsetzen, die Kindern zugute kommen. Wir können Kindern durchaus viel zutrauen, ihnen Raum geben und wir können und sollten dafür Sorge tragen, dass Kinder und deren Familien in allen Lebenssituationen auf unsere Unterstützung zählen können – das gilt auch und insbesondere für die Kindertrauerbegleitung!

Trauernde Kinder

Trauerbegleitung ist eine wertvolle Unterstützung für trauernde Kinder und deren Familien. Eine Herzenssache, die immer noch zu wenig Öffentlichkeit und Unterstützung erfährt. In vielen Bereichen finanziert sich die Trauerbegleitung zu 100 % über Spenden. Grundsätzlich ist eine Verbesserung der Finanzierung jedoch unumgänglich, denn Trauerbegleitung muss bezahlt werden und sollte u.a. auch von den Krankenkassen finanziert werden. Bereits im Kindergarten und in der Schule bieten sich hervorra-

Über Columba

Ich freue mich über jede Ausgabe von Columba, weil das Magazin des Palliativ-Portals sehr vielseitig und gesellschaftsnah eine für viele Menschen sehr schwierige Thematik näher bringt. Die Themen und Geschichten werden im Magazin sehr berührend und sachlich zugleich behandelt. Diese einmalige und besondere Art bringt mich zum Nachdenken, für eine Sache einzustehen, die doch eigentlich selbstverständlich sein sollte. Ich freue mich auf das Magazin, das überall in den Apotheken und Wartezimmern ausgelegt werden sollte- und unterstützt werden muss. Daher verteile ich dies sehr gern in meiner Region: Für eine aufgeklärte und gut informierte Gesellschaft

Mark Castens
Ovelgönne



Problemen ein anderes Gewicht geben

(Ausgabe 03 | 2016)

„Mit Negativität lässt sich Macht herstellen.“ (Zit. Dr. med. Hans Hermann Ehrat, S.15, Z. 21 f.)

Dieser eine Satz, der so viel aussagt – die Hierarchie der Gesellschaft quasi. Was hat da ein Schwerstkranker, Sterbender noch für eine Selbstbestimmung? Dieser eine Satz, der mich jeden Tag bewegt und mir zeigt, wie wichtig Kommunikation auf Augenhöhe ist. Columba ist nicht einfach eine Zeitschrift, sie ist persönlich, echt und vor allem ehrlich. Sie greift ein Thema auf, welches in unserer Gesellschaft noch immer tabuisiert wird: Die Angst vor dem Tod, die Angst die letzte Phase des Lebens gemeinsam würdevoll zu gestalten, keine Scheu vor Berührungen zu haben, die Wünsche und Bedürfnisse jedes einzelnen zu respektieren – auch die der Angehörigen. Manchmal erscheint ein Weg unüberwindbar, man muss ihn nur gehen, um es herauszufinden.

Julia Sommerlade
Köthen

