

Konstanze Graf-Schechert

## **Anregungen für einen Elternabend - Trauer und Tod bei Kindern und Jugendlichen**

Bei plötzlichem Tod eines Mitglieds der Schulgemeinschaft entsteht große Betroffenheit und Hilflosigkeit. Dies gilt auch für viele Eltern.

Schule will ein Lebensraum sein, so ist es selbstverständlich, dass sie die Eltern in dieser Krisenzeit informiert und in ihrer Elternrolle und Erziehungsaufgabe unterstützt.

Aber nicht nur aus aktuellem Anlass, sondern auch „präventiv“, d. h. in guten Zeiten über den Tod zu sprechen, ist für die Eltern sehr hilfreich.

Der Artikel<sup>1</sup> ist nach dem Bausteinprinzip aufgebaut. Je nach Ereignis und Anlass wählen Sie die für Ihre aktuelle Situation geeigneten Elemente.

### **Vorüberlegungen**

Für die zielgerichtete Planung eines Elternabends ist es notwendig, sich den Anlass (präventiver oder aktueller Grund?) und die Rahmenbedingungen vor Augen zu führen. Folgende Aspekte sollten deshalb beachtet und auf ihre Verwendbarkeit geprüft werden:

#### **Der Anlass**

##### **Präventiver Elternabend**

Ein Elternabend kann allgemein der Information über das Thema „Trauer und Tod bei Kindern und Jugendlichen“ dienen. In diesem Kontext betrachten die Eltern das Thema mit mehr Distanz. Informieren Sie sich im Vorfeld, ob es in den letzten Jahren Todes- und Krisenfälle an der Schule gab und wie sie von der Schule begleitet wurden. Sie können davon ausgehen, dass diese im Verlauf des Abends benannt werden. Auch besteht die Möglichkeit, dass durch die Beschäftigung mit diesem Thema bei den Teilnehmer/inne/n eigene Erfahrungen mit Tod und Trauer aktiviert werden können.

Ein möglicher Ablauf:

- Begrüßung, Ermutigung, sich dem Thema zu stellen und der Wunsch, den Eltern den Rücken zu stärken
- Was lässt sich darüber sagen, wie Kinder und Jugendliche trauern? Was geht in einem Kind oder Jugendlichen vor, der vom Tod einer nahe stehenden Person hört?
- Welche Bedürfnisse hat es/er?
- Wie können Eltern hierbei unterstützen?
- Christlicher Glaube als Hilfe, mit dem Tod umzugehen

##### **Elternabend aus aktuellem Anlass**

Der inhaltliche Schwerpunkt liegt in diesem Fall bei dem Informationsbedürfnis der Eltern. Die Schulleitung informiert über den aktuellen Todesfall und wie die Schüler/innen bisher betreut wurden. Des Weiteren wird der Blick in die nahe Zukunft gehen, nämlich was die Schule noch an Trauerbegleitung geplant hat. Das gibt den Eltern Sicherheit. Die Eltern haben erwartungsgemäß einen großen Informations- und

---

<sup>1</sup> Viele der dargestellten Bausteine entstanden aus einem gemeinsamen Pilotprojekt der Notfallseelsorge, vertreten durch Dr. Andreas Müller-Cyran und Mitarbeiterinnen der Krisenseelsorge im Schulbereich der Erzdiözese München und Freising. Mein besonderer Dank gilt Dr. Andreas Müller-Cyran, der wesentliche Bausteine ausformuliert hat, die diesem Artikel zugrunde liegen.

Klärungsbedarf. Ferner können starke Gefühle und Zustände auftreten, wie z. B. Angst, Wut, Überforderung, Betroffenheit, Hilflosigkeit, Unsicherheit. Alle Anwesenden müssen auf den gleichen gesicherten Informationsstand gebracht werden. Gesichert ist, was die Schulleitung mit der Polizei bzw. den betroffenen Eltern geklärt hat, was offiziell gesagt werden darf. Wichtig ist dabei, sachlich zu berichten, keine Anklagen und Vorverurteilungen vorzunehmen.

Zentrales Ziel des Elternabends ist es, die Eltern zu informieren und ihnen Handlungssicherheit zu geben und ihnen damit Unterstützungsmöglichkeiten für ihre eigenen Kinder aufzuzeigen.

Allgemein gilt: Jede/r Teilnehmer/in bringt seine/ihre lebensgeschichtlichen Vorerfahrungen mit Trauer und Tod mit. Rechnen Sie mit unverarbeiteter Trauer, Verdrängung des Themas - der Vortrag löst etwas aus.

### **Die Personen**

- Wer ist anwesend?
- Wer gestaltet inhaltlich?
- Wer hat die Leitung/führt durch den Abend? (Rolle der Schulleitung klären)

Tipp: Neben der Gestaltung durch die Schulleitung, die Klassenlehrer/innen, die Religionslehrer/innen, die Seelsorger/innen, die Schulsozialarbeiter/innen, den Elternbeirat etc. ist es sinnvoll, wenn eine psychosoziale Fachkraft Teile des Abends mitgestaltet.

### **Schriftliche Einladung**

Folgende Elemente sollte die Einladung enthalten:

- Wer lädt ein?
- Thema des Elternabends: Anlass und kurze Angabe der Inhalte
- Rückmeldeabschnitt

### **Abstimmung mit unmittelbar betroffener Familie**

Bei einem Elternabend aus akutem Anlass sollte nicht versäumt werden, die unmittelbar betroffene Familie zu informieren und sich mit ihr abzustimmen.

Dazu gehört:

- Das Ziel des Elternabends schildern
- Zusichern, dass alle Persönlichkeitsrechte gewahrt werden
- Fragen, ob sie am Elternabend teilnehmen möchten
- Absprachen treffen, was den anderen Eltern mitgeteilt werden darf

### **Setting**

- Auswahl eines geeigneten Vortragsraums (Raumgröße, Atmosphäre)
- Sitzordnung: Stuhlreihen oder Stuhlkreis oder Tische und Stühle je nach Anlass und Vertrautheit und Teilnehmerzahl. Stehtische, um den gemeinsamen Austausch der Eltern am Ende der Veranstaltung zu erleichtern
- Blumen, Kerzen, symbolische Gegenstände je nach Situation
- Bei Stuhlkreis eine Mitte gestalten
- Während des Elternabends eine Atmosphäre der Annahme und Offenheit schaffen
- Möglichkeit einräumen Fragen zu äußern
- Austausch der Eltern untereinander fördern

- Informations- und Beratungsmaterial für die Eltern anbieten
- Bewirtung
- Der Elternabend ist geprägt von Gelassenheit, Empathie, Hoffnung und auch Humor

## **Elemente für den Ablauf**

### **Beginn des Elternabends – Hinführung zum Thema**

#### Begrüßung, Vorstellung (Referent/in, Schulleitung, Lehrer/innen etc.), Dank

(Dank an die Eltern, sich dem Thema zu stellen; Dank an die Schule für ihr Engagement in der Thematik, ihre Kompetenz und die Organisation der Veranstaltung)

#### Tod als Tabuthema in unserer Gesellschaft

Viele Menschen sind unsicher im Umgang mit Tod und Trauer - der plötzliche Tod ist Realität (ca. 25 % aller Todesfälle treten plötzlich ein) - die Veranstaltung soll kein Erschrecken, keine Angst erzeugen, sondern sachliche Hinweise geben - Wenn Menschen nach längerer Krankheit versterben (ca. 75 %) besteht während der Krankheitszeit oft eine große Unsicherheit, wie mit dem kommenden Tod umgegangen werden soll...der Elternabend soll Hilflosigkeit und Unsicherheit abbauen, informieren und Orientierung vermitteln.

Kinder und Jugendliche brauchen Begleitung. Sie dürfen in Konfrontation mit dem Tod nicht alleine gelassen werden.

### **Informationsteil**

#### Kinder und Jugendliche und die Frage nach dem Sterben und dem Tod aus entwicklungspsychologischer Sicht

Todeskonzepte und –vorstellungen in den einzelnen Altersgruppen (vgl. Handbuch: Kinder und Jugendliche und die Frage nach dem Tod und Sterben aus entwicklungspsychologischer Sicht, Kap. 6.5)

Auf das Alter der Schülerzielgruppe näher eingehen

#### Empfehlungen zum Umgang mit dem „langsamen Tod“

Krankheit, die zum Tode führen wird bzw. geführt hat...

Der „langsame Tod“ kündigt sich an, ist oft zunächst nicht eindeutig, sondern wird dies erst in einer Entwicklung.

In der Familie:

- Kinder und Jugendliche so gut es geht einbeziehen - sie haben eine Wahrnehmung dafür, wie es Eltern und Verwandten geht: Sie nehmen Traurigkeit, Sorgen wahr. Eine einfache, klare Sprache sprechen.
- Regelmäßige Krankenbesuche sind für alle wichtig.
- Zeit nehmen und eigene Unsicherheiten und Trauer nicht verstecken.

In der Schule:

- Absprachen mit den betroffenen Eltern treffen, so weit es möglich ist.
  - Den/die kranke/n Mitschüler/in am Klassenleben teilhaben lassen (Briefe, Bilder, Fotos, Berichte). Er/sie gehört dazu!
  - Klare Sprache ist hilfreich für die Mitschüler. In Absprache mit den betroffenen Eltern kann das heißen: „Es kann sein, dass Maxi an dieser Krankheit sterben wird.“ Ohne Absprache dagegen: „Maxi ist schwer krank. Er kann die nächsten Monate nicht zur Schule kommen.“

## Der plötzliche Tod

Auswirkungen, die sofort auftreten: (vgl. Handbuch, Kap. 2 Notfall – Trauma - Krise)

- Gefühle sind nicht mehr vorhanden, häufig zunächst keine Trauer, kein Weinen
- Erfahrung von Hilflosigkeit, Orientierungslosigkeit, Unverständnis, evt. Ärger
- Kontrollverlust, keine Möglichkeit, mich auf Umgebung auszuwirken
- Es fehlen die Worte, Sprachlosigkeit
- Gefühl, alles sei ganz unwirklich, wie im Traum
- Gefühl, man stehe neben sich
- Zeitgefühl ist aufgehoben
- Stark reduziertes Erinnerungsvermögen
- Schwierigkeit, Entscheidungen zu treffen

Auswirkungen, die nach Stunden/wenigen Tagen bei Menschen auftreten, die unmittelbar betroffen sind:

- Sensorische, gegen den eigenen Willen sich aufzwingende Wiedererinnerung (Geruch, Geräusch, Anblick)
- Alpträume
- Grübeln
- Schuldgefühle
- Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren
- Sozialer Rückzug

Ziele der Betreuung:

- Der betroffenen Person helfen, wieder Kontrolle über ihre eigenen Gefühle zu erlangen und handlungsfähig zu werden
- Stabilisierung: Sicherheit vermitteln, beruhigen, im Hier und Jetzt verorten, Da-Sein, Anwalt der betroffenen Person sein
- Vermittlung von Orientierung und Normalisierung der Situation
- Aktivierung innerer (psychischer) und äußerer (sozialer) Ressourcen

## Trauer bei Kindern und Jugendlichen

Trauerwege sind individuell sehr verschieden:

- Sprunghaftes, punktuell Trauern
- Existenzielle Fragen, aber auch Sachfragen zu Tod
- Vielschichtige Ängste
- Wut und Aggression
- Schuldgefühle
- Aktives Verdrängen, gutes Funktionieren
- Übertriebene Ausgelassenheit
- Wunsch, dass alles „normal“ weitergeht
- Suche nach Ursachen und Gründen
- Idealisierungstendenzen

## Grundlagen einer angemessenen Betreuung:

- Begleiten: Nähe geben, nicht alleine sein müssen, Zeit geben
- Darüber reden können – mit wem man möchte: Eltern, Lehrer, Freunde
- Gefühlsäußerungen erleichtern

- Raum für Spiele und kindgerechte Rituale geben
- Raum geben für kreative eigene Riten
- Kinder trauern anders als Erwachsene
- Ausdruck von Betroffenheit und Trauer
- Aber auch: Normalität, Verlässlichkeit, Struktur
- Hoffnung über den Tod hinaus ermöglichen. Die Liebe ist stärker als der Tod
- Über die Angebote der Schule informieren sowie über die nächsten Schritte  
Vgl. Handbuch Kap. 5.3 Krisenmanagement und Wege der Begleitung: Unterstützen / 6.6/6.7 Tod und Trauer in der Schule: Begleitung bei Todesereignissen im schulischen Kontext und Methoden und Rituale.

### Abschiednehmen vom Leichnam/Besuch der Beerdigung

- Abschiednehmen vom Leichnam ist für Kinder und Jugendliche in Begleitung nicht traumatisierend, sondern gut für die Trauer.
- Besuch der Beerdigung bzw. aktive Beteiligung daran; dabei können – in Absprache mit den Angehörigen – Briefe, Symbole oder Erinnerungsstücke in den Sarg/ins Grab gelegt werden.
- Achtung: auf Freiwilligkeit achten, niemand darf zur Verabschiedung vom Leichnam bzw. zur Teilnahme an der Beerdigung gezwungen werden.
- Begleitung der Kinder und Jugendlichen muss sicher gestellt sein. Evtl. sollte anschließend die Möglichkeit zum Zusammenkommen gegeben werden.  
Kap. 6 im Handbuch „Wenn der Notfall eintritt“.

### Christlicher Glaube

- „Seinen (Christi) Tod verkünden, seine Auferstehung preisen“ ist zentrales Thema und Geheimnis unseres Glaubens.
- Christliche Hoffnung reicht über den Tod hinaus.
- Auch Zweifel, Sinnlosigkeit, untröstliche Trauer sind Erfahrungen, die Gott „hingehalten“ werden dürfen.
- Die Frage, wie wir uns das Jenseits vorstellen können, beantwortet die Bibel nur in Bildern – darüber hinaus ist keine Antwort möglich. Wir hoffen und glauben: die Toten sind bei Gott gut aufgehoben.

### Appell und Erinnerung an die eigenen Ressourcen

- Dinge tun, die einem gut tun und gefallen (Sport, Musik, Kreatives ...)
- Sich Ruhe gönnen
- Mit Menschen reden, Kontakte halten
- Lebensrhythmus weiterführen usw.  
(siehe Handbuch, Kap. 5.3 Krisenmanagement und Wege der Begleitung: Unterstützen)

### **Schluss/Ausklang, Angebote**

- **Fragemöglichkeit**  
Allgemeine Fragerunde am Schluss, im Anschluss: Möglichkeit des Zweiergesprächs mit dem/den/der Referent/en/in
- Möglichkeit des **Austausches der Eltern untereinander**, z. B. Stehtische mit Getränken und Knabbereien
- **Informationsblatt für die Eltern**  
Tipps für den Umgang mit den eigenen Kindern schaffen Sicherheit und geben Handlungsorientierung
- **Adressenliste (Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen u. ä.) und Literaturempfehlungen**
- **Trost- und Hoffnungskarten** zum Mitnehmen, Bibelstellen, literarische Texte, Bilder