

# Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V.

## Begleitung und Unterstützung für Kinder und Jugendliche

Wenn ein enges Familienmitglied stirbt, verändert sich von einem auf den anderen Tag das ganze Familiensystem. Betroffene Kinder und Jugendliche werden in dieser Situation häufig übersehen und ihre Trauer nicht angemessen wahrgenommen. Trauer ist individuell und Kinder drücken ihre Gefühle unterschiedlich und zumeist anders aus als Erwachsene. Sie sprechen nicht viel darüber, was sie bewegt und zeigen eher über ihr Verhalten, dass es ihnen nicht gut geht. Oft ist nicht genug Raum für die Kinder da, um ihre Gefühle, Gedanken und Erinnerungen auszudrücken, weil die Erwachsenen von ihrer eigenen Trauer vereinnahmt sind.

*„Als Papa gestorben ist, da war Mama plötzlich so still. Ich hab mir einen Superhelden gewünscht, der Mama wieder fröhlich macht und Papa zurückbringt. Das geht nicht. Aber in der Trauergruppe da kann ich über Papa reden und auch über die Gefühle, die sich wie große Kugeln im Bauch anfühlen. Das hilft mir doll und Mama und ich lachen auch wieder zusammen und abends kuscheln wir, reden über Papa und wie unser Tag so war.“ (Junge, 12 Jahre)*

Die meisten Kinder und Jugendlichen, die wir begleiten, haben ein Elternteil oder ein Geschwisterkind verloren. Ihre Sicherheit und ihr Vertrauen in die Welt sind grundlegend erschüttert. Die veränderte Lebenssituation und die ungewohnten und extremen Gefühle sind für sie beängstigend und sehr belastend. Der widerfahrene, zumeist plötzliche Verlust verunsichert Kinder nachhaltig. Es ist wichtig, dass sich die betroffenen Kinder und Jugendlichen auf ihrem weiteren Entwicklungsweg damit auseinandersetzen, dass ein ganz wichtiger Mensch nicht mehr da ist und nie wieder zurückkommen wird. Aus Unsicherheit und Angst im Umgang mit den von einem Todesfall Betroffenen ziehen sich nicht selten umstehende Menschen zurück und meiden den Kontakt. Diese Sprachlosigkeit und das Schweigen anderer löst ein Gefühl der Isolation bei den Kindern, Jugendlichen und ihren Familien aus.

*„Man sieht sich so allein mit dieser schweren Situation, denn nur in der eigenen Familie hat sich ja alles geändert seit Papa gestorben ist.“ (Mädchen, 16 Jahre)*

Die Gemeinschaft und der Austausch mit anderen betroffenen Familien im Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein kann vor dem Gefühl der Isolation schützen und helfen, den veränderten Alltag und das Familienleben zu bewältigen. Das Zusammengehörigkeitsgefühl und der gemeinsame Raum für Gefühle und Gespräche über die Verstorbenen stärkt die Familien nach-

haltig und hilft ihnen, ihre Zukunft aktiv zu gestalten und einen Weg aus der Trauer finden zu können.

### Wer der Trauer Raum gibt, schafft Platz für das Lachen.

Der Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein bietet seit 2004 Trauergruppen für Kinder und Jugendliche an und unterstützt Familien, die von einem Todesfall betroffen sind. Pädagogische Fachkräfte und qualifizierte Ehrenamtliche unterstützen und begleiten bis zu jeweils elf Kinder in einer unserer sechs Trauergruppen. Auf diese anspruchsvolle Aufgabe bereiten wir unsere Ehrenamtlichen intensiv vor. Die Grundqualifikation besteht aus Theorie, Praxis und Selbstreflexion in vier Modulen, die jeweils am Wochenende durchgeführt werden. Regelmäßige Schulungen, fachspezifische Weiterbildungen und eine externe Supervision stehen allen Ehrenamtlichen offen. Wenn Sie an einer ehrenamtlichen Mitarbeit im Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein interessiert sind, melden Sie sich gerne bei uns. In einem persönlichen Gespräch in unseren Vereinsräumen können Sie uns und unsere Arbeit kennenlernen.

Die Teilnahme an einer Trauergruppe bedeutet für die Kinder und Jugendlichen, mit anderen zusammen zu sein, die sich in einer ähnlichen Situation befinden und von dem Tod eines nahestehenden Menschen betroffen sind. Das begleitende Team nimmt die Kinder und Jugendlichen so an, wie sie in die Gruppen kommen. Unser Team unterstützt sie ganz nach ihren Bedürfnissen und hört ihnen zu. Gemeinsam basteln und malen wir mit den Kindern Erinnerungsstücke, lesen und spielen miteinander. Hier findet Hilfe von Mensch zu Mensch statt, mit der die Kinder und Familien auf ihrem eigenen Weg durch die Trauer begleitet werden.

In unserer langjährigen Erfahrung hat sich gezeigt, wie wichtig es ist, auch die Angehörigen der Kinder zu stärken und die Kinder und Jugendlichen in ihrem sozialen Umfeld wie beispielsweise der Schule zu unterstützen. Hier stehen wir hilfreich zur Seite und begleiten die Menschen, die im Alltag den Rahmen bilden, in denen die Kinder und Jugendlichen ihr neues Leben ohne den Verstorbenen finden müssen. Daher bieten wir neben den Kinder- und Jugendtrauergruppen auch Gruppen für Angehörige der Vier- bis 13-Jährigen an. Kein Kind kommt allein, das ist uns wichtig! Während der Kindertrauergruppenzeit nimmt die jeweilige Bezugsperson an der Erwachsenen-Gesprächsrunde teil und ist dennoch für das Kind jederzeit ansprechbar. Die Kin-

der fühlen sich dadurch sicherer und können ganz entspannt die Zeit in ihrer Kindertrauergruppe verbringen.

In der Jugendgruppe des Vereins treffen sich die 14- bis 18-Jährigen, begleitet von einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin und einer pädagogischen Fachkraft. Die Jugendlichen gehen in den Gesprächsrunden sehr fürsorglich miteinander um. Wichtige Themen sind der veränderte Alltag zu Hause, die aktuelle Schulsituation oder Ausbildung sowie Probleme im Freundeskreis. Erinnerungen über die verstorbene Person werden gemeinsam geteilt. Und es wird auch über Musik, Filme oder Bücher gesprochen. Zu merken, dass sie nicht alleine sind mit ihrer Trauer und einen Ort zu haben, wo sie offen über ihre Gefühle sprechen zu können, ist für die Jugendlichen sehr hilfreich. Hier können sie sich entlasten und gestärkt in ihren Alltag gehen.

Über unsere Gruppenangebote hinaus bieten wir Fachberatung für Teams aus Kindertagesstätten, Schulen, Sportvereinen und anderen Einrichtungen an. Neben der Einzelberatung zählen auch Besuche und die Unterstützung betroffener Schulklassen und Kita-Gruppen zu unserem Fachangebot.

*„In der Schule wussten die alle nicht, wie sie mit mir reden sollen. Ich fand, dass die komisch zu mir waren. Und dann haben meine Klassenlehrerin und meine Mama mit mir überlegt, was man machen kann. Als zwei Trauerbegleiterinnen vom Verein Trauernde*

*Kinder Schleswig-Holstein in meine Schule gekommen sind, haben wir mit der ganzen Klasse darüber geredet, welche Gefühle zu Trauer dazugehören können, über den Tod, was bei schweren Gefühlen hilft und alle konnten alle Fragen stellen, die sie hatten. Danach war es ganz anders. Ich hatte das Gefühl, ich gehöre wieder ganz normal dazu. Das komische Gefühl war weg.“*

*(Mädchen, 10 Jahre alt, Suizid ihres Vaters)*

Der Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein unterstützt Familien in einer für sie schwierigen Zeit und begleitet sie auf ihrem Weg, solange sie Hilfe brauchen. Wir sind als zentrale Anlaufstelle in Schleswig-Holstein eng mit Einrichtungen im ganzen Land vernetzt, die Unterstützungsangebote für trauernde Familien anbieten. So können wir Betroffenen auch eine Unterstützung vor Ort vermitteln, wenn sie nicht in der Nähe von Kiel leben.



## Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V.

ist eine Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche, die den Tod eines nahestehenden Menschen betrauern. Seit August 2004 gibt es den als gemeinnützig anerkannten Verein.

### Was bietet der Verein an?

- Ehrenamtlich begleitete Gruppentreffen für Kinder und Jugendliche im Alter von vier bis 18 Jahren
- Begleitete Erwachsenen-Trauergruppen für die Angehörigen der teilnehmenden Kinder (vier bis 13 Jahre)
- Persönliche Erst-Beratungsgespräche für betroffene Familien
- Einzelberatung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Beratung von pädagogischem Fachpersonal aus Schulen, Kindertagesstätten und anderen Einrichtungen

### Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.

Lerchenstraße 19a · 24103 Kiel

Tel.: 0431-260 2051 und 0431-580 905 6-0

Mail: [info@trauernde-kinder-sh.de](mailto:info@trauernde-kinder-sh.de)

[www.trauernde-kinder-sh.de](http://www.trauernde-kinder-sh.de)

