

Dabei-Sein – Kinder und Jugendliche erleben die Zeit zwischen Tod und Bestattung

Die Zeit zwischen Tod und Bestattung eines Menschen ist eine kostbare und unwiederbringliche Zeit, und es werden Weichen gestellt für das Weiterleben und die anschließende Trauerzeit. Dies gilt auch und in besonderem Maße für Kinder und Jugendliche. Denn wie sie diese Zeit erleben, wirkt grundlegend in ihr ganzes weiteres Leben hinein.

Ich spreche dafür, unsere Toten mindestens noch einmal zu sehen, am besten mit ihnen zu sein, über mehrere Tage und immer wieder – dann ist das wirkliche Erleben des Geschehens, das Begreifen des Todes, das Erinnern und Abschiednehmen und das Spüren der Verbundenheit mit dem verstorbenen Menschen über seinen Tod hinaus besonders gut möglich.

Meiner Erfahrung nach haben Kinder eine natürliche Begabung, Neugierde und schöpferische Kraft sowie ein elementares Recht dazu, sich mit allen Themen des Lebens zu befassen, auch mit den schmerzhaften. Dabei-sein und Mitmachen wollen ist ein natürlicher Impuls – die Grundlage für ihr Lebens-Lernen, und für Heilungsprozesse bei Verlust und Tod. Ich halte es für eine wichtige Fähigkeit, der Wahrheit ins Auge zu sehen und mit ihr umzugehen, und habe sehr gute Erfahrungen damit gemacht, Kinder und Jugendliche allen Alters teilhaben zu lassen am Geschehen.

In diesem Sinne möchte ich Sie ermutigen, sich selbst und den jungen Menschen etwas zuzutrauen und sich nicht nur von Ihren eigenen Bedenken leiten zu lassen. Das ist in unserer Kultur, in der wir gemeinschaftliches Erleben (und die damit verbundene Tragfähigkeit – nicht nur in der Trauer) wieder mehr entwickeln müssen, nicht leicht. Wenn wir uns jedoch einer Situation stellen, die wir für unvorstellbar halten und die gleichzeitig unausweichlich ist, fließen uns Kräfte zu, von denen wir zuvor nichts geahnt haben mögen. Dies gilt auch für Kinder und Jugendliche, macht sie stark. Und sich selbst auch mit Ihren schwachen, schmerzvollen und fragenden Seiten zu zeigen – das macht sie vertraut mit Ihnen. Wichtig ist, dass die Kinder wissen, dass ihre Erwachsenen möglichst gut versorgt sind.

Die Zeit des Sterbens und zwischen Tod und Bestattung miteinander zu erleben, ist ein gemeinsamer „Schatz“ für alle beteiligten Personen, egal welchen Alters – *wir haben sogar dies zusammen erlebt, gestaltet, ausgehalten*. Das stärkt unsere Verbindung miteinander und mit dem verstorbenen Menschen. Es steht uns als tragende Erfahrung für die weitere Trauerzeit zur Verfügung, schafft eine Selbstverständlichkeit in der Besonderheit der Situation, weil sie zu unserem gemeinsamen Leben gehört. Wir wissen miteinander, wovon wir sprechen. Alle sind in den Fluss des Geschehens einbezogen, niemand geht verloren. Kinder, die dies nicht miterleben dürfen, oder darüber nicht ausreichend und wahrheitsgetreu informiert werden, spüren genau (auch wenn wir das nicht merken), wenn ihnen etwas vorenthalten wird – und das irritiert sie, weil sie mit ihren unterschiedlichen Wahrnehmungen die Orientierung verlieren. Und sie können es als Ausgeschlossen-sein bis hin zum Vertrauensbruch empfinden. Zudem sind sie mit ihren (grenzenlosen) Phantasien zum

verstorbenen Menschen und zum Geschehen allein gelassen, können ihnen keine realen Bilder hinzufügen. Es stört ihre Lebenskraft und ihr Aufgehobensein in ihrer sozialen Umgebung. Ich glaube, dass Kinder noch in ganz ursprünglicher Weise und durch ein tiefes inneres Wissen mit dem Geschehen um Leben und Tod verbunden sind, und wir viel von ihnen lernen können.

Als meine Mutter starb, war mein Sohn drei Jahre alt. Ich nahm ihn mit an ihr Sterbebett. Das war ihr eine der größten Freuden, die ich ihr bereiten konnte. Dann suchte er sich in einem Lädchen ein Bild aus – und genau dieses Bild hing später in groß bei ihrer Abschiedsfeier im Aufbahrungsraum der Klinik.

Wir können über das innere Wissen unserer Kinder etwas erfahren, wenn wir sie fragen, statt ihnen fertige Antworten auf ihre Fragen geben müssen, wenn wir uns selbst öffnen und mit ihnen gemeinsam auf die Suche gehen. Sie können das Geschehen des Todes je nach Alter vielleicht noch nicht kognitiv begreifen – jedoch mit ihrem Herzen, ihrer Seele, mit all ihren Sinnen - und dazu hilft besonders das Handeln und Gestalten. Sprechen ist wichtig, jedoch nicht unbedingt die einzige und bevorzugte Möglichkeit der Kommunikation für Kinder und Jugendliche.

Wir können Kinder natürlich nur im Zusammenhang mit ihrer Familie und ihrem sozialen Umfeld verstehen und begleiten. Wie dieses System mit Verlusterfahrungen und Trauerprozessen, Sterben und Tod, Gefühlen usw. umgeht, prägt sie. Wenn Kinder nicht dabei sein möchten, sehe ich das als wichtiges Zeichen: möglicherweise sind die Bedingungen nicht unterstützend genug:

- Kinder spüren sehr deutlich, ob die ihnen zugehörigen Erwachsenen es sich zutrauen, mit diesen Themen umzugehen, ob sie sich dem Begleiten der Kinder gewachsen fühlen, auch deren Schmerz aushalten können. Wenn Kinder merken, dass ihre Erwachsenen sie eigentlich nicht dabei haben wollen, werden sie sich aus Loyalität eher zurückhalten, um sie zu schonen. Das Ungelebte nehmen sie mit auf ihren weiteren Weg, es wird später in verschiedener Weise zutage treten.

- oder es gibt keine angemessene Kultur und Gestaltung um den Tod herum, keine ausreichende Begleitung für die Erwachsenen, keine guten Räume, nicht genügend Zeit...

- oder es gibt noch andere, bisher nicht genügend gelebte Verlustsituationen, die mit (bewusst oder unbewusst) berührt werden und auch Kräfte fordern.

Meiner Erfahrung nach können Kinder recht unbedarft mit dem Geschehen um das Sterben und den Tod herum umgehen, wenn wir sie nur lassen, ihnen Erlaubnis und Impulse, Zeit und Begleitung geben.

Vor langen Jahren starb ein kleiner Junge, den ich sehr mochte, an einem Unglück während einer Kinderfreizeit. Einige Kinder aus seiner nahen Umgebung, zwischen fünf und sieben Jahren alt (auch mein Sohn) konnten die Zeit zwischen Tod und Bestattung bewusst miterleben (ihn besuchen und anfassen, wichtige Dinge wie Erdbeeren, Lieblingsblumen und Vampirgebiss mit ins Grab geben, auf dem Friedhof Luftballons aufsteigen lassen ...). Das hatte zur Folge, dass sie sich später gemeinsam im Spielen und Mitteilen damit beschäftigen konnten. Sie hatten ein gemeinsames Erlebnis. Ungefähr zwei Jahre später rief ich ein paar dieser Kinder zusammen und fragte sie, wie sie sich den Tod vorstellen. Sie malten Bilder, in denen ihre Erlebnisse und Vorstellungen vom Sterben, vom Weg der Seelen und Körper und auch zu ihrem eigenen möglichen Tod zum Vorschein kamen. Und sie erzählten darüber

miteinander in einem sehr angeregten Gespräch, mit großer Selbstverständlichkeit, mit Ernst und Humor.

Seitdem habe ich immer wieder erlebt, wie sich Kinder in der Zeit vom Tod bis zur Bestattung verhalten, wenn sie dabei sein und sich (auch handelnd) ausdrücken dürfen. Sie können ihre eigenen inneren Zugänge spüren zu ihren Gefühlen, zum Leben, zur Erde, zu ihrer natürlichen Spiritualität. Sie bleiben verbunden mit dem verstorbenen Menschen und ihren Gefühlen zu ihm – eine wichtige Voraussetzung, um ihn von dieser Erde zu verabschieden. Sie spüren ihre schöpferischen Kräfte, und dass sie damit ihrem inneren Erleben, ihren Gefühlen und Beziehungen Ausdruck verleihen können.

Was heißt das nun konkret, was genau geschieht zwischen Tod und Bestattung, und wie können wir diese Zeit gemeinsam mit unseren Kindern in einem „rituellen Fluss“ gestalten? Dazu möchte ich Ihnen einige Beispiele und Möglichkeiten aus einer großen Vielfalt erzählen – als Anregungen, nicht als Rezept. Wir können mit unserem Inneren in Kontakt sein, uns dem Fluss des Geschehens anvertrauen, und das Passende wird sich fügen.

Wichtig für die Begegnung mit dem verstorbenen Menschen ist eine gute Begleitung und Vorbereitung des Kindes. Nicht nur, *was* geschieht, ist wesentlich, sondern ebenso, *wie* es geschieht – mit Behutsamkeit und Deutlichkeit, mit Liebe und Achtsamkeit vor den Bedürfnissen und Möglichkeiten der beteiligten Menschen. Es ist zu bedenken, ob die Bezugspersonen des Kindes zuvor schon bei dem verstorbenen Menschen gewesen sein sollten, um sich anzunähern, und z.B. ihren eigenen Schmerz dort wahrzunehmen. Wenn irgend möglich, tut es Kindern gut, besonders wenn ein sehr naher Mensch gestorben ist, Begleitpersonen und Ansprechpartner zu haben außer den Eltern - aus ihrem persönlichen oder dem professionellen Umfeld - die mutig und offen mit ihnen umgehen können. Das kann z.B. eine befreundete oder verwandte Person, oder ein/e BestatterIn sein. Auch wenn sie ihre FreundInnen dabei haben können, tut ihnen das gut – sie teilen mit ihnen das Erlebnis. Wenn ein Mensch gestorben ist, können Kinder z.B. die Kleidung mit aussuchen, vielleicht beim Versorgen, Ankleiden und Betten dabei sein und helfen. Ebenso bei einer Aussegnung als kleines Ritual des Übergangs vom letzten Lebensort z.B. zum Bestattungsinstitut oder zur Trauerhalle. Räume können gemeinsam geschmückt werden, ebenso der Sarg – sie können ihn mit auskleiden, ihn anmalen.

Besonders im direkten Zusammensein mit dem verstorbenen Menschen, aber auch im Denken an ihn können sich vielfältige Ausdrucksmöglichkeiten entwickeln. Sie können Bilder malen, Briefe schreiben und Dinge aussuchen, die in oder auf den Sarg kommen oder ins Grab mitgegeben werden. Sie schauen sehr genau, wo der richtige Platz dafür ist. Das Begeben von Kirschen in die Hände des verstorbenen Vaters fanden seine kleinen Kinder ganz lustig und toll. Auch das gemeinsame Schließen des Sarges habe ich mit Kindern erlebt. Wenn sie selbstverständlich mit einbezogen werden und wir auch ihren Schmerz mit aushalten, geschieht manches zuvor Unvorstellbare „einfach“. Es gibt uns gute und stärkende Erinnerungen an diese Zeit mit.

Nach dem Tod der Großmutter war die Familie bei ihr, sie war im Sarg aufgebahrt. Das Baby, das immer gern bei ihr auf dem Arm war, wollte natürlich gleich zu ihr. Die Bestatterin ermunterte die Eltern, dem nachzugeben – also setzten sie das Baby zur Großmutter in den

Sarg. Es berührte sie im Gesicht, spürte sie in ihrem Tot-Sein und wollte dann wieder auf den Arm der Eltern.

Eine Aufbahrung im Sterbebett und/oder im Sarg ist auch bei Menschen mit Verletzungen möglich, z.B. behutsam eingehüllt in Tücher. Und besonders bei plötzlichem Tod sind dies letzte Gelegenheiten der Fürsorge für den verstorbenen Menschen, des Begreifens und des nachholenden Abschieds vom irdischen Zusammensein. Durch das Anfassen, vielleicht sogar Rütteln des verstorbenen Menschen, die kalte Haut, die Veränderungen am Körper und im Antlitz wird spürbar, dass dieser Mensch wirklich gestorben ist und nicht mehr „aufwacht“.

Kinder haben das Vermögen, nach ihren Bedürfnissen die Räume zu wechseln: innere wie äußere. Während der Aufbahrungszeit sind Kinder dabei und verlassen den Raum, kommen wieder herein... ganz wie sie es brauchen. Sie leben den Moment, planen nicht in die Zukunft. Während sie in einem Moment tieftraurig, voller Schmerz, still... sind, können sie eine Weile später fröhlich, den Alltagsdingen zugewandt sein, herumtollen und spielen, laute Musik hören. Für Erwachsene ist dieser Wechsel oft unbegreiflich, aber auch erfrischend. Auf gar keinen Fall ist das „pietätlos“ - ein Wort, das gern benutzt wird, um Impulse bei Erwachsenen und Kindern zu unterdrücken.

Bei mehreren Kindern habe ich erlebt, wie wichtig es für sie war, z.B. ihren Papa im Sarg nach der gemeinsam verbrachten Zeit wieder in den Kühlraum zu bringen - den Sargwagen schoben sie mit großer Konzentration und auch Interesse an der Technik. So wussten sie auch immer genau, wo er war.

Das Mitkommen und die Beteiligung an Trauerfeier und Beerdigung halte ich für selbstverständlich. Wir können sie auch mit Kindern gestalten, besonders gut mit neuen Elementen und mit einfachen Liedern, die gemeinsam gesungen werden können.

Vor einer Trauerfeier wurden alle Trauergäste gebeten, etwas mitzubringen, was sie an den verstorbenen Menschen erinnerte, und diese Dinge, mit oder ohne Worte, um den Sarg herum zu legen. Auch die Kinder waren so beteiligt, und sie zündeten zuvor gemeinsam mit Erwachsenen die Kerzen an. Ältere Kinder können, z.B. mit Bezug zu einem Gegenstand des verstorbenen Menschen, etwas aus dessen Leben erzählen.

Zur Urnenbeisetzung haben wir mit den Kindern gemeinsam einen Bollerwagen mit Blumen, Kränzen, Kerzen... von Zuhause bis zum Friedhof gerollt. Dort schmückten sie Grab und Urne und bedeckten sie mit Erde.

Der Weg zum Grab, das gemeinsame Fahren zum Krematorium, das Halten der Urne, das Schaufeln von Erde ins Grab... diese und viele andere Schritte habe ich mit Kindern gemeinsam erlebt. Sie tun das meistens sehr gern und mit großer Hingabe, wenn wir sie ihr Eigenes darin finden lassen. Und sie gewinnen dabei Erkenntnisse, die sie im weiteren Leben tragen und uns vielleicht erstaunen in ihrer Großartigkeit.

Ein neunjähriger Junge, der in der Sterbezeit und nach dem Tod seines Großvaters dabei sein durfte und sich sehr damit beschäftigt, auch immer wieder sehr traurig ist, hat herausgefunden:

*„Erst kommt die Erde, auf der wir leben. Drumherum ist das Universum.
Und da drumherum ist die Liebe.“*