

## Dr. Erika de la Fuente Mitscherlich: „Lacrima“ – Trauerarbeit mit Kindern

1.) Begrüßung - Vorstellung meiner Person

2.) Vorstellung „Lacrima“:

wir bieten einen geschützten Raum für Kinder, die einen Angehörigen verloren haben.

Zielgruppe: Kinder von 5-14 Jahren

Treffen alle 14 Tage, unentgeltlich

Träger ist der Johanniter-Orden

Team: ein hauptamtlicher, z.Z. fünf ehrenamtliche Mitarbeiter

3.) Probleme trauernder Kinder:

Schmerz und Erstarrung

erschüttertes Vertrauen in das Leben (den Kindern ist der Boden unter den Füßen weggezogen)

Konfrontation mit der Ungewissheit und der Endlichkeit des Lebens

Trennungssängste und Verlassenheitsgefühle

Schuldgefühle („Papa hat sich umgebracht, weil ich schlecht in der Schule bin“)

Natürliche Trauerreaktion oder „Posttraumatisches Belastungssyndrom“  
(Wann Einzeltherapie nötig?)

4.) Ziele:

Grundvertrauen in das Leben wiedergewinnen, Sicherheit vermitteln  
(Grundpfeiler des Lebens sind erschüttert: z.B. Panik, wenn Mutter sich 10 Min. verspätet) Kirchenlied: „Diesem Leben trauen, daran weiterbauen...“

Normalität des Alltags wiederherstellen

Was wollt ihr am Jahrestag machen? „In die Schule gehen, Hausaufgaben machen“, Alltag, das Beste, das einem passieren kann. Oder: Welchen Wunsch hast du für das neue Jahr? „Dass nichts passiert!“

Freude zulassen („An meinem Geburtstag habe ich zum 1.Mal wieder gelacht“)

Ressourcen mobilisieren („Was hilft, wenn man traurig ist?)

Resilienzfaktoren (=seelische Widerstandskräfte) fördern (z.B. personale Beziehungen, „innere Helfer“, der „sichere Ort“, Musik, Kunst, Religion...)

Geborgenheit vermitteln (Bonhoeffer-Zitat: „Von guten Mächten treu und still umgeben, behütet und getröstet wunderbar - so will ich diese Tage mit euch leben und mit euch gehen in ein neues Jahr“)

Stabilisierung des eigenen Ich (Selbstwertgefühl steigern, das Leben in den Kindern stärken)

5.) Unterschiede in der Trauerarbeit mit Kindern gegenüber der Arbeit mit Erwachsenen

“Kinder springen in die Trauer rein und wieder raus“

sehr zeitintensiv

kein Verlass auf Methoden und Techniken (sehr intuitiv und flexibel vorgehen, „mitschwingen“ , evtl. vorbereitetes Programm verwerfen)

spielerisch (Spiel ist Ausdrucksmittel der Emotion)

kreativ (malen, basteln, mit Ton arbeiten, fotografieren)

Arbeit anhand von Märchen, Traumreisen, Rollenspielen, Geschichten

Rudi - unsere Handpuppe als Identifikationsfigur (Mittler zwischen den Kindern und den Erwachsenen, wiederholt Aussagen der Kinder, ist antiautoritär , frech, bricht Tabus, überschreitet Grenzen)

6.) Durchführung:

Gruppenstunden (Thema und Gestaltung wird sorgfältig vorbereitet, jede Stunde anschließend reflektiert):

Verbindung Alltag und Thema Tod

im Rhythmus der Jahreszeiten und des christl. Kirchenjahres (Sicherheit, Struktur des Lebens!)

Arbeit in drei Räumen: Kreativraum, Toberaum und Meditationsraum

Wechsel von Ritual, Gespräch, kreatives Gestalten, Spiel

Eingangsritual (=Kerzenritual ,siehe unten)

Schlussritual („Einer für Alle, Alle für einen und ich für mich“ – Halt im Chaos, Gemeinschaft erleben, Sprache für die Gefühle finden)

7.) Einführung in das Kerzenritual

Wir wollen uns mit unserer eigenen Trauer beschäftigen um so auch besser mit der Trauer der Kinder umgehen zu können.

Wo habe ich persönlich Trauer / Verlust erlebt?

Wie habe ich Trauer / Verlust erlebt?

Was hat mir in dieser Situation gut getan?

8.) Rückfragen

9.) Fazit:

Trauer ist eine natürliche Reaktion. Dauer und Intensität sind bei jedem Kind unterschiedlich. Jeder Mensch hat die natürliche Fähigkeit durch die eigene Trauer zu gehen.

10.) Schlusswort:

Astrid Lindgren: "Lange saßen sie dort und hatten es schwer, doch sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost. Leicht war es trotzdem nicht".  
(„Löwenherz“)