

Arbeitskreis 4
„Gewaltprävention / Krisenintervention“

Schule im Ausnahmezustand – was tun?

Wenn Tod und Trauer in die Schule kommen

Handreichung für Schulen im Kreis Steinfurt

Regionales BildungsNetzwerk Kreis Steinfurt

in Zusammenarbeit mit:

den Evangelischen Kirchenkreisen Steinfurt,
Coesfeld, Borken und Tecklenburg,
der Notfallseelsorge im Kreis Steinfurt
und der schulpsychologischen Beratungsstelle für den Kreis Steinfurt

zusammengestellt von:

Kerstin Hemker, Schulreferat der Evangelischen
Kirchenkreise Steinfurt, Coesfeld, Borken und Tecklenburg



Mit freundlicher Genehmigung des Cornelsen Scriptor Verlages aus
Arthur Egelbrecht / Roland Storath: „Erzieher, Handlungskonzepte für
den Schulalltag in der Sekundarstufe“

Herausgeber:

Kreis Steinfurt | Der Landrat
Tecklenburger Str. 10
48565 Steinfurt
Tel. 02551 69-0
www.kreis-steinfurt.de

Rabea Köhler | Regionales Bildungsnetzwerk
Tel. 02551 69-1582
rabea.koehler@kreis-steinfurt.de

Inhaltsverzeichnis

Mögliche Tagesordnung für die erste Sitzung des Krisenteams in einem Notfall	3
Leitfaden für den „Umgang mit Tod und Trauer in der Schule“	5
Stichpunkte für die Überbringung einer Todesnachricht	10
Ein Mitschüler ist gestorben	11
Das Überbringen einer Todesnachricht in der Sekundarstufe I und II	11
Information am ersten Schultag (Sek I und II):	12
Methodische Hilfen	13
Leitgedanken für Gespräche mit der Klasse (Sonderstunde)	18
Begegnung mit der Trauerfamilie	18
Wie Kinder und Jugendliche trauern	19
Schaubild Trauerphasen	23
Erste-Hilfe-Trauerkoffer	24
Methodensammlung Tod und Trauer	25
Der Sprachlosigkeit in Umgang mit Tod und Trauer	25
Mögliche Rituale zur Trauerbewältigung in der Schule	33
Trauerprozess nach dem Tod einer Kollegin und eines Kollegen	34
Gebete und Texte	43
Tipps für betroffene Schüler	47
Über den hilfreichen Umgang mit Eltern, die ein Kind verloren haben	48
Irrtümer über den Selbstmord	50
Vertrag zum Überleben	54
Nach einem Suizid: Handlungsvorschläge für die Schulleitung	55
Nach einem Suizid: Briefe an die Schülerinnen und Schüler	56
Nach einem Suizid: Vorschläge für Briefe an die Eltern	59
Nach einem Suizid: Brief an das Kollegium	61
Verschiedene Briefe bei Suizid	62
Materialien aus dem „Alarmkoffer“	65
Sterben durch Suizid	69
Leitsätze für das Gespräch mit Suizidgefährdeten	70
Wenn jemand stirbt	71
Literatur, Arbeitshilfen und Kontaktadressen	74
zum Thema „Suizid“	74
Internetadressen:	75
Angebote des Medienzentrums Kreis Steinfurt	75

Mögliche Tagesordnung für die erste Sitzung des Krisenteams in einem Notfall¹

1. Begrüßung, Klärung erster Fragen:

- Zusammensetzung des Krisenteams
- Leitung des Krisenteams
- Vergewisserung im Blick auf individuelle Belastungen
- Aufgabenklärung
- zeitlicher Rahmen für die erste Sitzung
- Protokollant/in bestimmen

2. Information über die Fakten des eingetretenen Krisenereignisses

3. Betroffenenkreis feststellen

- Wer ist in welchem Maß von dem Krisenereignis betroffen?

4. Unterstützungsbedarf klären

- Braucht es fachliche Unterstützung von außen? Wen anfordern?
- Welche Lehrkräfte stehen für Einzelgespräche zur Verfügung?

5. Planung des folgenden Schultages

- In welcher Weise werden die Klassen über das Ereignis informiert? Welche Informationen können an die Schüler/innen weitergegeben werden?
- Findet eine Versammlung/Gedenkminute (bei Tod) für alle Schüler/innen statt? Wo findet sie statt (Ort)? Wer wirkt mit? Zielsetzung dieser Versammlung?
- Wird ein Gedenkort (bei Tod) angeboten? Wer organisiert ihn? Wer steht dort als Gesprächspartner/in zur Verfügung?
- Welche Räume stehen für Einzelgespräche zur Verfügung?
- Wie wird mit Probearbeiten/Schulaufgaben/Prüfungen umgegangen?
- Braucht es eine Bewirtung für unterstützende Personen von außen? Wenn ja: wer übernimmt sie? Welcher Raum steht dafür zur Verfügung?
- Welche Materialien braucht es für die Bearbeitung in den Schulklassen (Texte, Teelichter, Musik etc.)?
- Welche Hilfestellungen können wir Lehrkräften für die Arbeit geben?

6. Informationen an

- die Mitglieder des Kollegiums und das weitere Schulpersonal telefonische Vorinformation
- evtl. Lehrerkonferenz vor Unterrichtsbeginn
- evtl. Lehrerkonferenz nach dem Unterricht
- Eltern der Schüler/innen
- Elternbeirat telefonisch vorinformieren
- Elternbrief
- Elternabend

¹ Aus: Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern / Katholisches Schulkommissariat in Bayern (Hrsg.): „Wenn der Notfall eintritt“. Handbuch für den Umgang mit Tod und anderen Krisen in der Schule, München 2009, CD-ROM

- Presse
 - a. Schriftliche Pressemitteilung vorbereiten Pressekonferenz planen (Termin)
 - b. Pressekontaktperson festlegen (wenn nicht die Schulleitung dies selbst übernimmt)

7. Aufgabenverteilung für den nächsten Tag

- Wer übernimmt was? To-Do-Liste erstellen
- Wer übernimmt den Hintergrunddienst (Ansprechperson im Lehrerzimmer)?

8. Abschluss

- Dank an alle Beteiligten
- Vergewisserung, dass durch die gemeinsamen Entscheidungen jetzt sinnvolle Schritte geplant sind
- Vereinbarung des nächsten Treffens (Ort, Zeit)

Leitfaden für den „Umgang mit Tod und Trauer in der Schule“

Erarbeitet vom Referat Schulpastoral, Hauptabteilung Schulen Diözese Rottenburg-Stuttgart, in Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg, <http://schulpastoral.drs.de>

Jeder in der Schule kann irgendwann einmal mit der Situation von „Tod und Trauer in der Schule“ konfrontiert werden. Unterschiedliche Todesfälle und Situationen können auftreten wie der

- Tod einer Kollegin / eines Kollegen
 - Tod einer Schülerin / eines Schülers
 - Tod von Angehörigen
 - Tod Personals
- durch
- Unfalltod
 - Tod durch Krankheit
 - Suizid
 - Gewaltverbrechen

Bei Extremsituationen wie z.B. Amoklauf oder Naturkatastrophe bedarf es meist eines speziellen Vorgehens im Rahmen der Krisenintervention, auf das an dieser Stelle aber nicht näher eingegangen werden kann.

Nachfolgend ein möglicher Leitfaden für den Umgang mit einem Todesfall in der Schule:

1. **Unverzögliche Meldung eines Todesfalles der Schulleitung** bzw. Klassenleitung (auch am Wochenende)
2. **Genaues Prüfen der Nachricht** durch Schulleitung
3. **Entscheidung der Schulleitung in Abstimmung mit dem schulinternen Krisenteam** (bzw. bei Extremsituationen mit dem Kriseninterventionsteam der jeweiligen Bezirksregierung) und/oder der betroffenen KlassenlehrerInnen **über die weiteren Schritte**: Wer informiert wen, wer hält Kontakt zu wem, wer entscheidet wann was. Evtl. Einberufung einer kurzen Klassenkonferenz, um alle KollegInnen der betroffenen Klasse zu informieren und ein gemeinsames Vorgehen zu besprechen (kurzes Inhalts- und Vorgehensprotokoll).
4. **Information durch die Schulleitung der gesamten Lehrerschaft über das Geschehene**: Information der LehrerInnen, dass sie auf Wunsch mit einer Fachperson (z.B. Schulpsychologe, Notfallseelsorger, Psychologische Beratungsstelle) sprechen können. Bis zur ersten Pause sollten alle bzw. die betroffenen Klassen durch die jeweiligen LehrerInnen persönlich informiert sein (nicht über eine Durchsage!), auch um der Entstehung von Gerüchten und angstverstärkenden Phantasien entgegenzuwirken. Genaue Absprachen zu treffen, welche Lehrkraft welche Klasse in welcher Stunde informiert.
5. **Information der Klasse durch KlassenlehrerIn** (vertraute Bezugsperson der Klasse, evtl. zweite Lehrkraft, Schulleitung oder externer Helfer als Stütze für die/den KlassenlehrerIn): Weitergabe der gesicherten Informationen, Beschreibung der Umstände, ehrliche Antworten auf Fragen, Gefühle zulassen, Gedenkminute und Angebote, über das Ereignis und die Verarbeitung in geeigneter Weise zu sprechen (evtl. Stuhlkreis und Kerze in der Mitte). Änderungen im Tagesablauf überlegen. SchülerInnen nicht allein lassen oder vorzeitig nach Hause schicken (evtl. niemand zu Hause). Schulbesuch hat grundsätzlich stabilisierende Wirkung.
6. Sollte an der Schule eine **Arbeitsgruppe „Umgang mit Tod und Trauer in der Schule“** existieren, sollte diese **möglichst noch am selben Tag einberufen** werden.
7. **Kontakt mit den betroffenen Eltern**: Die Schulleitung und betroffene Lehrkräfte (nicht mehr als zwei Personen) suchen, wenn möglich, die betroffenen Eltern auf und bieten ihre Unterstützung an. Dabei steht das Signal der Anteilnahme im Vordergrund, daneben aber auch die Information, wie die

Schulgemeinschaft an dem Ereignis Anteil nimmt und was von der Schule her geplant ist. Dabei sind Wünsche der Eltern zu hören und zu respektieren. Hier spielt die Kultur und die Religiosität der Betroffenen eine große Rolle.

- 8. Öffentliche Bekanntmachung des Todes:** Vor Kontaktaufnahme mit den betroffenen Angehörigen werden keine Informationen nach außen gegeben. Anfragen der Presse beantwortet nur die Schulleitung unter Verweis auf die Richtlinien der Medienberichterstattung. Medienvertreter dürfen sich nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Schulleitung und in Begleitung einer Lehrkraft in der Schule aufhalten. Falls die Angehörigen nichts dagegen haben, sollte der Tod öffentlich gemacht werden (schriftliche Information an die Eltern der betroffenen Klasse, eventuell auch anderer Klassen, Einberufung eines Elternabends, Bekanntgabe bei Konferenzen, Traueranzeige, Infowand, Schülerzeitung usw.). Entwerfen einer Traueranzeige.
- 9. Einrichten eines geeigneten Gedenkortes** in der Schule, an dem die Trauer „festgemacht“ werden kann (z.B. Trauertisch/Gedenkwand mit Kondolenzbuch, Kerze, Bild, Blumen).
- 10. Hilfestellung für betroffene SchülerInnen/Klassen:** Gesprächsangebot – Möglichkeit schaffen, das Ereignis zu thematisieren, Gefühle auszudrücken, Erinnerungen auszutauschen, Schuldgefühle, Gelegenheiten mit dem Verstorbenen verpasst zu haben, abzubauen. Formen produktiver Verarbeitung: Briefe schreiben, Klassenbilder anschauen, Verstorbene/n bei gemeinsamer Aktivität malen, Gedenktisch oder –wand gestalten. Möglichkeit zum Besuch der Grabstelle, Unfallstelle, des Todesorts: Aufstellen eines Weg- bzw. Unfallkreuzes, Niederlegen von Blumen (nach Rücksprache mit Angehörigen). Umgang mit dem leeren Stuhl – zunächst kann am Platz eine Kerze (ein Bild, andere Erinnerungen...) stehen, später ist die Sitzordnung sinnvoll umzustellen. Aktivitäten betroffener Klassen soweit möglich stützen.
- 11. Teilnahme bei der Beerdigung:** Teilnahme an der Beerdigung ist nicht immer erwünscht (z.B. nur im Kreis der Angehörigen) und nicht immer möglich (z.B. weit entfernte Kirche oder Friedhof). Klärung mit Angehörigen, ob Teilnahme der Schulgemeinde erwünscht. Besprechung mit Klasse und Schulleitung: Trauerkarte, Blumengesteck/Kranz, möglicher Beitrag der Klasse und/oder der Schule, kurzes Beisammensitzen nach der Beerdigung.
- 12. Schultrauerfeier:** Eine Schultrauerfeier (entweder mit der ganzen Schule – Jahrgangstufe – Klasse – Kollegium) kann nur einen einladenden Charakter haben. Welcher Ort gewählt wird ist wichtig: Aula in der Schule, der Meditationsraum, eine Kirche in der Nähe. Auch ein kurzes Gebet an einem zentralen Ort der Schule, z.B. während der Pause, kann eine gute Form sein.
- 13.** Zum richtigen Zeitpunkt **Kontakt und Absprache mit den Eltern**, wie und wann sie **persönliche Gegenstände ihres verstorbenen Kindes** von der Schule bekommen können.

14. **Baldige** Wiederherstellung von Halt und Rhythmus durch geregelten Tagesablauf.
15. **SchülerInnen beobachten (z.B. auffallendes Verhalten):** Bei Bedarf Vermittlung professioneller Hilfe und spezifische Hilfestellung in Form von Einzel- oder Gruppengesprächen.
16. **Ort der Erinnerung innerhalb der Schule finden:** z.B. bei Abschluss- und Entlassungsfeiern MitschülerInnen bzw. KollegInnen, die verstorben sind, erwähnen.

**Mögliche Formen der Unterstützung, Sensibilisierung, Schulung
für Schulleitung, Kollegium und sich selbst
beim Umgang mit Tod und Trauer in der Schule**

Zugänge	Möglichkeiten der Auseinandersetzung
Literatur	<ul style="list-style-type: none"> • Persönliche Auseinandersetzung • Erwerb von theoretischem Wissen • Anregung für die Begleitung
Pädagogischer Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Austausch über Erfahrungen mit Abschied und Tod im eigenen Leben und an der eigenen Schule • Grundinformation zu Sterben, Tod und Trauer • Arbeit an konkreten Fallbeispielen • Kennenlernen konkreter Arbeitshilfen, Methoden und Rituale im Umgang mit Tod und Trauer • Information über und Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten professioneller Hilfe
Fachkonferenz	<ul style="list-style-type: none"> • Persönliche und fachliche Auseinandersetzungen im Kollegium • Umgang der Schule mit Tod und Trauer • Erarbeitung von Möglichkeiten der gegenseitigen Unterstützung
Schulinternes Krisenteam	<ul style="list-style-type: none"> • Koordination der schulinternen Maßnahmen in Krisenfällen • Einleitung von Sofortmaßnahmen im Krisenfall • Bereitstellung eines Ansprechpartners für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst • Verständigung anderer Betroffener • Zeitnahe Erstbetreuung von betroffenen Personen • Nachsorge und Betreuung von Betroffenen • Schulung des Lehrerkollegiums und sonstiger Bediensteter über notwendige Sofortmaßnahmen sowie den Umgang mit den Medien
Fortbildung, Weiterbildung	<ul style="list-style-type: none"> • Persönliche Auseinandersetzung mit eigenen Trauererfahrungen und den Umgang mit Trauer • Entwicklung von berufliche Kompetenzen in der Begleitung von trauernden SchülerInnen • Erwerb von Kompetenzen in Trauerbegleitung
Arbeitsgruppe	<ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung des schulinternen Krisenteams • Entwicklung von Hilfen für das Kollegium • Bereitstellung von Material • Entwicklung eines Leitfadens für die Trauerarbeit • Sammlung mit Kurztexen, Gedichten, Gedanken für eine Trauerkarte zusammenstellen • Eindeutige Aufgabenabgrenzung zum Krisenteam hin

Stichpunkte für die Überbringung einer Todesnachricht

Mit der Überbringung der Todesnachricht sollte möglichst der Klassenlehrer bzw. ein Lehrer, der einen engen Bezug zur Klasse hat, beauftragt werden. (Man kann sicher auch zu zweit gehen.) Es sollte nicht unbedingt der Lehrer sein, der zufällig in dieser Klasse die erste Stunde hat!

Vorbereitung für das Gespräch in der Klasse

- Nehmen sie sich kurz Zeit!
- Legen Sie sich die ersten Worte, Sätze zurecht!
- Überlegen Sie sich eine einfache Struktur für das Gespräch in der Klasse!
- Zwingen Sie sich zur Ruhe. Machen Sie ein paar tiefe Atemzüge

Das Gespräch in der Klasse

- Reden Sie in kurzen klaren Sätzen!
- Verwenden Sie möglichst bald das Wort „tot“!
- Seien Sie authentisch! Scheuen Sie sich nicht Ihre Gefühle zu zeigen!
- Werten Sie keine Reaktionen der Schüler/innen!
- Lassen Sie den Schülern Raum für ihre Gefühle.
Es gibt keine richtige und falsche Reaktion!
- Denken Sie nicht, Sie müssten alle Fragen beantworten!
- Geben Sie Informations- und Wissenslücken ehrlich zu!
- Scheuen Sie sich nicht, Hilfe für das Gespräch zu holen!
- Nehmen Sie sich von Anfang an einen Kollegen Ihres Vertrauens mit!
- Reden Sie anschließend mit Kollegen oder einer Fachkraft,
und erzählen Sie, wie es Ihnen ergangen ist!
- Gestehen Sie sich zu, Fehler zu machen!

In Krisensituationen bleiben wir alle nie fehlerfrei!

Ein Mitschüler ist gestorben²

Das Überbringen einer Todesnachricht in der Sekundarstufe I und II

Die Nachricht von einem plötzlichen Tod wirkt sich lähmend auf unser Handeln aus und legt als Erstes die Kreativität lahm. Deswegen scheint es wichtig zu sein, Strategien zur Krisenintervention bereits im Kollegium erarbeitet zu haben. Dabei ist zunächst die Frage danach zu stellen, ob es denn nichts Allgemeingültiges in der Vorgehensweise gibt, die Trauer in der Schule aufzunehmen und adäquat damit umgehen zu können? Die folgende Aufzählung beschreibt eine Aufeinanderfolge von Aufgaben in der schulischen Trauerbewältigung.

1. **Die Lücke benennen, die der Tod hinterlässt.** Dies ist die Aufgabe des engeren Kreises von Betroffenen und geschieht meist in Form von Briefen an den Verstorbenen, die Hinterbliebenen, in Form eines Kondolenzbuches oder indem der Schul- und Arbeitsplatz geschmückt wird.
2. **Den Schmerz darstellen und aushalten.** Eine Vitrine, Wand oder Tisch in der Schule / im Klassenzimmer mit Abschiedsgedichten und Fotos gemeinsamer Unternehmen gestalten oder ein Transparent oder einen anderen Hinweis am Unfallort aufstellen.
3. **Sich dabei gegenseitig unterstützen.** Neben den Gesprächen in der Klasse entwickeln die Schüler auch eigene Kommunikationsstrukturen. Der wirksamste Kommunikationskanal dafür ist das SMS, das eine große Beschleunigung und Emotionalisierung mit sich bringt. Vielfach kommt es zu spontanen, kaum noch von außen steuerbaren Aktionen.
4. **Abschied – letzter Liebesdienst am Toten.** Das könnte der Besuch am offenen Sarg sein. Hier ist der Ort für Tränen des Verlustes, aber auch für Worte der Abrechnung oder der späten Bitte um Verzeihung. Dies findet mit einer Teilnahme am Begräbnis seinen Abschluss.
5. **Die Erinnerung gestalten.** Etwas soll weiterleben. Manche entscheiden sich, einen kleinen Baum auf dem Schulgelände zu setzen.
6. **Das soziale Miteinander neu gestalten.** Besonders Jugendliche bestätigen nach einer solchen Trauerphase eine Veränderung im sozialen Miteinander. Häufig zu beobachten ist ein ehrlicherer Umgang miteinander und eine größere Ernsthaftigkeit. Ein anfänglicher Schrecken kann sich in ein Wir-Gefühl verwandeln: Wir sind aufeinander angewiesen.

² Referat Schulpastoral, Diözese Rottenburg-Stuttgart

Information am ersten Schultag (Sek I und II):

So früh als möglich sollte die Information über den Tod einer Mitschülerin/eines Mitschülers an die Klasse weitergegeben werden. Die Klassenlehrerin/der Klassenlehrer oder eine andere Lehrerin/ein anderer Lehrer des Vertrauens sollte die Nachricht persönlich überbringen.

Der Tod ist groß.

Wir sind die Seinen, lachenden Munds. Wenn wir uns mitten im Leben meinen, wagt er zu weinen, mitten in uns.

Rainer Maria Rilke

„Vielleicht wisst ihr es schon: ... NN ... fehlt ... und kommt nicht mehr.“ (Exakte und detaillierte Information darüber, was geschehen ist). „Deshalb möchten wir sein Bild aufstellen, damit wir ihn anschauen und uns an ihn erinnern können (Anm.: falls vorhanden). Ebenso dieses Kreuz als Zeichen für Leid und Tod – aber auch diese Kerze als Symbol für die Auferstehung. Nichts wird mehr so sein wie es war – und deshalb wird auch der heutige Tag anders sein als die normalen Schultage.“ (Sinnvoll ist es, einen Stuhlkreis zu bilden und Kerze, Kreuz und evtl. Bild in die Mitte zu stellen. Wenn es die Konstellation der Klasse unmöglich macht, ein Kreuz aufzustellen, sollte wenigstens eine Kerze oder Blume den Mittelpunkt des Kreises bilden.)

„Vielleicht ist es gut für uns, wenn wir heute in ganz besonderer Weise mit unserem toten Mitschüler / unserer toten Mitschülerin sprechen.“

- Es sollten trostreiche Worte zum Tragen kommen, ebenso wie Worte Trauer, Wut und Enttäuschung.
- Wie war er/sie als Mensch? Was mochte er/sie? Was machte er/sie?
- Ganz praktische Fragen ansprechen: Wie gehen wir jetzt damit um?
- Was passiert zum Beispiel mit dem Platz? Was ist mit den persönlichen Dingen?
- Sicher kommt es auf die religiöse Sozialisation der Klassengemeinschaft an, ob ein „Vater Unser“ gesprochen oder ein christliches Lied gesungen werden kann. Aber selbst wenn nur wenige Nicht-Christen in der Klasse sind, kann ich ein Gebet nur empfehlen.
- Die Klasse nicht trennen (auch „zu Hause bleiben“ nicht in Erwägung ziehen), denn Gruppenerfahrungen können besser sein, als den Tod von einer Mitschülerin/einem Mitschüler ganz allein zu erfahren. Ein soziales Netz trägt – vor allem das des gemeinsamen Umfeldes.
- Ehrlichkeit auch darin, dass wir etwas nicht wissen! (Klassen-)LehrerInnen sollten auf Fragen der SchülerInnen nur ehrlich und authentisch antworten.

Im Folgenden einige Methoden und Hilfen, wie die erste Zeit nach der Information über den Tod einer Mitschülerin/eines Mitschülers gestaltet werden kann. Es gibt keine allgemein gültigen Formen, wie diese Trauerzeit in der Klasse und der Schulgemeinschaft gestaltet werden kann. Das hängt zum einen von den SchülerInnen ab, vom Verstorbenen selbst (Verhältnis zu den anderen SchülerInnen) und zum anderen von der Persönlichkeit der Lehrkraft. Raum und Zeit sollten zur Verfügung gestellt werden. Regulärer Unterricht ist so gut wie unmöglich. Deshalb sollten sich evtl. ein Lehrerteam (Klassenlehrer, Religionslehrer, Beratungslehrer, Schulseelsorger und/oder ggf. Personen von außerhalb der Schule) den Vormittag über Zeit nehmen, um gemeinsam zuzulassen was alle entsetzlich lähmt.

Hilfreich ist es, sich in der ersten Zeit, mit sich selbst und dem Verstorbenen beschäftigen zu können. Weiterhin ist es wichtig, auch die Zukunft in den Blick zu nehmen. Zum Beispiel die Frage zu klären, ob an Trauerfeierlichkeiten gemeinsam teilgenommen werden soll, ob die Klasse gemeinsam eine Kondolenzkarte an die Eltern schreibt oder wie die Beteiligung an der Bestattung aussehen könnte (vielleicht auch ganz aktiv?)

Methodische Hilfen

❖ **„Namen gestalten“**

Jeder erhält einen Bogen schwarzes Tonpapier (DIN A 3). Ölkreide oder Wachsmalstifte liegen bereit. Jeder gestaltet den Namen des Verstorbenen auf dem Papierbogen, indem er ihn vor dem dunklen Hintergrund farbig herausarbeitet. Dabei können die Buchstaben so gestaltet werden, dass sie etwas von dem Betrauten erzählen (durch Symbole, bestimmte Farben, ...).

Danach erzählt jeder mit Hilfe seines Bildes über seine Trauer.

Alternativ:

Weißes DIN A 4 Blatt und ein Stift. Die Buchstaben des Namens des Verstorbenen werden untereinander geschrieben. Horizontal werden dann neben den Buchstaben Eigenschaften zu der Person ergänzt, die jeweils mit dem entsprechenden Buchstaben aus dem Namen anfangen. Möglich ist auch, dass die senkrechten Namensbuchstaben nicht den Anfangsbuchstaben der Eigenschaft bilden, sondern an beliebiger Stelle des waagerechten Wortes stehen.

❖ **Assoziationsübung“**

Stuhlkreis mit gestalteter Mitte. Um die gestaltete Mitte sind kleine Bildkarten gelegt. (Beispiele dazu finden sich im Anhang). Verschiedene Landschaften, Brücken, Bäume, Wege, Wasser, Flüsse, Meer, See ... Jeder wählt sich ein Bild aus, das ihn persönlich bezüglich der Situation anspricht. Nach der Suchphase, in der das Bild ausgewählt wurde, kommen alle miteinander ins Gespräch und tauschen sich über ihre Gedanken, Erfahrungen, Assoziationen zu dem Bild und zu ihrer Trauer aus.

Ausgelegt werden können auch Symbole oder kurze Texte von Dichtern und Lyrikern. Mögliche Symbole: Uhr (laufend oder stehen geblieben), (Abreiß-)Kalender, blühende Pflanze, Blumenzwiebel, Rose, getrocknete Blüten

oder Blätter, Aststumpf, Baumscheibe, Samenkörner, Kastanie (mit Stachelmantel), Nuss, Sand, Erde, Muscheln, Schneckenhaus, verschiedene Steine, Würfel, hölzerne Spielsteine, Schachfiguren, Puzzleteile, Schlüssel, Kordel (mit Knoten), (Halb-)Edelsteine, Perle, Ring, Kugel, Feder, Stück schwarzes Tuch, Taschentuch, alter Brief, Todesanzeigen, zerrissenes oder angerissenes Blatt Papier, Scherbe, Tabletten, brennende oder erloschene Kerze, Nagel, Kreuz, Engelbild (oder andere Motive), Bibel, Gesangbuch, Gebetbuch.

❖ **„Einen Brief an den Verstorbenen schreiben“**

Dazu können Fragen bzw. Anregungen hilfreich sein:

1. Was ich Dir noch sagen wollte:
2. Was ich noch gerne mit Dir erlebt hätte:
3. Was ich seit Deinem Tod erlebt habe:

Der Brief bleibt anonym, aber es sollte in jedem Fall Zeit und Raum sein, sich nach dem Schreiben über die gemachten Erfahrungen und Eindrücke auszutauschen.

❖ **Einladung zu einer Imaginationsübung: „Ich gehe meinen Weg“**

Bei dieser Übung wird das Bild des Tunnels aufgenommen – assoziativ zum finsternen Tal (Psalm 23). Dieses Motiv beschreibt die Wahrnehmung und Bewältigung von Trauer, Angst und anderen Dunkelheiten.

Hinführung:

- Bei dieser Übung ist es wichtig, dass wir gut und bequem sitzen.
- Im Hintergrund läuft leise Musik – wir versuchen zur Ruhe zu kommen – zu uns zu finden.
- Wir schließen die Augen und achten anfangs auf unsere Atmung und versuchen uns zu entspannen:
- Beine und Füße leicht und gelöst, unverkrampft
- Po, Bauch und Oberkörper ... Spannungen herausnehmen
- Hände und Arme ... nicht verkrampft, liegen leicht und geöffnet auf unseren Oberschenkeln
- Schultern ... lassen wir hängen, spüren wie die Verkrampfung im Nacken schwindet
- Selbst unser Gesicht entspannt sich ... Lippen, Wangen, Augenlider ...
- Beim Einatmen spüren wir, wie der Bauch sich hebt und beim Ausatmen, wie er sich wieder senkt – ganz ruhig und tief und gleichmäßig einatmen und ausatmen Ru-he Ru-he

Anleitung:

Stellen wir uns nun vor, wir alle sind auf einem langen Weg – jede und jeder einzelne für sich ganz allein. Versuche dir diesen Weg ganz genau vorzustellen:

Du bist auf einem langen Weg. Der Weg ist staubig und sandig. Die Sonne ist ganz warm – sie wärmt dir den Rücken. Über dir ein blauer Himmel. Ein angenehm warmer Wind streicht dir über das Gesicht und durch das Haar. Du wanderst und gehst auf einen Berg zu.

Der Berg kommt immer näher und der Weg führt dich geradewegs auf einen Tunnel zu. Wenn du weitergehen willst, führt der Weg durch diesen Tunnel.

Noch bist du im Strahl der Sonne – warm und wohltuend – über dir der weite, blaue Himmel, der dich frei atmen lässt. Vor dir die Dunkelheit und Kühle des Tunnels, du spürst sie schon.

Am Eingang hängt ein kleiner Beutel – nimm ihn bitte mit. Im Beutel befindet sich alles, was du für die Dunkelheit benötigst... – Nimm ihn mit.

Ich lade dich ein, den Tunnel zu betreten. Gehe weiter, immer weiter. Keine Angst, der Tunnel ist sicher. – (Wenn du nicht mitmöchtest, so lagere vor dem Tunnel und mache es dir gemütlich, beende deine Reise und bleibe ganz leise, damit die anderen weitergehen können.)

Nun gehe in den Tunnel. Schau ab und zu zurück, das Licht am Eingang wird kleiner. Deine Augen gewöhnen sich an die Dunkelheit. Noch kannst du etwas sehen und weitergehen. Dann wird es immer dunkler, bis es schließlich ganz dunkel ist – nichts ist zu erkennen – spüre die Dunkelheit – sie liefert aus, umfängt einen – auch die Gedanken verdunkeln sich.

Wie oft läuft alles anders, als du es dir gewünscht und vorgestellt hast. Enttäuschung – Trauer – Ernüchterung. Es wird dir zu viel, wächst dir über den Kopf, belastet dich. Immer wieder bestimmen Schatten und Dunkelheiten dein Leben.

So wie in diesem Moment die Dunkelheit des Tunnels dir den freien Blick verwehrt. Greife nun in den Beutel, den du dir mitgenommen hast. Hole die kleine Kerzenlaterne heraus. Ein Feuerzeug ist auch im Beutel, zünde die Kerze an. – Haben alle Licht? Siehst du, wie Licht und Helligkeit immer mehr Raum einnimmt? Wie hell ein Licht die Dunkelheit macht – Licht ist stärker als jede Dunkelheit. Das ist auch in den Dunkelheiten deines Lebens so.

„...Und muss ich auch wandern in finsterner Schlucht, ich fürchte kein Unheil; denn du bist bei mir...“

Gehe nun weiter. Immer weiter, bis du am Ende des Tunnels – zwar noch klein und in weiter Ferne – ein Licht siehst. Auch wenn deine Laterne erlischt, du kannst jetzt dem Licht am Ende des Tunnels folgen.

Das Licht wird größer und größer und führt dich zum Ende des Tunnels. Nun trittst du aus dem Tunnel. Schau nach vorne, dein Weg liegt vor dir.

Die Reise ist zu Ende. Strecke und bewege dich sanft. Lasse den Tunnel hinter dir – als einen Teil deines Weges. Du bist jetzt wieder in dieser Wirklichkeit.

Gestaltung:

Die Tunnel-Erfahrungen können auf schwarzem Karton mit Pastellkreiden gemalt und ausgedrückt werden. Stimmungen und Gefühle auf- und wahrzunehmen ist in der Situation der Trauer hilfreich.

Ein weißer Karton sollte Verwendung finden, wenn jemand den Ausblick aus dem Tunnel malen möchte.

❖ **Meditative Übung: „Licht und Schatten“**

Diese Übung ist eher gedacht für ältere Kinder oder Jugendliche. Sie soll helfen, sich seiner Gefühle bewusst zu werden, sie zu artikulieren und dabei aber auch positiv die Erinnerung an gute Zeiten als hilfreich zu erleben.

Entweder sitzen alle auf dem Boden oder ein Stuhlkreis wird gebildet. Die Mitte ist gestaltet mit Tuch, brennender Kerze (groß) und Teelichte, von denen nur wenige brennen.

Zur Einführung wird der folgende Text vorgelesen und anschließend bei ruhiger Musik Kerzen angezündet oder wieder ausgeblasen. Gedanken sollen laut und deutlich geäußert werden.

Übung:

Wir sitzen hier zusammen und sind traurig. Einer von uns fehlt. Wie schön wäre es, wenn NN jetzt auch bei uns wäre. Aber er wird nie wiederkommen und sich zu uns setzen. Und diese Unwiederbringlichkeit macht alles nur noch viel entsetzlicher.

Wie schön war alles. Alles lief so, wie wir es uns vorgestellt haben. Wie durchsonnt war unser Leben – voller wohltuender Wärme. Glückliche waren wir – und manchmal auch dankbar.

Doch dann traf es uns wie aus heiterem Himmel: Diese niederschmetternde Realität. Ernüchterung und Trauer: NN ist tot.

Dunkelheit greift um sich und erfasst uns alle. Es ist kein Licht zu sehen – nichts von Wärme zu spüren. Wenn uns nun etwas zu den Dunkelheiten unseres Lebens einfällt, alles was uns so traurig und wütend macht, werden wir eine kleine brennende Kerze nehmen und ihr Licht ausblasen.

Vielleicht kann ich auch sagen, warum ich das Licht ausgeblasen habe.

Aber es gibt auch lichte, helle Momente in unserem Leben. Selbst jetzt noch, nach dem Tod von NN. Für jede positive Erfahrung zünde ich ein Teelicht an.

Auch in der Vergangenheit gab es schöne Momente mit NN, in denen unser gemeinsames Leben wie durchsonnt war. Erinnern wir uns an diese Situationen und zünden immer ein Licht an, wenn uns etwas eingefallen ist.

Vielleicht kann ich auch hier sagen, was ich gerade gedacht habe. Zeit lassen – leise Musik!

Anschließend weiterlesen:

Nicht aufgeben – wir dürfen nicht aufgeben. Lasst uns die Hoffnung am Leben erhalten – trotz scheinbarer Hoffnungslosigkeit.

Lasst uns Licht bringen in die Finsternis – in unsere Finsternis. Licht ist stärker als jede Dunkelheit!

Niemals lasst uns ohne Hoffnung sein – niemals ohne Zukunft, die es für uns alle noch gibt – auch ohne NN.

Hinweis:

Nach dieser Übung nicht auseinandergehen, sondern gemeinsam etwas tun. Gut wäre es, in Bewegung zu kommen. Beispielsweise zusammen ins Freie zu gehen und einen kleinen Spaziergang mit vielen Gesprächen zu machen.

Denkbar wäre auch eine Weiterführung dieser meditativen Übung in Einzelarbeit mit anschließendem Auswertungsgespräch. Jeder erhält ein Blatt Papier auf dem eine Kerze mit Schatten abgebildet ist (evtl. auch selbst entwerfen und gestalten lassen). In schriftlicher Form wird festgehalten, wo und wie der Verstorbene für sie Licht bzw. Schatten in ihrem Leben gewesen sind.

- Elternbrief sollte verfasst werden. Mögliche Inhalte eines solchen Briefes könnten sein:
 - Bestürzung der Schule zum Ausdruck bringen
 - Information über die Gespräche mit den SchülerInnen
 - Eingehen auf Ängste der Schüler/innen
 - Trösten Sie als Eltern, nehmen Sie die Angst, beantworten Sie Fragen ... mehr nicht.
 - Falls Sie unsicher sind, wenden Sie sich an uns...

Zusammengestellt von Jürgen Karasch, Rosenberg

Leitgedanken für Gespräche mit der Klasse (Sonderstunde)³

- ❖ Es gilt zu klären, dass Menschen auf Ereignisse wie dieses auf ganz unterschiedliche Weise reagieren. Während die Einen intensive Gefühle zeigen, sind andere durch den Schock wie versteinert, Andere bleiben distanziert, zeigen kaum Betroffenheit, lassen das Ereignis in seiner Tragweite nicht an sich heran. Wichtig ist: es gibt kein „falsch“ oder „richtig“, wie man sich nach einem solchen Ereignis zu fühlen hat.
- ❖ Die Schülerinnen und Schüler sollen Gefühle, Ängste, aber auch Erinnerungen an den/die Verstorbene(n) aussprechen und austauschen können. Sie können beschreiben, wann und wo sie ihn/sie zum letzten Mal gesehen haben, was sie zusammen mit ihm/ihr getan haben, auch was sie an ihm/ihr mochten oder weniger mochten. Es kann hilfreich sein, zu überlegen, was man ihm/ihr noch sagen würde, hätte man die Gelegenheit dazu.
- ❖ Mit den Schülern soll auch überlegt werden, wie sie der betroffenen Familie ihr Beileid ausdrücken möchten.
- ❖ Der Schule fernzubleiben ist oft der Verarbeitung eher hinderlich und sollte nur auf Wunsch der Eltern geschehen. Den Schülern tut die Möglichkeit des Austauschs, auch der Gestaltung von Trauer, und die Normalität des Schulalltags und der Beziehungen gut.
- ❖ Nach Einzel- oder Gruppengespräch und/oder der Sonderstunde sollten Schülerinnen und Schüler möglichst nicht in ein leeres Haus gehen, sondern besser mit Freunden und Bekannten zusammen sein.

Begegnung mit der Trauerfamilie

Es ist angezeigt, dass die Schulleitung und betroffene Lehrkräfte (nicht mehr als zwei Personen) die Trauerfamilie besuchen und ihre Unterstützung anbieten.

So besteht die Möglichkeit, falls die Familie dies wünscht, Informationen an die Schule oder an die Klassenkameraden weiter zu geben. Die Familie kann helfen, auch auf Freunde und Geschwister zu achten, die andere Schulen besuchen.

Familien werden häufig nach einem solchen Todesfall – aus eigener Angst und Unsicherheit heraus – allein gelassen. Die langfristige Begleitung und Unterstützung ist sicher durch die Schule nicht zu gewährleisten, oft können aber Mitschüler oder Freunde und ihre Eltern solche Begleiter werden.

Der Familie muss mitgeteilt werden, was die Schule für die Nachsorge in der Klasse plant. Mit den Eltern sollte zum richtigen Zeitpunkt auch besprochen werden wie sie Gegenstände ihres verstorbenen Kindes von der Schule nach Hause holen kann. Vielleicht möchten sie es allein tun, vielleicht möchten sie es Dritte für sich tun lassen, vielleicht möchten sie es auch gemeinsam mit einem Lehrer tun.

Es wäre auch gut, den Eltern Hinweise zu geben, wo sie professionelle Hilfe für sich holen können.

³ Referat Schulpastoral, Diözese Rottenburg-Stuttgart 12/2005

Wie Kinder und Jugendliche trauern

Kinder als Trauernde

Wie Erwachsene erleben Kinder in ihrer Trauer unterschiedliche Gefühlszustände.

Schock – Kind erstarrt innerlich und leugnet den Tod. Es zieht sich zurück und versucht so zu leben, als sei nichts geschehen.

Kontrollierte Phase – weniger bei Kindern, da sie sich nicht gut selbst kontrollieren können. Ihr Verhalten ist eher natürlich, unbeherrscht und wechselhaft. Es richtet sein Verhalten an den Verhaltenserwartungen und Gewohnheiten seiner Umwelt aus.

Regression – Phase hoher Emotionalität / Gefühlschaos: Weinen, Klagen, Wutanfälle, Scham- und Schuldgefühle, Angst. Wenn sich Kinder in dieser Phase zurückziehen und abwesend wirken, zeigt dies, dass die Seele überbelastet und schonungsbedürftig ist (Abwehrmechanismus im Dienste des Ichs).

Adaption – es findet wieder Annäherung an das Leben statt, Kinder können die Trauer in ihr Ich integrieren. Sie erneuern / erweitern damit ihre innere Welt.

Diese Gefühlszustände sind kein fest nacheinander ablaufendes Schema, sondern nur Anhaltspunkte zum Verständnis. Sie können abwechseln, sie können eintreten, müssen es aber nicht.

Kinder zeigen und leben ihre Trauer eher „tropfenweise“, weniger kontinuierlich als Erwachsene. Momente der tiefen Trauer wechseln ab mit längeren Phasen der Unauffälligkeit. Dadurch brauchen viele Kinder länger, um das Todeserlebnis zu verarbeiten.

Besonderheiten der Trauer bei Jugendlichen

Jugendliche reagieren bei Tod eines Angehörigen in der Regel mit ganz großer Tapferkeit, was fast „cool“ wirkt. Aber nicht, weil sie das sind, sondern weil sie spüren, dass jetzt das System zusammenbricht in dem sie leben: die Familie. Und einer muss schauen, dass dieses System in Ordnung ist. Wenn Mutter und Vater wie gelähmt sind, kann das Kind vielleicht die einzig handlungsfähige Person sein und die Verwandten darüber informieren, was passiert ist. So kann es sein, dass ein Jugendlicher in der Schule – obwohl in Trauer – nichts von seiner Trauer zeigt, gar nichts. Sie können oftmals nichts zeigen – auch lange Zeit nichts – weil sie sich zuständig fühlen, dass das System, die Welt, die Ordnung und die Koordinaten, in denen alles abläuft, einigermaßen intakt bleibt.

Jugendliche haben eine ganz rasche Wechselmöglichkeit zwischen großen Gefühlen die sie zeigen und dann plötzlich – nichts mehr zu spüren. Junge Menschen können sehr weinen in ihrer Trauer und im nächsten Moment sich die Tränen abwischen und fragen: „In welchen Film gehen wir jetzt?“ Das ist bei Erwachsenen so nicht möglich. Diese Tatsache kann einen Begleiter durchaus verunsichern. Das hat nichts damit zu tun, dass sie nicht trauern – sie trauern nur ein bisschen anders. Trotz dieser Andersartigkeit möchten Jugendliche von Erwachsenen ernst genommen werden. Manchmal kann es aber auch die

eigene Unsicherheit sein, die einen Jugendlichen dazu veranlasst, bewusst oder unbewusst, Schutzmechanismen einzusetzen. Es wird vielleicht Härte demonstriert, wo Verletzlichkeit vorhanden ist. Diese manchmal unverständlichen Handlungsweisen erfordern ein besonderes Maß an Toleranz.

Jugendliche haben eine Fähigkeit, Trauer zu vertagen. Es gibt Jugendliche, die in diesem tapferen Zustand viel länger bleiben als die restliche Familie und dann erst viel später sich noch einmal einen Menschen suchen, mit dem sie ihre Trauer besprechen können.

Jugendliche haben Angst vor Trauerzwang und damit auch Angst vor verordneten Ritualen. Deshalb gehen die meisten Jugendlichen nicht gerne mit ihren Eltern auf den Friedhof. Sie gehen auch nicht gerne in die Kirche, wo man eben noch einmal gedenkt und noch einmal gedenkt. Das ist für sie ein Eingriff in ihre Gefühle. Deshalb wollen sie ihre Eltern oft nicht weinen sehen, und gehen nicht mit zum Grab. Das ist wichtig zu respektieren. Auch wenn viele Erwachsene es als Kränkung erfahren, wenn Jugendliche sagen, dass sie diesen Prozess nicht mit ihnen zusammen durchleben möchten. – Dann noch eher in der Schule. Das heißt, es findet in der Trauer auch ein Rückzug aus Familie statt.

Jugendliche nehmen Erwachsenen übel, wenn sie zur Tagesordnung übergehen. Wenn an dem Platz am Tisch, an dem der Verstorbene saß, zu schnell und ohne Rücksprache einfach jemand anderes diesen einnimmt. Das gilt auch für das Klassenzimmer. Wenn man für den Verstorbenen keinen Platz mehr lässt oder nicht mehr mit ihm und über ihn redet. Das ist für Jugendliche etwas ganz heiliges. Jugendliche können es manchmal dem überlebenden Elternteil übelnehmen, dass sie noch leben und der andere nicht. Und wenn diese dann sehr schnell eine andere Bindung eingehen, fühlen sich Jugendliche ganz schnell ganz einsam. Das kann einem dann auch in der Schule begeben.

Zu bedenken: Wenn in einer Familie ein Todesfall eintritt (Elternteil oder Kind stirbt), sind die überlebenden Kinder auch ganz einsam, weil ja dann die Mutter, wenn der Mann stirbt oder ein anderes Kind, durch die Trauer so absorbiert ist, dass sie für die Überlebenden fast nicht mehr ansprechbar ist. Das führt zu Verletzungen, zu Wut und zu Schuldgefühlen – bis hin zu dem Wunsch, selbst sterben zu wollen – auch um auszuloten, wie wichtig sie selbst noch sind.

Grundgedanken, die im Umgang mit der Trauer der Jugendlichen hilfreich sein können:

Als Lehrerinnen und Lehrer sind wir es gewohnt, in unsere Berufsrolle eingebunden zu sein. In Zeiten der Trauer und der existenziellen Betroffenheit der Schüler kann es für diese hilfreich sein, ihre Lehrer auch als Mensch wahrzunehmen. Selbst Gefühle zu zeigen, mit den Schülern darüber zu reden, etwas von sich selbst und der eigenen Trauer zu erzählen – das kann verbinden und schafft Vertrauen.

Im Umgang mit der Trauer der Jugendlichen sollte man unbedingt authentisch bleiben. Den Jugendlichen sollte genügend Zeit für ihre Trauer gelassen werden. In dieser Zeit ist es hilfreich, in Gruppen oder mit guten Freunden Gespräche zu führen oder ein Tagebuch zu führen. An allen mit dem Todesfall zusammenhängenden Feierlichkeiten, Ritualen und Treffen sollten die Jugendlichen teilnehmen können. Auch inadäquate Verhaltensweisen, was die Trauer und die damit verbundenen Emotionen betrifft, unbedingt akzeptieren. Es gibt ganz unterschiedliche Formen der Trauer und des Abschiednehmens. Nicht versuchen,

den Jugendlichen eigene, bekannte und für sich selbst stimmige Formen der Bewältigung von Trauer aufzudrängen. Es kann sein, dass die vorhandenen Verarbeitungsstrategien unserer Gesellschaft und Religion bei den Jugendlichen keine Anerkennung finden. Der Weg sollte deshalb nicht über Rezepte erfolgen, sondern mit den Jugendlichen besprochen werden, sodass sie ihre eigenen Ideen und Vorstellungen einbringen können.

Deshalb sollte man sich erkundigen, wie und auf welche Art und Weise sie Abschied nehmen möchten. Man neigt dazu, Jugendlichen die Erwachsenenrolle zuzuschreiben, weil sie dies mit ihrem Verhalten oft auch fordern und herausfordern. Gerade in belastenden Situationen sollte man beachten, dass diese Momente die Jugendlichen gleichermaßen überfordern wie die Erwachsenen auch. Verlusterlebnisse, in manchen Fällen verbunden mit Schuldgefühlen, können im Prozess der Identitätsfindung unter Umständen ganz schnell pathologische Ausmaße annehmen. Professionelle Hilfe ist hier unbedingt angezeigt. Nicht zögern, professionellen Rat zu suchen, wenn es nötig oder hilfreich sein könnte. Unterstützung darin geben, baldmöglichst in den Alltag zurückkehren und mit Freundinnen und Freunden den Kontakt wieder aufnehmen zu können.

Todesvorstellungen in den einzelnen Altersgruppen

Jeder Mensch entwickelt individuelle, von seinem Umfeld und seinen Erfahrungen abhängige Vorstellungen von Sterben und Tod. Die Altersangaben sind daher nur als Orientierung zu verstehen.

- **Kleinkinder (bis zwei Jahre)**

Kinder in diesem Alter haben noch keine Vorstellung vom Tod, der Begriff Tod wird noch nicht verstanden. Ihre Angst verlassen zu werden, ist groß. Charakteristisch für dieses Lebensalter sind eine enge Bindung an Bezugspersonen und die fehlende Zeitvorstellung. Sie empfinden Verluste. Vorübergehende Trennungen werden oft als tatsächliche Trennung erlebt und können starke Verlassenheitsgefühle auslösen (aus heftigem Protest wird stille Verzweiflung, Traurigkeit, dann Gleichgültigkeit, wenn Kind Hoffnung auf Rückkehr aufgegeben hat).

- **Vorschulkinder (bis sechs Jahre)**

Tod wird gleichgesetzt mit vorübergehender Abwesenheit. Kinder erwarten eine Rückkehr des Toten.

„Tot-sein“ = „Fort-sein“, Todeswünsche= Fortwünsche

Tod ist noch nichts Endgültiges. Kinder in diesem Alter beziehen alles auf sich und können Schuldgefühle entwickeln, weil sie sich am Tod eines Menschen schuldig fühlen, den sie sich einmal fortwünschten.

Vorschulkinder meinen, nur andere Menschen würden sterben, dass sie selbst immer da sein werden.

- **Grundschul Kinder (bis neun Jahre)**

Diese Kinder beginnen die Bedeutung des Todes zu verstehen und haben ein sachliches, nüchternes Interesse an den Äußerlichkeiten des Todes. Sie stellen viele Fragen wollen alles möglichst konkret wissen. Trotzdem verstehen sie nicht alles und entwickeln deshalb Verlust- und Trennungsängste.

Realität und Fantasie wechseln sich ab.

Kinder erkennen, dass der Tod alle Menschen treffen kann, auch ihnen sehr nahestehende und auch sie selbst.

- **Schulkinder (bis 12 Jahre)**

Sachliche Fragen über Tod und seine Folgen, dominieren dieses Alter (v.a. biologische Aspekte des Sterbens).

Sachliche Nüchternheit einerseits, gruselige und unheimliche Aspekte des Todes andererseits (Tod als etwas ganz anderes als das Leben).

Kinder wissen nun um eigenen Tod und akzeptieren diesen als Notwendigkeit des Lebens.

Tod von nahen Menschen wird als großer Verlust erlebt, starker Trennungsschmerz. Kinder reagieren u.a. auch mit körperlichen Symptomen wie Kopf- oder Bauchweh, Schwindel, Erbrechen.

- **Jugendliche**

Jugendliche haben verstandesmäßig die selben Vorstellungen vom Tod wie Erwachsene – sie liegen im Spektrum zwischen „schreckliches Ereignis“, „Ende des Lebens“, „Seelenwanderung“ u.a. Zunehmende Angst vor Krankheit und eigenem Tod. Sie fürchten v.a. die Belastung des Sterbens, Schmerzen und die Frage, was mit ihnen nach dem Tod geschieht. Schwierigkeit, Gefühle, die den Tod betreffen, auszudrücken. Religiöse und philosophische Überlegungen gewinnen an Bedeutung.

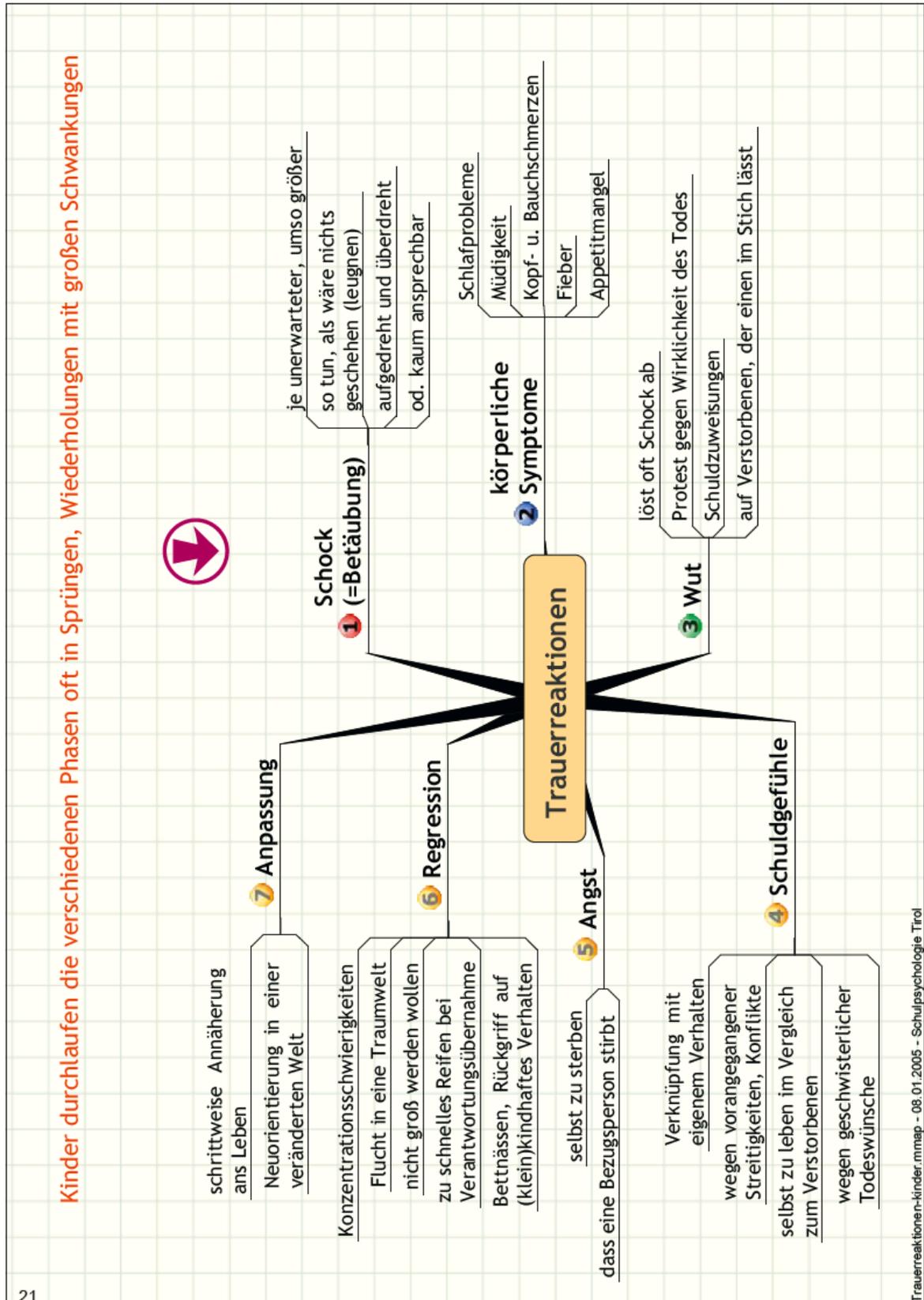
Kinder können den Tod mit allen seinen Konsequenzen erst mit zunehmendem Alter erfassen. Im Gespräch ist es deshalb wichtig, sich auf das einzustellen, was sie begreifen können.

Kinder zeigen uns, was sie begreifen und wieviel sie wissen wollen. Ihre Fragen und Äußerungen zeigen uns den Weg. Es geht darum, ihnen offen und authentisch zu antworten und nicht mehr zu erklären als sie wissen wollen. Es geht aber auch darum keine falschen Vorstellungen zu vermitteln (bspw. ein Toter „schläft“).

Zusammengestellt von
Gerda Steible-Schadewaldt, Stuttgart
Jürgen Karasch, Rosenberg

Schaubild Trauerphasen

Kinder durchlaufen die verschiedenen Phasen oft in Sprüngen, Wiederholungen mit großen Schwankungen



Erste-Hilfe-Trauerkoffer⁴

für den Umgang mit
unerwarteten Todesfällen in der Schule



Inhaltsverzeichnis:

- Schwarzes Tuch
- Bunte Tücher (3 Jongliertücher oder Regenbogentuch)
- Standkreuz
- Kerze, feuerfester Untersetzer, Feuerzeug
- Kondolenzbuch DIN A 4 mit schwarzem Einband
- Bilderkartei (als Einstiegsmöglichkeit in die Trauerarbeit und Auslage auf Trauertisch)
- Gebetskärtchen (Giveaway)
- Schwarzer Bilderrahmen
- CDs mit Trauerliedern und meditativer Musik
- Arbeitshilfen/Texte/Methoden zu Umgang mit Tod und Trauer

⁴ Quelle: [Schulpastoral in der Diözese Rottenburg-Stuttgart](#)

Methodensammlung Tod und Trauer

Methodensammlung
Der Sprachlosigkeit in Umgang mit Tod und Trauer
an Schulen begegnen

zusammengestellt von

Sonja Bradl

Dipl. Soz. Päd. (FH) Notfallseelsorgerin Jugendreferentin Dekanat
Balingen

Wenn eine Person stirbt, haben die Zurückgelassenen häufig das Gefühl, dass sie der verstorbenen Person noch nicht alles gesagt haben. Zum Beispiel: Wie gerne wir sie hatten. Was uns schrecklich an ihr aufgeregt hat. Dass wir uns schuldig fühlen. Wie sehr wir sie vermissen.

Eine ganze Klasse trauert um eine Mitschülerin, einen Mitschüler, eine Lehrerin einen Lehrer. Dabei kann das gemeinsame Lesen eines Buches zum Thema helfen. Einmal die Woche kann aus einem Buch vorgelesen und anschließend darüber gesprochen werden. Auf diese Weise entdecken die SchülerInnen, dass sie mit ihren Gefühlen nicht alleine sind, dass es noch andere Personen gibt, die ähnlich fühlen. Sie lernen, ihren Gefühlen Ausdruck zu verleihen und den anderen mitzuteilen. Auf diese Weise begleitet die Klasse die Buchfigur Schritt für Schritt durch die Trauer und vollzieht so selbst wichtige Trauerarbeit.

In dieses Buch kann alles eingetragen, geschrieben, gemalt, geklebt, gedichtet, gebastelt werden, was Du der verstorbenen Person noch sagen möchtest.

Vielleicht können wir es ihrer Familie schenken oder bei der Beerdigung mit ins Grab legen.

Schau Dir die ausgelegten Todesanzeigen in aller Ruhe an. Gibt es eine, die Dich besonders anspricht? Warum? Du hast nun die Möglichkeit eine eigene Todesanzeige von Dir, einem lieben Menschen oder Deinem Haustier zu erstellen.

Wie soll die Todesanzeige aussehen? Gibt es einen Spruch, ein Gedicht, ein Lebensmotto, die in der Todesanzeige stehen sollen? Wer soll um dich, den lieben Menschen oder das Haustier trauern? Wo und wie möchtest du begraben sein?

Stirbt eine wichtige Person in Deinem Umfeld, dann können die Reaktionen von Dir und deinen Mitmenschen ganz unterschiedlich sein. Manche sind traurig, geschockt oder haben Angst. Andere werden krank, haben Schuldgefühle, sind zornig oder ziehen sich in sich selbst zurück. Weil die Reaktionen so vielfältig sind, ist auch der persönliche Umgang mit Trauer so unterschiedlich. Nimm Dir fünf Minuten Zeit und überlege, was Du in den nächsten Tagen unternehmen möchtest. Du kannst ein Kärtchen beschriften und in den Geldbeutel stecken. Das Kärtchen erinnert daran, was Du Dir Gutes tun wolltest.

Ideen, wie Du mit Deiner Trauer umgehen kannst:

Fotos der verstorbenen Person betrachten und anderen von gemeinsamen Erlebnissen berichten

An der Beerdigung teilnehmen

Laut Musik hören

Viel Bewegung an der frischen Luft

Malen; Gedichte schreiben oder lesen

Erinnerungsorte / das Grab aufsuchen

Weinen, Schreien, Lachen, sich Freuen

Gut Essen und Trinken

Mit Freunden Spazieren gehen

Der Tod kann vielfältig in den Schulalltag einbrechen: Eine Mitschülerin hat einen tödlichen Verkehrsunfall. Eine Lehrperson stirbt an einer Krankheit. Ein Schüler begeht Suizid. Dann erscheint das Leben manchmal grau und unerträglich. Gerade in solch einer Situation ist wichtig, sich an diejenigen Gründe zu erinnern, die das Leben lebenswert machen.

Hier kannst Du eine persönliche Liste der zehn Gründe überlegen, die Dein Leben lebenswert machen und Dich mit einer anderen Person darüber austauschen:

Zehn Gründe, die mein Leben lebenswert machen

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Unfälle, tödliche Krankheiten, das Sterben geliebter Menschen, die Folgen von Naturkatastrophen oder Suizid können Dich sprachlos machen.

Es kann sein, dass Du manchmal an die Grenzen des Erträglichen gelangst. Ich biete Dir ein Mandala zur Beruhigung. Mach es Dir gemütlich und male das Mandala aus. Du kommst bestimmt auf andere Gedanken.

Mögliche Rituale zur Trauerbewältigung in der Schule⁵

- ❖ Bilder vom verstorbenen Kind zusammentragen und eine Erinnerungswand gestalten. (Bilderrahmen, Säule, Album alles gut zugänglich, jederzeit greifbar stellen)
- ❖ Erinnerungsrunde im Stuhlkreis anbieten, jeder darf erzählen was ihn bewegt.
- ❖ Nach Absprache mit den Eltern des verstorbenen Kindes, gemeinsamer Abschied durch Teilnahme an der Beerdigung. Evtl. Grabbeigaben mitnehmen. (gemalte Bilder, Stofftier, Lieblingsspielzeug etc.)
- ❖ Mit den Kindern Seifenblasen machen, auffangen, um ihnen zu verdeutlichen, auch wenn jemand weg/ gestorben ist, gibt es noch etwas was bleibt. (symbolische Übertragung durch Seifenblasenreste.)
- ❖ Kerzen, Blumen, Fotos an den leeren Platz stellen.
- ❖ Einen Platz im Eingangsbereich der Schule mit einer Steele, Kerzen, Bildern des Verstorbenen, Blumen gestalten: Möglichkeit zur Ablage weiterer (selbstgemachter) Erinnerungsstücke
- ❖ Auf dem Schulhof mit Tafelkreide einen Erinnerungsplatz durch die Klasse gestalten mit Sprüchen und den Namen der Verfasser aus der Klasse
- ❖ in der Schule werden kleine von der Klasse gestaltete Erinnerungsplakate aufgehängt (mit Bild des Verstorbenen)
- ❖ Mit älteren Kindern einen Kranz für die Beerdigung gestalten.
- ❖ Kondolenzkarten gestalten mit den Kindern, in die sie ihre Gefühle schreiben dürfen.
- ❖ Wenn die Teilnahme an der Beerdigung nicht möglich ist, eine eigene kleine Abschiedsfeier mit der Klasse planen und durchführen.
- ❖ Eine Erinnerungsandacht mit dem Schulpfarrer halten.
- ❖ Kondolenzbuch erstellen für Eltern, Lehrer und Kinder mit Foto des Verstorbenen, in dem jeder seine Gefühle, Gedanken reinschreiben kann und das später der Familie überreicht werden kann. Eventuell durch einen Aushang Eltern in persönlichen Worten auf diese Möglichkeit hinweisen.
- ❖ Literaturliste zum Thema anbieten, auch die für die Kinder ist der Zugang zum Thema Tod und Sterben über eine Geschichte ein leichter Einstieg.
- ❖ Grundsätzlich über eine eigene Abschiedskultur der Einrichtung nachdenken.
- ❖ Wie wird "abschiedliches Leben" in der Schule / Kindergarten sonst noch gelebt?

⁵ Gestaltete Erinnerung - Trauern in der Schule

Trauerprozess nach dem Tod einer Kollegin und eines Kollegen⁶

Vorbemerkungen

Anfang der Sommerferien 2007 nahm sich eine junge Kollegin das Leben. Das Kollegium erfuhr via E-Mail und Post 3-4 Tage später von ihrem Tod und der am nächsten bzw. gleichen Tag stattfindenden Trauerfeier. Durch die zeitliche Knappheit und die Ferienzeit, war es nicht allen Kolleg/innen möglich, an der Feier teilzunehmen. Die anwesenden KollegInnen waren zutiefst betroffen und alle stellten sich Fragen darüber, wo er/sie oder auch wir, als gesamtes Kollegium, versagt hatten. Bis auf eine kurze Ansprache des Rektors am Ende konnten wir unsere Bestürztheit und Trauer in diesem Rahmen nicht zum Ausdruck bringen. Die verstorbene Kollegin wünschte verbrannt zu werden. Zur Urnenbestattung war die Teilnahme des Kollegiums ausdrücklich nicht erwünscht.

Um uns gegenseitig zu stützen und zu entlasten, rückten wir näher zusammen und es kam zu vielen langen Telefonaten, bei denen ich als Schulseelsorgerin angesprochen wurde. Es bestand ein großer Bedarf an Seelsorge im Kollegium.

Viele hatten keine Möglichkeit gehabt, sich von der Verstorbenen zu verabschieden bzw. sich nach der Trauerfeier sehr belastet gefühlt. So nahm ich zu allen Religionskolleg/innen, sowie zur Schulleitung Kontakt auf, um eine Fachkonferenz noch in den Ferien einzuberufen. An dieser Konferenz nahmen ein Großteil der ReligionskollegInnen, die Schulleitung, eine der verstorbenen nahestehende Kollegin, die ausdrücklich eingeladen wurde, und eine frühere Kollegin, die sich zum Thema Trauerbegleitung bei Kindern weitergebildet hatte, teil.

Themen der Fachkonferenz waren:

- Eine Gedenkfeier für das Kollegium zu gestalten, an der alle teilnehmen können, und
- in welcher Form und mit welchen Inhalten berichten wir den Schüler/innen, insbesondere der verwaisten Klasse, vom Tod der beliebten Lehrerin.

Die Konferenz gestaltete sich als sehr emotionaler, tränenreicher Nachmittag an dem wir uns intensiv über Trauer und Trauerbewältigung austauschten. Für die Gedenkfeier war uns wichtig, den bestehenden unterschiedlichen Bedürfnissen zur Trauerbewältigung, die sich auch schon im Vorbereitungsteam zeigten, Rechnung zu tragen. Von der zeitlichen Festlegung vor der Stundenplankonferenz erhofften wir uns, dass die verstorbene Kollegin nicht einfach ausgeblendet werden sollte, aber dennoch ein konzentriertes Arbeiten im Hinblick auf das kommende Schuljahr möglich sei. Als Ort wählten wir die evangelische Kirche, auf deren Gemeindegebiet die Schule liegt. Der Ortswechsel ermöglichte es den Teilnehmenden, nach der Feier einen kleinen Spaziergang zur Schule zu machen, um umschalten zu können.

Für die Schüler und Schülerinnen vereinbarten wir, dass alle Religionskollegen und Religionskolleginnen am ersten Schultag in der 3. und 4. Stunde in ihren Religionsklassen die Nachricht überbringen sollten. Dabei wurde beschlossen, dass die Art des Todes nicht bekannt gegeben wird. Die Eltern sollten durch einen Brief informiert werden. Dieser Brief sollte über die Art des Todes keine Auskunft geben. Gedenkfeier und Bekanntgabe in den Klassen wurde dann zu den gegebenen Zeitpunkten durchgeführt. So wussten alle Klassen am ersten Schultag Bescheid. Wir hofften so irgendwelchen Gerüchten und Getuschel von vorne herein entgegen zu wirken.

⁶ Referat Schulpastoral, Diözese Rottenburg-Stuttgart

Der Brief an die Eltern wurde von der Schulleitung verfasst. Darin waren die Telefonnummern der Schulleitung und der Schulseelsorgerin als Angebot für weitere Fragen oder seelsorgerliche Betreuung angegeben.

Bereits in der schon am Freitag vorher stattgefundenen Stundenplankonferenz erfuhren wir zeitgleich von der plötzlichen, dramatischen Verschlechterung der Krebserkrankung eines Kollegen. Er verstarb am Samstag der ersten Schulwoche. Das hatte zur Folge, dass die Bekanntgabe in den Klassen und der Elternbrief in der zweiten Schulwoche wiederholt wurden.

Am Tag der Beerdigung war unterrichtsfrei, so dass allen Kolleg/innen, sowie den Schüler/innen ermöglicht wurde in gebührender Weise Abschied zu nehmen. Für die beiden verstorbenen Klassenlehrer richtete die jeweilige Klasse je einen Gedenktisch in Nähe des Klassenzimmers. Die Tische waren bis zu den Herbstferien dekoriert. Den Abschluss dieser ersten Trauerphase bildete eine Trauerfeier für die Schüler/innen.

Es folgen die Verlaufsplanungen der

- A) Gedenkfeier nach dem Suizid der Kollegin,
- B) Bekanntgabe des Todes der Kollegin nach Suizid
- C) Bekanntgabe des Todes des Kollegen nach Krebsstod
- D) Trauerfeier für die Schüler und Schülerinnen

A) Die Gedenkfeier nach dem Suizid der Kollegin

Zur Ankunft der Trauergemeinde herrscht in der Kirche Stille. Am Eingang liegen Gedenkkarten mit einem Bild der Verstorbenen und einem Irischen Segenswunsch bereit. Die Kirche ist mit Sonnenblumen dekoriert, da sie die Lieblingsblumen der verstorbenen Kollegin waren. Vor dem Altar ist ein Bodenbild mit einer Steinspirale, in deren Mittelpunkt eine große Schale steht, gelegt. Um den unterschiedlichen Bedürfnissen der Trauernden Rechnung zu tragen, ist der Kern der Feier in Stationen gestaltet. Stille, Kreativität und Austausch von Gedanken sind möglich. Als Stationen sind ein Tisch mit Texten und Fotografien, ein Tisch mit Papier und Stiften und eine Ecke mit einer Kerze und einer Photographie der Verstorbenen vorbereitet. Die Stationen können beliebig gewählt und gewechselt werden. Es erklingt während dieser Zeit leise Meditationsmusik.

Material

1. Liedtexte: - Nowbody knows,
- Nothing can trouble
2. Meditationsmusik;
3. Texte (s. Anhang: darunter auch der Irische Segenswunsch)
4. Fotos die Abendstimmung oder Naturbetrachtungen zeigen;
5. Papier, Stifte, Ölkreide;
6. Kerze mit einem Engelmotiv von Andreas Felger
7. Schale, leicht brennbares Material, Streichhölzer;
8. große Steine
9. Segenstext
10. Musikstück: No No Never, Texas Lightning.

Ablauf

1. **Begrüßung**
2. **Bekanntmachen des vorgesehenen Ablaufs**
3. **Lied:** Nobody knows the trouble I've seen
4. **Stationen:**
 1. Lesen und Schauen – Texte und Bilder
 2. Malen und Schreiben – Papier und Stifte
 3. Stille Gedanken – Eine Foto des/der Verstorbenen, Kerze
 4. Erinnerungen austauschen, Vorraum beim Eingang
5. **Sammeln**

Nach dem Verstummen der Meditationsmusik kehren alle in die Sitzreihen zurück. Entstandene Schriftstücke und Zeichnungen werden in einer Schale, die in der Mitte des Bodenbildes steht, abgelegt. Wer nicht möchte, dass sein Schriftstück oder Bild verbrannt wird, legt es außerhalb der Schale in die Spirale.

Währenddessen beginnen wir mit:
6. **Lied: Nothing can trouble**
7. **Irischer Segenswunsch**
8. **Prozession**

Die Schale mit den entstandenen Schriftstücken wird hinausgetragen. Die TeilnehmerInnen der Feier folgen.
9. **Musikstück zum Hinausgehen:**

No No Never (Lieblingssong der Kollegin)

Die in der Schale befindlichen Papiere werden nach der Feier verbrannt. Die Trauergemeinde steht im Kreis um die Schale. Dabei singen wir:
10. **Lied:** Dona nobis pacem
11. **Entlassung mit Friedenswunsch**

Rückblick

An der Feier nahm etwa 2/3 des Kollegiums teil. Die Feier wurde von den anwesenden KollegInnen als hilfreich für ihren Trauerprozess angenommen und sehr positiv bewertet. Die Schriftstücke, die außerhalb der Schale abgelegt wurden legten wir zu den persönlichen Dingen, die die Kollegin in der Schule zurückgelassen hatte. Sie wurden von ihren Eltern abgeholt. Unsere Intention, mit der Feier dazu beizutragen, dass die Köpfe für das beginnende Schuljahr und die zu erstellenden Stundenpläne frei werden, konnte nicht erreicht werden.

Nachdem zu Beginn der Konferenz noch ein Kartengruß des an Krebs erkrankten Kollegen verlesen wurde, entspann sich ein mehrere Stunden dauerndes tiefes Gespräch über Tod, Trauer, Abschied und Glaube. Wie bereits erwähnt verstarb der Kollege etwa eine Woche später.

B) Bekanntgabe des Todes der Klassenlehrerin nach Suizid

Die Stunde fand an einem Tag statt, an dem sonst keine Religion gegeben wird. Die neue Klassenlehrerin war mit anwesend. Mit dem Hausmeister war vereinbart, dass das Klingeln in dieser Zeit abgestellt wurde.

Material

1. Engelkerze aus der Gedenkfeier, Streichhölzer;
2. schwarze, dunkelblaue und ein gelbes Chiffontuch;
3. Muggelsteine;
4. Foto der Kollegin;
5. Ring (ein Geschenk, das L der Verstorbenen früher gemacht hatte und für diesen Anlass noch mal besorgen konnte)
6. Sonnenblumen;
7. ein brauner Tonpapierkreis, gelbes Tonpapier mit aufgezeichneter Blattform;
8. Lied: Gott hält die ganze Welt in seiner Hand

Verlauf

	Unterrichtsschritt	Material - Bemerkungen
1.	Gestalten der Mitte durch Schüler/innen	Chiffontüchern, Kerze, Muggelsteinen, Sonnenblumen
2.	Die Schüler/innen werden von der Lehrerin einzeln mit Namen um die Mitte gerufen	Jeder Schüler/in wird leise beim Namen gerufen, nimmt ihren Stuhl und kommt in den Kreis. Auch die Klassenlehrerin kommt in den Kreis.
3.	Gespräch über die Kerze und den Engel	Die Schüler/innen lassen die neue Kerze im Kreis herumgehen. Sie wundern sich, dass die Kerze neu ist, aber dennoch schon mal gebrannt hat. Das Bild wird genau betrachtet und überlegt, was es darstellen könnte.
4.	Lehrerin entzündet die Kerze und legt den auffallenden roten Ring	Die Schüler/innen erkennen den Ring. Der Name der Klassenlehrerin wird genannt.

dazu.

5. **Lehrerin erzählt, dass die Kerze vor wenigen Tagen in der Kirche gebrannt hat. Sie gibt deutlich bekannt, dass die Klassenlehrerin zu Beginn der Ferien verstorben ist und dass die Kerze bei einer Gedenkfeier für die Lehrerin entzündet wurde.**
Die Reaktionen der Schüler/innen sind nicht planbar und müssen sensibel aufgegriffen werden. Das weitere Vorgehen wird entsprechend angepasst. (Fragen, Weinen, Stille, ...)
6. **Lehrerin legt ein Bild der verstorbenen Klassenlehrerin in die Kreismitte. Es wird schweigend betrachtet.**
7. **Welche Erinnerungen haben wir an die Lehrerin?**
Schüler/innen und Lehrerinnen erzählen von ihren Erinnerungen
8. **Gebet**
Guter Gott,
wir sind sehr traurig.
Unsere Lehrerin N. ist tot.
Wir hatten sie sehr gerne
Und haben viele schöne Erinnerungen an sie.
Wir reden von ihr, das tröstet.
Lass sie bei dir weiterleben.
Amen
9. **Rückkehr an die Plätze**
10. **Austeilen des gelben Tonpapiers**
Die verstorbene Kollegin hatte sich zu ihrer Beerdigung Sonnenblumen gewünscht. Die Schüler/innen bekommen je ein „Blütenblatt“ auf Tonpapier ausgeteilt. Jede/r kann einen letzten Gruß darauf schreiben oder malen.

Einsammeln der einzelnen Blütenblätter. Anbringen der Blätter an dem braunen Tonpapierkreis. So entsteht eine Sonnenblumenblüte.
11. **Gestalten einer Gedenkecke im Klassenzimmer**
Chiffontücher, Kerze, „Sonnenblume“, Foto und die echten Sonnenblumen
12. **Lied: Gott hält die ganze Welt in seiner Hand**
Eine Strophe wird der verstorbenen Lehrerin gewidmet.

Rückblick

Dieser Ablauf benötigte einen zeitlichen Umfang von ca. 60 Minuten. Die Reaktion der Schüler/innen war überwiegend auf Fragen ausgerichtet. Alle wollten genau über die Todesursache informiert werden und es war sehr schwierig, die Stillschweigensvereinbarung der Konferenz einzuhalten. Das Stillschweigen führte dazu, dass die Schüler/innen die wildesten Sterbefantasien entwickelten. Ich rate nach dieser Erfahrung ausdrücklich davon ab. Eine genaue Information und ein Gespräch über die Geschehnisse sind sinnvoller.

Weiterführung

Die Sonnenblumen, die wir zur Gestaltung des Mittelkreises verwendet hatten, ließ ich von den SchülerInnen in den kommenden Wochen beobachten und fotografieren. So entstand eine Fotoreihe, die die Blumen von der Blüte zum Vergehen darstellt. Die Samen nahmen wir und pflanzten sie vor dem Klassenzimmerfenster ein. Im Frühjahr werden neue Sonnenblumen daraus wachsen. Als Unterrichtseinheit führte ich in dieser Klasse „Lebt man im Himmel noch weiter?“ angelehnt an die Veröffentlichung im Notizblock 42/2007 durch.

C) Bekanntgabe des Todes des Klassenlehrers nach Krebstod

Einige bewährte Elemente konnte ich hier aus der oben beschriebenen Stunde übernehmen. Wieder wurde das Klingeln abgestellt, so, dass wir keinen zeitlichen Druck hatten. Der Kollege hatte im Team die Klasse geführt. Die den Schüler/innen vertraute Teamkollegin war mit anwesend. Auch die neue Teampartnerin war da. Ebenso wurde die Stunde nicht zur „normalen“ Religionszeit abgehalten. Das vermittelt den Schüler/innen sofort ein Gespür dafür, dass etwas anders, besonders ist.

Material

1. Kerze mit passendem Motiv;
2. Kreuz
3. schwarze, dunkelblaue und ein gelbes Chiffontuch;
4. Foto des Kollegen;
5. großer Stein;
6. gutes Zeichenpapier;
7. passende Bildkarte;
8. weißes Schleifenband

Verlauf

Unterrichtsschritt	Material - Bemerkungen
1. Gestalten der Mitte durch Schüler/innen	Chiffontücher, Kerze, Kreuz
2. Lehrerin hält großen Stein in der Hand. Gibt ihn im Kreis herum. Gespräch über den Stein.	großer Stein
3. Lehrerin: Ihr habt es sicherlich schon bemerkt. Heute ist wieder etwas anders und besonders. So hart und schwer, wie dieser Stein ist, so schwer ist es mir gerade auch ums Herz. Euer Lehrer N. ist an seiner schweren Krankheit verstorben.	Die Reaktionen der Schüler/innen sind nicht planbar und müssen sensibel aufgegriffen werden. Das weitere Vorgehen wird entsprechend angepasst. (Fragen, Weinen, Stille, ...)
4. Lehrerin legt den Stein und das Foto des Lehrers in die Mitte	Foto des verstorbenen Lehrers
5. Die Teamkollegin hatte wenige Stunden vor dem Tod ihres Kollegen einen Besuch im Krankenhaus gemacht. Sie erzählt genau, wie schlecht es ihm da ging, wie sie seine Hand halten konnte aber nicht wusste, ob er sie überhaupt noch wahrnimmt und wie sie ihm noch von jedem Schüler und jeder Schülerin erzählt hat.	
6. Welche Erinnerungen haben wir an den Lehrer? In einer Gesprächsrunde tauschen wir Erinnerungen aus. Dinge, die wir noch klären oder mit ihm besprechen wollten werden angesprochen.	
7. Gebet	
8. Rückkehr an die Plätze	
9. Auf gutem Malpapier zeichnen die Schüler/Schülerinnen Bilder zu ihren Erinnerungen	Gutes Malpapier
11. Lied: Swing Low, Sweet Chariot Die Schüler/innen singen den Refrain. Die Lehrerinnen die erste Strophe.	Textblätter mit englischem Text und deutscher Übersetzung

Rückblick

Dieser Ablauf benötigte einen zeitlichen Umfang von ca. 45 Minuten. Der Bericht der Klassenlehrerin, die vom letzten Besuch bei dem Verstorbenen erzählte war für die Schüler/innen besonders trostreich.

Weiterführung

Mit der Bitte, Erinnerungen über den Verstorbenen aufzuschreiben, legte ich jedem Kollegen und jeder Kollegin Blätter ins Fach im Lehrerzimmer. Die in der Unterrichtsstunde entstandenen Bilder (die in der folgenden Stunde fertig gestellt wurden), die Geschichten der KollegInnen und Trost spendende Texte ließ ich in einem Copy-Shop mit schwarzem Einband binden. Das entstandene „Trostbuch“ lag bis zu den Herbstferien auf dem Gedenktisch. Danach bekam es eine schöne weiße Schleife und wurde der Witwe überreicht.

Als Unterrichtseinheit führte ich auch in dieser Klasse „Lebt man im Himmel noch weiter?“ angelehnt an die Veröffentlichung im Notizblock 42/2007 durch.

D) Trauerfeier für SchülerInnen

Gott hält uns alle in der Hand

Die Feier fand in einem etwas abgelegenen Mehrzweckraum statt, der mit Tüchern, Blumen und Kerzen dekoriert wurde. Alle Schüler/innen der Schule, besonders aber die betroffenen Klassen, waren eingeladen. Beide Fotos von den Gedenktischen waren aufgestellt. Beginn war um 8.30 Uhr.

Material:

1. Altarkerzen;
2. Tücher, Blumen;
3. Liedblatt: Gott hält die ganze Welt in seiner Hand;
4. farbiges Tonpapier, Stifte, Scheren

Verlauf:

1. **Begrüßung und Kreuzzeichen**
2. **Lied: Gott hält die ganze Welt in seiner Hand (mit Strophen für die verstorbenen Lehrer)**
3. **Einleitung: Wir haben uns heute hier versammelt, weil wir alle traurig sind. Unsere Lehrerin Frau N. und unser Lehrer Herr N. sind gestorben. Sie waren mitten unter uns, aber nun sind ihre Plätze leer. Mit unserer Traurigkeit wenden wir uns an Gott. Wir rufen zu Jesus Christus:**

4. **Kyrie:**
 - Herr Jesus Christus, du willst uns nahe sein.
Herr, erbarme dich.
 - Herr Jesus Christus, du kannst uns trösten und Hoffnung geben.
Herr, erbarme dich.
 - Herr Jesus Christus, du hältst uns fest in deiner Hand.
Herr, erbarme dich.
5. **Gebet:** Lass mich in deine Hände fallen, Martin Gutl, aus Spuren UI.6
6. **Evangelium:** Joh 14, 1-3
7. **Kurze Auslegung.** Schüler/innen erzählen, wie sie sich „den Himmel“ vorstellen.
8. **Gestaltung:** Schüler/innen schneiden aus farbigem Tonpapier ihre Hand aus und schreiben einen kurzen Gruß an den/ die Lehrer/in darauf.
Die Hände werden zu den Fotos gelegt.
9. **Fürbitten:**
 - Wir beten für Frau N. und Herr N. Lass sie bei dir im Himmel wohnen.
Alle: Wir bitten dich, erhöre uns.
 - Wir beten für die Familien von Frau N. und Herr N. . Sie sind besonders traurig.
Halte du sie in deiner tröstenden Hand.
Alle: Wir bitten dich, erhöre uns.
 - Wir bitten dich für alle Kinder und Lehrer unserer Schule. Bewahre sie vor Unfall und Krankheit.
Alle: Wir bitten dich, erhöre uns.
10. **Gemeinsames Gebet:** Vater unser
11. **Lied:** Gott hält die ganze Welt in seiner Hand
12. **Segen und Entlassung**

Rückblick

Etwa 15 Schüler/innen nahmen an der Feier teil. Sie kamen ausschließlich aus den Klassen, die die verstorbenen Kollegen geführt hatten. Es herrschte eine sehr ruhige und gesammelte Feierlichkeit. Die Schüler/innen beteiligten sich sehr gerne am Predigtgespräch. Die gestalteten Hände bekamen ihren Platz auf den Gedenktischen.

Literaturhinweise

- Vom Umgang mit Trauer in der Schule, Ministerium für Kultus, Jugend und Sport;
- Notizblock 42/2007;
- Spuren U I.6, Winter: Vom Vergehen und Sterben;
- Gottesdienste für Förderschulen, Anton Dinzinger, Werner Prangerl. Herder 2006
- <http://schulpastoral.drs.de>

Kornelia Ben Saad, Rohräckerschule, Sprachheilschule, Esslingen

Gebete und Texte

Herr, unser Gott,
aus deiner Hand empfangen wir unser Leben!
Jeder Atemzug verbindet uns mit deiner Schöpfung,
erfüllt uns mit Leben.
Unser Atem sagt uns:
Wir sind ein Teil deiner
Schöpfung, die wächst und
stirbt,
neu aufblüht und vergeht.
Hilf uns, das Wachsen und Blühen zu
entdecken, damit wir uns daran erfreuen.
Hilf uns, damit zu leben,
dass vieles vergeht und stirbt,
damit wir in diesen Erfahrungen Vertrauen
lernen, dir, dem Herrn über Leben und
Tod.
Du bist unsere Hoffnung,
dass unser Sterben Beginn des Lebens
ist in die, durch Christus, unseren
Herrn. Amen.

Norbert Possmann

GOTT,
wir können es nicht fassen, einer von uns ist nicht mehr da, sein Platz ist leer,
nicht für ein paar Tage wie sonst, sondern für immer.
Wir wollen ihn nicht vergessen, seinen Namen,
sein Gesicht, sein Wesen.
Wir werden ihn lange nicht vergessen.
Du aber, o Gott, schreib seinen Namen ins Buch des Lebens,
damit er bleibt in Ewigkeit.
Amen.

Quelle unbekannt

Wenn ich gestorben bin
Singt keine traurigen Lieder. Pflanz keinen Baum über meinem
Grab.
Ich will ruhen unter dem Rasen, den der Regen nässt
und der Tau berührt.
Lasst mich ruhen!
Doch – wenn ihr wollt:
Erinnert euch!

Irischer Segenswunsch

Steht nicht an meinem Grab und weint, ich
bin hier nicht, ich schlafe nicht.
Ich bin die tausend winde,
das Diamantglitzern auf dem Schnee.
Ich bin der Sonnenschein auf reifem Korn,
ich bin der sanfte Herbstregen.
Wenn ihr aufwacht in der Morgenstille, bin
ich der schnelle Flügelschlag
stiller Vögel in kreisendem Flug. Ich bin
der Stern, sein mildes Licht In der Nacht.
Steht nicht an meinem Grab und weint, ich
bin hier nicht.

Wenn du die Grenzen der Seele suchst,
du wirst sie niemals finden,
auch wenn du den Weg zu Ende gehst.

Heraklit

Herr, ich will beten, aber ich kann es nicht.
Ich will glauben, aber ich kann es nicht.
Ich will lieben, aber ich kann es nicht.
Ich will mich freuen, aber ich kann es
nicht. Ich will dir vertrauen, aber ich kann
es nicht. Ich will hoffen, aber ich kann es
nicht.
Herr, manchmal möchte ich vor dir
weglaufen, aber du lässt mich nicht los:
Herr, ich möchte zu dir beten, aber mir
fehlen die Worte.
Schenk du mir die Worte.
Oder schenke mir, dass auch mein
Schweigen ein Gebet ist.

Man sagt mir, ich solle es nicht so schwer
nehmen. Man sagt mir, das Leben gehe
weiter.
Man sagt mir, jeder müsste lernen,
Verluste zu überwinden. Man sagt mir, jede
Prüfung des Lebens brächte mich weiter.
Man sagt mir, die Zeit lässt jeden Schmerz
vergehen.
Aber
Hier uns jetzt bin ich allein! Mein Gott,
lass mich nicht allein in diesen Abgrund
stürzen! Streck deine Hand aus
Und fange mich im Flug ab Bevor ich am
Boden zerbreche.

Tina Krug

Niemand ist fort, den man liebt.

Liebe ist ewige Gegenwart. Stefan Zweig

Selbst der Tod kann die Liebenden nicht Voneinander scheiden; Hingegen die Zerstörung der Liebe wäre schlimmer als der Tod.

Alles hängt mithin davon ab, die Liebe und die Freundschaft selbst mit ihren Hoffnungen und Wünschen für einen Beweis der Wahrheit zu nehmen: Das Leben des Geliebten ist unsterblich, und: Wir werden uns wiedersehen.

Eugen Drewermann, Das Eigentliche ist unsichtbar

In deine Hände lege ich voll Vertrauen
meinen Geist: Du hast mich erlöst, Herr, du
treuer Gott.

Psalm 31,6

Aus dem Leben ist er zwar
geschieden, aber nicht aus
unserem Leben.
Denn, wie vermöchten wir ihn tot zu
wähnen, der so lebendig unserem
Herzen innewohnt.

Augustinus

Der Tod ist ganz bedeutungslos. Ich habe mich nur in das nächste Zimmer fortgeschlichen. Ich bin ich, und du bist du. Alles, was wir uns gegenseitig bedeutet haben, bedeuten wir uns immer noch. Nenne mich bei meinem alten, gewohnten Namen, rede mit mir so locker, wie du es immer gewohnt warst. Rede nicht anders als früher, nimm nicht gewaltsam ein Gehabe von Feierlichkeiten oder Trauer an. Lache so, wie wir immer über die kleinen Späße gelacht haben, die wir gemeinsam genossen haben. Bete, lächle, denke an mich, bete für mich. Lass meinen Namen stets so familiär bleiben, wie er immer war. Sorge dafür, dass er ohne besondere Absicht genannt wird, ohne die Spur eines Schattens auf ihm. Das Leben bedeutet weiterhin das, was es immer bedeutet hat. Es bleibt immer das gleiche, die Fortdauer ist ungebrochen. Weshalb sollte ich nur deshalb aus eurem Denken verschwinden, weil man mich nicht mehr sieht? Ich warte auf dich, ich warte die Pause ab, irgendwo ganz in der Nähe, nur gerade um die nächste Ecke. Es ist alles in Ordnung.

Henry Scott Holland

Niemand ist fort, den man liebt.
Liebe ist ewige Gegenwart.

Stefan Zweig

Beim Aufgang der Sonne und bei ihrem Untergang erinnern wir uns an sie;
Beim Wehen des Windes und in der Kälte des Winters erinnern wir uns an sie;
Beim Öffnen der Knospen und in der Wärme des Sommers erinnern wir uns an sie;
Beim Rauschen der Blätter und in der Schönheit des Herbstes erinnern wir uns an sie;
Zu Beginn des Jahres und wenn das Jahr zu Ende geht erinnern wir uns an sie;
Wenn wir müde sind und Kraft brauchen erinnern wir uns an sie;
Wenn wir verloren sind und krank in unseren Herzen erinnern wir uns an sie;
Wenn wir Freude erleben, die wir so gerne teilen würden, erinnern wir uns an sie;
Solange wir leben, werden auch sie leben, denn sie sind nun ein Teil von uns, wenn wir uns an sie erinnern. Aus den „Toren des Gebets“

Reformiertes jüdisches Gebetbuch

Tipps für betroffene Schüler

für die Tage nach einem belastenden Ereignis

- Du bist normal und hast normale Reaktionen - mach Dich nicht selber verrückt.
- Es ist normal, wenn Du Dich schlecht fühlst -es ist hilfreich, wenn Du darüber mit anderen redest
- Wenn Du nachts nicht schlafen kannst, kann es gut sein, in diesen Stunden Deine Erfahrungen in ein Tagebuch zu schreiben.
- Rede mit Menschen - Erzählen ist eine wirksame Heilmethode.
- Intensive Gedankenarbeit, Alpträume und sich aufzwingende Erinnerungen sind normal. Versuche nicht, sie wegzudrücken. Sie werden mit der Zeit weniger werden und verschwinden
- Sieh zu, dass Du viel Ruhe bekommst.
- Iss regelmäßig und ausgewogen, auch wenn Du keinen Hunger hast.
- Teil dir Deine Zeit ein - lass dich nicht hängen.
- Tue Dinge, die Dir gefallen.
- Führe so gut wie möglich dein normales Leben weiter.
- Versuche nicht, Deine Gefühle mit Alkohol oder anderen Drogen zu mildern - sie kommen wieder.
- Fäll jetzt keine großen Entscheidungen
- Den täglichen kleinen Entscheidungen solltest Du nicht ausweichen. So behältst Du die Kontrolle über Dein Leben. Wenn Dich z.B. jemand fragt, was Du essen willst, solltest Du antworten, auch wenn es Dir eigentlich egal ist.
- Sport und Fitness-Training in den nächsten 1-2 Tagen kann etliche der körperlichen Stressreaktionen mildern und dämpfen.
- Bleib in Kontakt mit anderen - Du bist den anderen nicht egal!
- Verbringe Zeit mit anderen Menschen.
- Hilf Deinen Kameraden, indem Du schaust, wie es den anderen geht und indem ihr über Eure Gefühle redet.
- Denke daran, dass auch die Menschen in Deiner Umgebung ihren Stress haben.

Für Freunde und Familienmitglieder

- Das Wichtigste, das Ihr tun könnt, ist Zeit mitbringen und zuhören.
- Wenn Ihr nicht gefragt werdet, bietet von Euch aus an, dass Ihr da seid und zuhören könnt.
- Achtet zusammen mit Euren Bekannten in dieser Zeit besonders auf persönliche Sicherheit.
- Helft bei den täglichen Arbeiten wie saubermachen, kochen, auf die Kinder aufpassen.
- Nehmt Ärger oder Stimmungsschwankungen nicht persönlich.
- Erzählt Euren Bekannten nicht, dass es noch schlimmer hätte sein können. Das ist kein Trost. Versichert ihnen, dass Ihr mit ihnen leidet, Ihr Euch bemüht, sie zu verstehen und Ihr ihnen helfen wollt.

Über den hilfreichen Umgang mit Eltern, die ein Kind verloren haben

Was wir tun können/sollten:

Was wir nicht tun sollten:

<ul style="list-style-type: none">• Zeige deine aufrichtige Anteilnahme und Fürsorge!• Stell Dich zur Verfügung: Um Zuzuhören, Besorgungen zu machen, bei den Kindern zu helfen oder was sonst in dieser Zeit notwendig erscheint.• Sag ihnen, dass Dir das, was ihrem Kind geschehen ist und der Schmerz, den sie jetzt erleiden, leid tut.□• Erlaube ihnen, soviel Trauer auszudrücken, wie sie jetzt gerade empfinden und mit dir teilen möchten.• Ermutige sie, mit sich selbst Geduld zu haben, nicht zu viel von sich selber zu verlangen und sich selbst keine Schuld zuzuschreiben.• Erlaube ihnen über ihr Kind, das sie verloren haben, so viel und so oft zu sprechen wie sie möchten.	<ul style="list-style-type: none">• Lass Dich nicht durch dein eigenes Gefühl der Hilflosigkeit davon abhalten, den trauernden Eltern hilfreich die Hand zu reichen.• Meide sie nicht, nur weil Dir der Kontakt unangenehm ist (Von Freunden, guten Bekannten usw. gemieden zu werden, fügt zusätzlichen Schmerz zu einer ohne dies unerträglichen schmerzhaften Erfahrung.• Sage nicht du wüsstest, was sie empfinden!(Wer nicht selbst ein Kind verloren hat, wird wahrscheinlich nicht empfinden können, wie es ihnen geht).• Sage nicht: "Geht es Ihnen denn immer noch nicht besser?" oder irgend etwas Ähnliches, das die Gefühle der Eltern beurteilt.• Schreibe ihnen nicht vor, was sie eigentlich fühlen oder tun sollten!• Wechsle nicht das Gesprächsthema, wenn sie auf ihr totes Kind zu sprechen kommen.
---	--

- Schenke den Geschwistern des Kindes beim Begräbnis und in den Monaten danach ganz besondere Aufmerksamkeit (sie sind ebenfalls verletzt, verwirrt und benötigen ein Maß an Aufmerksamkeit, wie es ihnen ihre Eltern in dieser Zeit wahrscheinlich nicht schenken können).
- Versichere ihnen, dass sie alles getan haben, was in ihrer Macht stand und dass ihr Kind die bestmögliche Versorgung erhalten hat oder was du sonst an positiven und wahren Dingen über die Fürsorge für das Kind sagen kannst.

Aus: Trauer über den Tod eines Kindes Hilfen für verwaiste Eltern Hospiz Stuttgart
 Staffelbergstr. 22
 70184 Stuttgart

- Vermeide es nicht, den Namen des Kindes zu erwähnen aus Angst, du könntest sie damit an ihren Schmerz erinnern (sie haben ihn ohnehin nicht vergessen!)
- Weise nicht darauf hin, dass sie ja noch ihre anderen Kinder haben (Kinder sind nicht austauschbar; sie können sich nicht gegenseitig ersetzen).
- Sage nicht, sie können ja noch mehr Kinder haben (auch dann nicht, wenn sie das wollten und könnten - ein anderes Kind kann das verstorbene nicht ersetzen).
- Mache keinerlei Bemerkungen, die in irgendeiner Weise vermuten lassen könnten, dass ihre Fürsorge für das Kind- zu Hause, in der Notfallstation, im Krankenhaus: oder wo sonst immer – nicht angemessen gewesen sei (Eltern werden schon ohnedies genügend durch Gefühle von Zweifel und Schuld gequält).

Irrtümer über den Selbstmord⁷

- **„Menschen, die von Selbstmord reden, tun sich nichts an.“**
Etwa 90 Prozent der Selbstmörder haben mit mindestens einer Person vorher über ihren Plan gesprochen oder Andeutungen gemacht, die vielleicht nicht verstanden wurden.
- **„Wer einmal einen Selbstmordversuch macht, tut es immer wieder.“**
Wahr ist, dass Selbstmordkrisen meist vorübergehen. Zu Wiederholungen kommt es, wenn die zu Grunde liegenden Probleme nicht ernst genommen werden.
- **„Selbstmord ist erblich.“**
Es gibt keine Vererbung der Selbstmordneigung. Dennoch gibt es in manchen Familien öfter Selbstmord, unter anderem wohl deshalb, weil innerhalb dieser Familien keine anderen Konfliktlösungsstrategien vermittelt werden.
- **„Selbstmord ist ansteckend.“**
Es gibt einen Nachahmungseffekt, zum Beispiel, wenn in einer Zeitung ausführlich über einen Selbstmord berichtet wurde. Zur Nachahmung neigen aber nur Menschen, die bereits vorher gefährdet waren.
- **„Einem Menschen, der unbedingt sterben will, kann man nicht mehr helfen.“**
Es gibt viele Beispiele, dass auch hartnäckigen Selbstmordkandidaten geholfen werden konnte.
- **„Selbstmörder sind verrückt“.**
Selbstmordgefährdete Menschen sind nicht verrückt, aber sie finden sich in ihrem Leben nicht mehr zurecht. Ihre Situation ist vielleicht verrückt und sie sehen keinen Ausweg. Manchmal können auch seelische Krankheiten wie Depressionen oder Wahnvorstellungen zum Selbstmord führen.
- **„Ein Selbstmord ist ein Betteln um Aufmerksamkeit. Wer ihn überlebt, wollte gar nicht sterben.“**
Mit solchen Worten verharmlost man die Gefährdung und versagt dadurch Hilfe.

⁷ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Alarmzeichen für Suizidgefährdung⁸

Häufig ist eine Suizidgefährdung nicht auf den ersten Blick erkennbar. Vielfach gehen einem Suizid oder Suizidversuch aber Signale voraus, die oft auch als Hilferufe verstanden werden können. Diese Signale sind Hinweise (präsuizidale Merkmale) und sollten ernst genommen werden. Sie können Anlass für ein Gespräch mit dem Jugendlichen geben.

Mögliche Signale sind:

- direkte oder indirekte Suizidankündigung,
- Veränderung des beobachtbaren Verhaltens im Klassenraum,
- (plötzlicher) Leistungsabfall bzw. Leistungsversagen in der Schule, •
Unaufmerksamkeit im Unterricht,
- Schulverweigerung, Schule schwänzen,
- Schwierigkeiten mit Mitschülern oder Lehrkräften, • starke Stimmungsschwankungen,
- Gereiztheit, Aggressivität,
- Alkohol-, Drogen-, Medikamentenmissbrauch, • innerer Rückzug,
- Beschäftigung mit dem Tod (Zeichnungen, Aufsätze, verbale Äußerungen),
- Veränderungen im Sozialverhalten (Abbruch von Freundschaften, Rückzug, aggressives Verhalten),
- äußerliche Veränderungen (Unordentlichkeit, Vernachlässigung der Körperpflege),
- Änderung im Essverhalten,
- Lustlosigkeit, Teilnahmslosigkeit,
- Verschenken persönlicher Gegenstände oder lieb gewordener Sachen, • frühere
suizidale Handlungen,
- Schulabbruch,
- Zuwendung zu subkulturellen Gruppen (Okkultismus).

⁸ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Hinweise: Lehrer-Schüler-Gespräch bei Suizidverdacht⁹

Dies ist zu tun:

- Trauen Sie Ihrer Vermutung, dass der Schüler oder die Schülerin selbstmordgefährdet ist. Teilen Sie dem Schüler, der Schülerin Ihre Besorgnis mit. Seien Sie ein aktiver Zuhörer und zeigen Sie Verständnis.
- Seien Sie direkt. Fragen Sie nach Selbstmordabsichten und Selbstmordplänen. Sprechen Sie offen und freimütig. Versuchen Sie herauszubekommen, wie, wo und wann der Selbstmord verwirklicht werden soll.
- Vermitteln Sie professionelle Hilfe. Ermutigen Sie den Schüler, die Schülerin, diese Hilfe anzunehmen. Wenn er oder sie sich weigert, müssen Sie die notwendige Hilfe veranlassen.
- Schaffen Sie günstige Gesprächsvoraussetzungen: Bieten Sie ein Gespräch an, versichern Sie sich der Gesprächsbereitschaft des Schülers oder der Schülerin, verabreden Sie konkret Zeit und Ort.
- Sichern Sie günstige Gesprächsbedingungen: Verhindern Sie Störungen, schaffen Sie eine angenehme Atmosphäre, benutzen Sie „Türöffner“ (positive, annehmende Formulierungen).
- Hören Sie aktiv zu: Geben Sie die Gedanken so wieder, wie Sie sie verstanden haben; sprechen Sie Ihre Gefühle an, stellen Sie offene Fragen.

Dies sollten Sie vermeiden:

- Lassen Sie sich keine Geheimhaltung aufdrängen. Dabei verlieren Sie eventuell das Vertrauen des Schülers, aber Sie retten Leben.
- Lassen Sie den Schüler, die Schülerin nicht allein, wenn Sie glauben, dass die Selbsttötung unmittelbar bevorsteht.
- Zeigen Sie sich nicht schockiert über den Bericht des Schülers, der Schülerin.
- Diskutieren Sie nicht, ob Selbstmord richtig oder falsch sei. Vermeiden Sie jede moralische Wertung.

Konkrete Vorschläge für Fragen an den Schüler, die Schülerin:

- Die Fragen sind lediglich als Anregungen zu verstehen, sie sollen helfen, Vermutungen möglichst direkt auszusprechen, um dann im Sinne des „aktiven Zuhörens“ auf die Antworten einzugehen.
- Hast du in letzter Zeit daran gedacht, dir das Leben zu nehmen? Häufig? Hast du unvorbereitet daran denken müssen?
- Hast du konkrete Ideen, wie du es machen würdest? Hast du bereits Vorbereitungen getroffen?
- Hast du schon mit jemandem über deine Selbstmordabsichten gesprochen? Hast du schon einmal einen Selbstmordversuch unternommen?
- Hat sich in deiner Familie oder deinem Bekanntenkreis jemand das Leben genommen? Hältst du deine Situation für aussichts- und hoffnungslos?
- Fällt es dir schwer, an etwas Anderes als an deine Probleme zu denken?
- Hast du in letzter Zeit weniger Kontakte zu Verwandten, Freunden, Bekannten? Sind deine Leistungen in der Schule abgefallen?
- Hast du Hobbys?
- Hast du jemanden, mit dem du offen und vertraulich Probleme besprechen kannst? Verstehst du dich gut mit deinen Eltern?
- nach: BRÜNDEL, H. (1996): Suizidpräventionsprogramme in der Schule. Soest, Landesinstitut für Schule und Weiterbildung

⁹ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Für die Hand von Schülerinnen und Schülern: Auf Suizidabsichten reagieren¹⁰

Was du tun und was du nicht tun solltest, wenn ein Mitschüler Selbsttötungsgedanken äußert:

- Sei aufmerksam. Achte auf Ankündigungen.
- Sei bereit zu helfen, unterstütze deine Freundin oder deinen Freund.
- Zeig ihm, dass du für sie oder für ihn da bist.
- Frage, ob sie oder er daran denkt, sich umzubringen.
- Sei direkt. Sprich nicht drum herum, sondern offen und ohne Wertung über Selbsttötung. • Höre zu. Lass sie oder ihn Gefühle ausdrücken und akzeptiere sie.
- Versuche ihr oder ihm nicht einzureden, dass alles nicht so schlimm ist.
- Gib kein moralisches Urteil ab. Fang nicht an zu diskutieren, ob Selbsttötung/Selbstmord richtig oder falsch sei und ob ihre bzw. seine Gefühle gut oder schlecht seien.
- Debattiere nicht über den Sinn des Lebens.
- Unterstütze sie oder ihn nicht, es zu tun.
- Gib keine Ratschläge, doch dieses oder jenes zu tun.
- Biete ihr oder ihm dein ganzes Einfühlungsvermögen, nicht deine Sympathie an.
- Reagiere nicht geschockt. Das würde euch nur innerlich wieder voneinander entfernen.
- Frag nicht nach dem „Warum“. Dies würde sie oder ihn nur in die Verteidigung drängen.
- Lass dir ihre oder seine Gedanken nicht als Geheimnis aufzwingen.
- Du brauchst ihr oder ihm nichts zu versprechen.
- Du kannst ihr oder ihm sagen, dass du glaubst, dass es sicher noch andere Möglichkeiten gäbe, aber versuche nicht, falsche Hoffnungen zu machen. Dies würde ihr oder ihm nur den Eindruck vermitteln, dass du sie bzw. ihn nicht verstanden hast.
- Handle! Tu etwas. Hol dir Hilfe bei Personen und in Beratungsstellen, die sich mit Krisenintervention und Suizidprävention auskennen.

aus: BRÜNDEL H. (1994), Suizidpräventionsprogramme in der Schule. Eine Unterrichtseinheit zur Krisenintervention und Prävention für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe 1 und 2, S. 34. Soest, LSW

¹⁰ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Vertrag zum Überleben¹¹



Ich, _____, verspreche heute und bis zum nächsten Treffen am Leben zu bleiben. Wenn die Gedanken, die mir das Leben schwermachen, wiederkommen und mich nicht loslassen, habe ich Mut und hole mir Unterstützung und Hilfe. Ich wende mich persönlich oder telefonisch an:

1. den Arzt meines Vertrauens
2. meinen Lehrer
3. meinen Freund
4. meine Freundin
5. meine Großeltern
6. meine Tante oder meinen Onkel

7. _____

8. _____

9. _____

Hilfe kann ich auch bekommen durch folgende Stellen:

- Krisennotruf (Tel. _____)
- Nummer gegen Kummer (116 111)
- Telefonseelsorge (Tel. _____), kostenlos Tag und Nacht • Notarzt _____, Tag und Nacht, von jedem Ort aus.

Eine Liste lege ich neben das Telefon und eine zweite Liste lege ich in meine Geldbörse, sodass ich ohne langes Suchen darauf zurückgreifen kann.

Ort, Datum

Unterschrift

¹¹ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Nach einem Suizid: Handlungsvorschläge für die Schulleitung¹²

Informationen nach innen (Lehrer, Schüler), 1. Tag

- Schriftliche Information als Orientierung für die Klassen, zu Händen der Lehrer (CD-ROM Material 51)
- Information des gesamten Kollegiums
- Absprache mit dem Klassenlehrer, wann und wie die betroffene Klasse am besten informiert wird
- Alle Klassen sollen bis zur großen Pause informiert sein.

Informationen nach außen (Eltern, Presse), 2./3. Tag

- Vor Kontaktaufnahme mit den betroffenen Eltern geht keine Information nach draußen.
- Die Arbeitsgruppe verfasst eine schriftliche Orientierung (CD-ROM Material 50) an die Eltern der betroffenen Klasse (evtl. auch andere Klassen).
- Diese wird den Schülern zu Händen der Eltern mitgegeben.
- Anfragen der Presse beantworten nur der Schulleiter oder der Präsident der Schulkommission mit Hinweis auf Richtlinien für die Medienberichterstattung, evtl. unter Einbezug des Psychiaters.

Kontakte mit den betroffenen Eltern

- Der Schulleiter oder ein Vertreter der Schulleitung (evtl. auch Klassenlehrkraft) sucht, wenn möglich die betroffenen Eltern auf und bespricht die Information, Besuche in der Klinik, Besuch der Beerdigung durch die Schüler, Miteinbezug der Schüler etc.

Liste der Stellen und Personen, die weiter einbezogen werden können

- Falls nicht vorhanden, sollte eine Liste erstellt werden, an die sich Betroffene wenden können, z.B. bezüglich der Adressen von Pfarrer, Seelsorger, Erziehungsberatung, Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst, Therapeuten ...

Unterstützung der betroffenen Klasse und Schüler

- Für Betroffene wird eine Sonderstunde unter Einbezug einer Fachperson reserviert.
- Die Schüler werden informiert, dass sie mit einer Fachperson sprechen können.
- Die Lehrer der betroffenen Klasse besprechen sich mit einer Fachperson.
- Die Lehrer erhalten eine schriftliche Information zu Gefahrenzeichen bei Schülern.
- Die Lehrer werden informiert, dass sie selbst mit einer Fachperson sprechen können.

¹² © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Nach einem Suizid: Briefe an die Schülerinnen und Schüler¹³

Orientierungsbrief über einen Suizid, 1. Tag

Liebe Schülerinnen und Schüler,

heute Morgen hörten wir die traurige Nachricht, dass sich _____
gestern/gestern Abend/letzte Nacht das Leben genommen hat. Wir sind alle sehr
erschüttert und traurig. Wir senden unser Beileid an seine Familie und Freunde.

Schüler können sich beim Lehrer oder Schulleiter melden, wenn sie sich mit einer
Fachperson (Notfallseelsorger, Schulpsychologe, Vertrauenslehrer) aussprechen
möchten.

Mit freundlichen Grüßen

Die Schulleitung

¹³ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Orientierungsbrief bei einem vermuteten Suizid, 1. Tag

Liebe Schülerinnen und Schüler,

heute Morgen hörten wir die traurige Nachricht, dass _____
gestern/gestern Abend/letzte Nacht gestorben ist. Das ist die einzige offizielle
Information, die wir betreffend seines Todes erhalten haben. Wir sind alle sehr traurig.
Unser tiefes Beileid gilt seiner Familie und seinen Freunden.

Für Betroffene unserer Schule besteht heute den ganzen Tag über die Möglichkeit, mit
einer Fachkraft (Notfallseelsorger, Schulpsychologe, Vertrauenslehrer etc.) zu
sprechen.

Mit freundlichen Grüßen

Die Schulleitung

Orientierungsbrief, 2./3. Tag

Liebe Schülerinnen und Schüler,

wir wissen jetzt, dass der Tod von _____ ein Suizid war. Auch wenn wir versuchen, die Gründe seiner Tat zu verstehen, werden wir nie richtig verstehen, was in seinem Leben vor sich ging und welche Umstände zum Tod führten.

Wichtig ist, dass wir wissen und uns immer wieder daran erinnern: Da ist nicht einfach ein Grund, da sind immer mehrere Gründe und Ursachen, die für einen Suizid verantwortlich sind. Wir werden sie wahrscheinlich nie genau herausfinden.

Heute versuchen wir, in der Schule wieder zu einem normalen Tagesablauf zu kommen. Das kann für einige von uns sehr schwierig sein. Die Ansprechperson ist noch immer für dich da. Wenn du den Wunsch hast, mit jemandem zu sprechen, allein oder mit einem Freund, lass es uns wissen, melde dich bei der Schulleitung, sie kann dir ein Gespräch mit einem Notfallseelsorger, Schulsozialarbeiter, Schulpsychologen oder Psychologen vermitteln.

Wir werden bei der Beerdigung dabei sein. (Ggf.: Sie wird am _____ um _____ Uhr auf dem Friedhof in _____ stattfinden.)

Mit freundlichen Grüßen

Die Schulleitung

Nach einem Suizid: Vorschläge für Briefe an die Eltern¹⁴

Liebe Eltern,

in den letzten Tagen musste die Schule den plötzlichen Tod eines ihrer Schüler verarbeiten. Wir sind alle sehr traurig über seinen Tod. Die Schule verfügt über Ansprechpersonen, die Ihrem Kind helfen können, seine Reaktion über das traurige Ereignis, seine Trauer zu verarbeiten.

Unser Team ist bereit, mit Ihrem Kind zu sprechen und seine Fragen zu beantworten. Ihr Kind hat vielleicht traurige, betrübte, unerklärliche oder melancholische Gefühle und Gedanken, die es mit Ihnen besprechen möchte. Sie können Ihrem Kind helfen, indem Sie ihm gut zuhören, seine Gefühle akzeptieren und seine Fragen ehrlich beantworten.

Wenn Sie Fragen haben oder weitere Unterstützung wünschen, melden Sie sich bitte im Sekretariat (Tel. _____) oder direkt bei _____.

Mit freundlichen Grüßen

Schulleitung

¹⁴ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Liebe Eltern,

die Lehrerinnen und Lehrer sowie die Schülerinnen und Schüler des Schulzentrums _____ sind sehr traurig über die Nachricht vom Tod eines Schülers. Der Tod eines jungen Menschen löst wohl bei jedem Betroffenen aus, führt zu Fragen, auf die es nicht immer Antworten gibt. Die tragischen Umstände des Todes sind für uns alle schwierig zu verstehen und zu akzeptieren.

Wir haben ein Krisenteam zusammengestellt, um Schülern und Lehrern zu helfen, den Tod von _____ zu ertragen. Wir setzen alles daran, um Ihrem Kind und seinen Lehrern in diesen schweren Stunden beizustehen. Sie können vielleicht mithelfen, indem Sie zu Hause über den Verlust sprechen.

(Ggf.: Die Trauerfeier wird in der _____-Kirche in _____ am_ um _____ Uhr stattfinden.)

Ihr Kind kann auf Wunsch an der Beerdigung teilnehmen. Bitte teilen Sie dies der Schulleitung mit. Wir schlagen Ihnen vor, Ihr Kind, wenn möglich zu begleiten.

Wenn Sie Fragen zu Belastungsanzeichen Ihres Kindes haben, werden Ihnen die Schulleitung oder ein Mitglied des Krisenteams zur Seite stehen.)

Mit freundlichen Grüßen

Schulleitung

Nach einem Suizid: Brief an das Kollegium

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

wir möchten Sie bitten, heute vor dem Beginn des Unterrichtes den Suizid von _____ mit Ihren Schülern zu besprechen. Einige der Schülerinnen und Schüler sind darüber vielleicht schon informiert worden, sei es durch die Nachrichten oder durch persönliche Gespräche untereinander. Andere hingegen werden erst durch Sie über den Tod von _____ informiert werden.

Bitte geben Sie der Klasse die Möglichkeit, mit Ihnen zu sprechen, Fragen zu stellen und ihren Gefühlen Ausdruck zu geben. Sie werden erfahrungsgemäß auf sehr unterschiedliche Reaktionen der Schüler stoßen: Einige werden vielleicht aggressiv, verwirrt bis verstört sein, andere werden aus der Fassung geraten, wieder andere werden möglicherweise sprachlos und traurig sein.

Das Krisenteam wird bis Ende dieser Woche an der Schule sein, um Ihren Schülern und ggf. auch Ihnen beizustehen. So ist es möglich, ein Teammitglied zu bitten, beim Gespräch in der Klasse mit anwesend zu sein.

Versuchen Sie, Ihre Schüler so anzunehmen, wie sie auf den Verlust reagieren. Gehen Sie mit den Empfindungen Ihrer Schüler genauso sensibel um wie mit Ihren eigenen Emotionen.

Achten Sie bitte auch auf Jugendliche, die mit dem Verarbeiten des Todesfalls Mühe haben. Bei Signalen für eine massive emotionale Belastung sollten Sie ein Beratungsgespräch (ggf. mit Fachleuten) anbieten.

Der heutige Tag mag für Sie wie auch für die Schülerinnen und Schüler sehr schwierig sein. Ein Mitglied des Krisenteams hält sich heute Vormittag im Lehrerzimmer auf, um bei Fragen Rede und Antwort zu stehen. Nach dem Unterrichtsvormittag (um _____ Uhr) werden wir Sie zu einer kurzen Aussprache in das Lehrerzimmer bitten.

Mit freundlichem Gruß

Schulleitung, Krisenteam

Verschiedene Briefe bei Suizid¹⁵

Orientierungsbrief Suizid, 1. Tag

Heute morgen hörten wir die traurige Nachricht, dass sich gestern / gestern Abend / letzte Nacht das Leben genommen hat. Wir sind alle sehr erschüttert und traurig über seinen/ihren Tod und senden unser Beileid an seine Familie und Freunde. Schülerinnen und Schüler können sich beim Klassenlehrer/bei Klassenlehrerin oder bei der Schulleitung melden, um sich bei einer Fachperson (HPA, Jugendarbeiter) aussprechen zu können. Lehrkräfte melden sich bei der Schulleitung.

Orientierungsbrief vermuteter Suizid, 1. Tag

Heute morgen hörten wir die traurige Nachricht, dass gestern / gestern Abend / letzte Nacht gestorben ist. Das ist die einzige offizielle Information, die wir betreffend seines Todes erhalten haben. Wir wissen, dass wir alle sehr traurig sind über s Tod und senden unser Beileid an seine Familie und Freunde. Für Schülerinnen und Schüler besteht heute den ganzen Tag die Möglichkeit, mit einer Ansprechperson oder mit der Schulleitung zu sprechen.

Orientierung 2./3. Tag

Wir wissen jetzt, dass der Tod von ein Suizid war. Auch wenn wir versuchen, die Gründe seiner / ihrer Tat zu verstehen, werden wir nie richtig verstehen, was in seinem / ihrem Leben vor sich ging und welche Umstände zu seinem Tod führten. Eine wichtige Sache, an die wir uns erinnern müssen, ist: Wir müssen wissen, da ist nicht einfach ein Grund für einen Suizid; da sind immer mehrere Gründe und Ursachen dafür verantwortlich, die wir wahrscheinlich nie genau herausfinden werden. Heute möchten wir in unserer Schule wieder zu einem normalen Tagesablauf kommen. Das kann für einige von uns sehr schwierig sein. Die Ansprechperson ist noch immer für dich da. Wenn du das Bedürfnis hast, mit jemandem zu sprechen – entweder allein oder mit einer Freundin/ einem Freund – lasse es einen Erwachsenen wissen, melde dich bei einer Lehrerin, einem Lehrer oder bei der Schulleitung, sie können dir ein Gespräch (HPA, Jugendarbeiter, Psychiater) vermitteln. Wir haben auch noch einige Informationen zur Beerdigung: Sie findet statt amum Uhr im Friedhof / Kirche in

¹⁵ aus Richtlinien zum Thema Suizid (Michel Bern

Briefe an Eltern

Liebe Eltern

Über das Wochenende / In den letzten Tagen musste die Schule den plötzlichen Tod einer ihrer Schülerinnen / eines ihrer Schüler verarbeiten. Wir sind alle sehr traurig über seinen / ihren Hinschied. Die Schule verfügt über Ansprechpersonen, die Ihrem Kind helfen können, seine Reaktion über das traurige Ereignis, seine Trauer zu verarbeiten.

Unser Team ist bereit, mit Ihrem Kind zu sprechen und seine Fragen zu beantworten. Ihr Kind hat vielleicht traurige / betrübte / unerklärliche melancholische Gefühle und Gedanken, die es mit ihnen besprechen möchte. Sie können ihrem Kind helfen, indem Sie ihm gut zuhören, seine Gefühle akzeptieren und seine Fragen ehrlich beantworten.

Wenn Sie Fragen haben oder weitere Unterstützung wünschen, melden Sie sich im Schulleitungsbüro (Tel).

Mit freundlichen Grüßen Schulleitung

Liebe Eltern

Die Lehrerinnen und Lehrer sowie die Schülerinnen und Schüler des Schulzentrums sind sehr traurig über die Nachricht vom Tod eines ihrer Schüler /Schülerinnen. Der Tod eines jungen Menschen ist in jedem Fall ein Ereignis, das jeden irgendwie beschäftigt. Die tragischen Umstände von s Tod sind für uns alle schwierig zu verstehen und zu akzeptieren.

Wir haben ein Krisenteam zusammengestellt, um der Schule zu helfen, mit dem Verlust von s umzugehen. Wir setzen alles daran, um Ihrem Kind und unseren Lehrpersonen in dieser tragischen Situation zu helfen. Sie können vielleicht helfen, indem Sie zu Hause über den Verlust sprechen.

..... s Beerdigung wird in der reformierten / katholischen Kirche in am um Uhr stattfinden. Ihr Kind kann an der Beerdigung teilnehmen und wird durch eine von Ihnen unterschriebene Bestätigung vom Unterricht dispensiert. Wir schlagen Ihnen vor, Ihr Kind wenn möglich zu begleiten.

Wenn Sie Fragen haben betreffend der Reaktion Ihres Kindes, werden Ihnen die Schulleitung oder ein Mitglied des Krisenteams (mit Rat und Tat) zur Hilfe stehen.

Mit freundlichen Grüßen Schulleitung

Orientierung an Lehrerinnen und Lehrer

Wir möchten dich bitten heute vor dem Beginn des Unterrichtes den Suizid von mit deinen Schülern zu thematisieren / zu besprechen.

Einige der Schülerinnen und Schüler sind darüber vielleicht schon informiert worden, sei es durch Nachrichten oder vom Gespräch untereinander. Andere hingegen werden durch dich über den Tod von s informiert. Bitte gib deiner Klasse die Möglichkeit, über die genaueren Umstände (von s Tod) von dir zu hören, um Fragen zu stellen und um Gefühle zu beschreiben. Du kannst mit verschiedenen Reaktionen deiner Schülerinnen und Schüler rechnen: einige werden böse und aus der Fassung / verwirrt sein, andere eher traurig. Reagiere feinfühlig gegenüber ihrem Empfinden / Gefühl, etc.

Das Krisenteam wird während des ganzen Tages und dem Rest der Woche in der Schule sein. Dazu besteht die Möglichkeit, dass dir ein Teammitglied bei der Diskussion von s Tod beisteht. Achte bitte auch auf Kinder, die möglicherweise mit dem Verarbeiten des Todesfalls Mühe haben und schicke sie ins Besprechungszimmer.

Der heutige Tag mag für dich wie auch für die Schülerinnen und Schüler sehr schwierig sein. Ein Mitglied des Krisenteams wird im Lehrerzimmer sein, um weiter über den Suizid zu sprechen. Wir werden gleich nach der Schule im Lehrerzimmer eine kurze Information haben. Zeit:

Gruß

S L

Materialien aus dem „Alarmkoffer“

Suizid

- Der Suizid begegnet uns in der Notfallseelsorge in unterschiedlicher Weise, z.B. ganz offenkundig
- bei Personen nach einem Suizidversuch,
 - bei Personen mit ernsthafter Suizidankündigung evtl. in einer suizidalen Finalphase (vor dem Absprung),
 - bei der Betreuung von Hinterbliebenen nach einem Suizid.
- Auch bei Einsätzen mit zunächst anderer Thematik kann sich unerwartet ein Suizid ankündigen.

Suizidenten bedürfen immer einer fachärztlichen Behandlung in einer Klinik!

Es ist deshalb notwendig, dass Notfallseelsorger sich Grundkenntnisse über wichtige Aspekte aneignen, um sich im Rahmen ihrer Ersten Hilfe orientieren zu können.

Suizid aus medizinischer Sicht ist die absichtliche Selbsttötung.

Beim Suizidversuch kann die Selbsttötung beabsichtigt sein, das suizidale Verhalten kann aber auch der Ausdruck des Wunsches nach „Ruhe“ sein. Die Selbsttötung kann auch durch den Impuls, sich zu verletzen, ohne Tötungsabsicht verursacht sein (Parasuizid).

Suizidankündigungen und frühere Suizidversuche sind immer ernst zu nehmen. (etwa 80 % der Menschen, die einen Suizidversuch unternommen haben, haben ihn vorher angekündigt, etwa 50 % der Suizidopfer waren im Monat vor dem Suizid beim Arzt, etwa 30 - 40 % der Suizidopfer hatten einen Suizidversuch in der Vorgeschichte).

Etwa 20 von 100.000 Menschen in Deutschland suizidieren sich. Geschlechtsverhältnis Männer zu Frauen etwa 2-3:1. Die Suizidrate steigt mit zunehmendem Alter. Suizidraten sind höher bei Alleinlebenden, Verwitweten, Geschiedenen, Getrennt lebenden. Suizide sind bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen nach den Unfällen die häufigste Todesursache. Nach Schätzungen (mit hoher Dunkelziffer) sind Suizidversuche 5-30fach höher als Suizide. Sie werden häufiger von Frauen (2-3:1) und in jüngeren Jahren begangen. Der Suizid (oder Versuch) folgt i.d.R. einer suizidalen Entwicklung.

Das präsuizidale Syndrom (nach Ringel) ist gekennzeichnet durch

- zunehmende Einengung (von Verhalten, Affekt, zwischenmenschlichen Beziehungen, Wertewelt);
- Aggressionsstau und Wendung zu Aggressionen gegen das eigene Ich;
- Selbstmordphantasien, -pläne und -impulse.

Wann ist das Risiko erhöht?

Sozial

Konfliktsituation mit Verlust von sozialem Umfeld / Beruf / Trennung sozialem Umfeld / Beruf / Trennung / Entwurzelung / Kränkungen; Höheres Alter und/oder Einsamkeit u./o. Verlust einer Bezugsperson;

Psychopathologisch

Schwere Depressivität, Hoffnungslosigkeit, „psychotisch“, Suchtverhalten, Erkrankungen: Depression, Schizophrenie, Sucht, Persönlichkeitsstörung, schwere organische Erkrankung

suizidspezifisch

konkrete, sich aufdrängende Suizidimpulse / Suizidgedanken; Einengung der Gedanken auf Sterbewunsch, Ausweglosigkeit; Vorbereitungshandlungen, -pläne; frühere Suizidversuche; Suizide in der Familie; „unheimliche Ruhe“ nach vorheriger Suizidthematik; Diskrepanz zwischen Fremd- und Eigenanamnese, Bagatellisierung;

Psychische Erkrankungen, mit dem Übergewicht bei Depressivität, sind die Hauptrisikofaktoren für Suizid. Psychische Einengung dürfte in jedem Falle vorliegen. Es ist daher bei Suizidgefahr immer eine klinische Behandlung notwendig.

Wo liegen die Aufgaben und Möglichkeiten des Notfallseelsorgers?

Sie können, wie bei anderen Hilfeleistungen, nur in der Psychischen Ersten Hilfe liegen. Bei akuter Suizidabsicht kann sich die Lage in ihrer Erscheinungsform unterschiedlich darstellen.

Jede der Darstellungsformen ist ernst zu nehmen:

a) eine mental suizidale Lage

(ernsthafte suizidale Anzeichen in einer Zeitlage)

b) eine akute suizidale Finallage

(z.B. vor dem Absprung von einer Brücke)

Die Vorgehensweise muss sich daher entsprechend anpassen.

Verhalten bei mentaler suizidaler Lage

Hier kommt es darauf an, die Motivation des Betroffenen zu erkennen, um die ersten vertrauensbildenden Schritte einzuleiten.

Das Ziel muss sein, ihn zu bewegen, professionelle Hilfe anzunehmen. Im Extremfall kann der Betroffene auch ohne seine Einwilligung einer professionellen Hilfe einem Landeskrankenhaus zugeführt werden. Das geschieht durch eine Einweisung, deren Verfahren gesetzlich (PsychKG) geregelt ist. Dieses ist nicht Sache des Notfallseelsorgers.

In einem solchen Fall ist die Ordnungsbehörde einzuschalten, die ein ärztliches Gutachten (ggf. v. Amtsarzt) einholt. Die Ordnungsbehörde muss die Maßnahme unverzüglich, spätestens am nächsten Tag, richterlich bestätigen lassen.

Zur **Erkennung der Selbstgefährdung des Betroffenen** sind Antworten auf die folgenden Fragen hilfreich, die der Notfallseelsorger im Gespräch mit dem Betroffenen stellen kann. Die Antworten sollten bei der Übergabe an die professionelle Hilfe weitergeleitet werden, weil sie auch dort bereits für die erste Einschätzung von Bedeutung sind. Es kann sich aber ergeben, dass der Notfallseelsorger das Tätigwerden der Ordnungsbehörde initiieren muss. In diesen Fällen kann der Notfallseelsorger bestenfalls bis zur Übergabe im Landeskrankenhaus bei dem Betroffenen bleiben, wenn dieser es wünscht.

Fragen zur Erkennung der Selbstgefährdung:

- **Haben sie in letzter Zeit Gedanken an den Tod**, wollen sterben, tot sein, ihre Ruhe haben?
- **Haben sie das Gefühl, wenn es ihnen so schlecht geht, dass alles keinen Sinn hat**, oder es besser wäre, tot zu sein?
- **Meinen sie, dass ihre nächsten Angehörigen sie nicht mehr brauchen**, dass sie sie nur belasten? Haben sie in letzter Zeit auch daran gedacht, sich das Leben zu nehmen?
- Haben sich die Gedanken auch aufgedrängt? **Haben sie konkrete Ideen, wie sie es machen würden**; haben sie Vorbereitungen getroffen?
- Haben sie schon einmal einen Selbsttötungsversuch unternommen? Ggf. wann? wie? warum? welche Folgen?

Verhalten bei akuter suizidaler Finallage

Hier kommt es zunächst darauf an, **zu versuchen, den Betroffenen aus der Finallage zurückzuholen.**

Wenn das gelingt, bleibt die Situation der Lage (mentale suizidale Lage) mit ihren Konsequenzen bestehen.

Wie ist in der akuten suizidalen Finallage vorzugehen?

Das kann nur in ganz kleinen Schritten geschehen. Dabei ist es schwer, mit dem Suizidenten in Kontakt zu kommen und sein Vertrauen zu gewinnen. Aber wir können kaum etwas falsch machen, wenn wir **einige Grundregeln für unser Vorgehen** beachten.

Die Kenntnis von einer vorliegenden psychischen Erkrankung hilft uns medizinischen Laien nicht weiter, weil sich daraus für uns keine konkreten Hinweise für das Vorgehen in dieser Finalsituation ableiten lassen. Wir müssen deshalb in dieser Hinsicht unvoreingenommen an den Sachverhalt herangehen:

Aus der subjektiven Sicht des Suizidenten gesehen hat er keine andere Möglichkeit, als sich zu töten. Er ist darauf fixiert, seine Krise durch Selbsttötung zu beenden. **Alle seine Gedanken kreisen um die Selbsttötung.**

Diese Sicht des Betroffenen, die Selbsttötung als mögliche Lösung der Krise zu betrachten, müssen wir zunächst akzeptieren.

In dieser Situation müssen wir uns behutsam vertrauensbildend annähern.

Grundregeln des Verhaltens in der akuten suizidalen Finallage

- **„Echt, authentisch“ sein**
- **Sage, wer du bist.**
- **Bestimmt und sicher auftreten**, nicht bitten oder betteln, aber auch nicht schreien oder befehlen. Nervosität macht unser Gegenüber noch nervöser, Anschreien kann zum völligen Realitätsverlust führen.
- **Zuwendung zeigen**; unser Gegenüber soll sich angenommen und mit seinem Problem ernst genommen fühlen.
- **Auf seine jetzige Situation eingehen.** Seine Welt (Gefühle, Gedanken) hat Vorrang.
- **Aktives Zuhören** ist erforderlich; dem Gegenüber spiegeln, was er sagt.
- **Ehrlich sein, nicht lügen**; nach Möglichkeit auch nicht linken (täuschen, hereinlegen), Es kann für den späteren Verlauf alle Chancen auf Vertrauen zerstören.
- **Versprechen einhalten.** Auch wenn sie für uns unwesentlich sind, können sie für unser Gegenüber von großer Bedeutung sein.

Hinweise für ein Gespräch in der akuten suizidalen Finallage

- **Kontakt suchen.** Sich selbst auf die (auch räumliche) Ebene des Suizidenten bringen. Nicht bedrohlich wirken (Abstand wahren).
- Nicht als Retter oder Missionar auftreten, sondern als Mensch mit Gefühlen.
- **Eigene Unzulänglichkeiten, auch Hilflosigkeit dürfen genannt werden,**
- z.B. *„Ich habe jetzt Angst um dich!“* Nicht sich selbst idealisieren. **Den Betroffenen nicht abwerten** (er/sie ist o.k. so in der Krise) **Beziehungsebene herstellen und dort bleiben**; Vertrauen bilden;
- **In der Gegenwart bleiben** (Was ist hier und jetzt?); Nach Zusammenhängen fragen, z.B.: *„Warum bist du jetzt so verzweifelt?“*
- **Frage, ob es jemanden gibt, der jetzt helfen könnte**; ob du jemanden informieren oder holen lassen sollst.
- **Auf Aussagen des Betroffenen direkt eingehen**; hinterfragen;
- **Der Betroffene bestimmt das Gesprächsthema**; einfach zuhören können; keine vorschnellen Ratschläge, keine Lösungen anbieten;
- **Keine Schuldgefühle machen**, wie z.B.: *„Denke doch an deine Frau, Mutter, Kinder!“* pp.

- **Keine konfliktorientierten Fragen stellen**, d.h. nicht mit dem Finger ständig in der Wunde bohren.
- **Entwicklungsorientierte Fragen stellen**, d.h. der Betroffene soll andere Lösungen als die Selbsttötung finden.
- Helfen, seine Lösung ohne Gesichtsverlust zu finden.
- **Den Suizidenten stabilisieren**, ihn in jeder Form entlasten, ihn zu Miniaktionen bewegen als kleiner Schritt zurück ins Leben, z.B.: *„Lass uns hinsetzen, das ist bequemer.“*
- **Ruhe und Weite herstellen**. Der Suizident ist aufgeregt und eng. Er hat einen „Tunnelblick“, sieht alles nur aus einer Richtung.
- **Dinge beim Namen nennen** (ganz direkt, nicht um den heißen Brei herum), z.B.: *„So wie ich dich verstanden habe, siehst du jetzt keine andere Möglichkeit als zu springen.“* *„Du hast recht, wenn du dich jetzt erschießt, hast du keine Sorgen mehr.“*
- **Auch Pausen haben ihre Aussage und ihren Wert, also Pausen einhalten**

Wichtig für dich selbst

- **Du bist nicht für den Tod (die Entscheidung) des Suizidenten verantwortlich.**
- **Es ist kein Zweikampf - wenn er „es“ doch tut, hast du nicht verloren,**
- **gelingt die „Umkehr“, hast du nicht gewonnen.**
- **Der spektakuläre Hechtsprung am Abgrund, wie im Film, ist nicht die Rettung und rechtfertigt keinen Triumph. In der Wirklichkeit geht es weiter.**
- **Ist es gelungen, den Betroffenen aus der Finallage zurückzuholen, gelten für das weitere die Voraussetzungen der Zeitlage gemäß der mentalen Finallage**

Grundsätzliche Hinweise zur Betreuung von Hinterbliebenen nach einem Suizid

Suizid ist die am stärksten tabuisierte Todesursache in der Gesellschaft. Diese Tabuisierung erschwert Angehörigen und Bekannten die Annahme der Tatsache und das Trauern um einen Menschen, der sich das Leben genommen hat. Suizid ist nicht nur ein Tod, er ist oft ein gesuchter Ausweg und häufig auch eine Gewalttat, eine sehr endgültige Form, eine Beziehung zu beenden. Er konfrontiert mit äußerster Machtlosigkeit und löst massive Schuldgefühle aus.

Es ist relativ sinnlos, Trauernden im ersten Jahr die Unvernunft ihrer Schuldgefühle beweisen zu wollen. Ebenso nützt es nichts, „die Wahrheit“ über einen toten Menschen und die Beziehung zu den Hinterbliebenen klären zu wollen.

Schuldbewusstsein ist unabhängig von tatsächlichen Versäumnissen innerhalb einer Beziehung. Die Überlegungen - schuldig oder nicht - spielen sich ausschließlich im eigenen Kopf ab und nehmen kein Ende.

Unterstützung bedeutet, Trauernden Zeit zu lassen. Hilfreich ist die Bereitschaft, zuzuhören und nachzufragen und die Fähigkeit, starke Gefühle von Traurigkeit, Unverständnis, Wut und Sehnsucht auszuhalten und zu begleiten.

Sterben durch Suizid

Angst, Schrecken und Gewalt spielen sich rund um eine Selbsttötung ab, aber das Sterben selbst unterscheidet sich nicht von jedem anderen Tod.

Die Wirkung auf Hinterbliebene kann sehr unterschiedlich sein. Es kann sein, dass der Betroffene den Tod als Erlösung aus einer für ihn aussichtslosen Lage gesucht hat.

Es kann aber auch sein, dass der Suizid aus einer enttäuschten Beziehung heraus sich gegen den Beziehungspartner gerichtet darstellt.

Hinterbliebene nach einem Suizid haben keine Wahl. Sie müssen den Tod des Betroffenen annehmen, gleichgültig, ob sie die Entscheidung gutheißen oder nicht.

Da kann die Möglichkeit, der Verstorbene könnte seinen Tod wirklich gewollt haben, den Hinterbliebenen die Einsicht erleichtern. Dann ist es hilfreich, wenn sie ihren eigenen Widerstand gegen diesen Tod trennen können von dem anzunehmenden Einverständnis des sterbenden Menschen mit seinem Tod.

Bei einer Beziehungstat sind die mentalen Bedingungen anders. Es ist mit hoher Wahrscheinlichkeit mit einer traumatisierenden Wirkung zu rechnen. In solchen Fällen ist professionelle Hilfe angezeigt.

Konkrete Hinweise zur „Psychischen Ersten Hilfe“ bei Hinterbliebenen nach vollzogenem Suizid

- **Überblick verschaffen**
- Wer ist wer? Was geschieht? Nach einem Suizid zu Hause sind bis zu 15 fremde Menschen in der Wohnung, die ganz sachlich an der „Leichensache“ arbeiten. Das wirkt chaotisch.
- **Gefühl geben: ich bin für Dich da**
- Der Ersthelfer sollte dem Angehörigen das Gefühl geben, dass jemand für ihn da ist, den er alles fragen kann, der ggf. erklärt, was da vor sich geht.
- **Den Hinterbliebenen sichtbar machen, dass man sich für sie Zeit nimmt**
- (z.B. Jacke ausziehen, hinsetzen);
- **Ggf. Situation (nicht Hintergründe) transparent machen** – nicht bagatellisieren; **unaufdringlich bleiben und aushalten**

Hinweise für das weitere Vorgehen

Es gibt kein Patentrezept, aber einige Regeln sind hilfreich:

- **Auf die Bedürfnisse des Betroffenen eingehen**, kein Gespräch aufzwingen, mehr zuhören als reden;
- **Pausen (Schweigen) zulassen und aushalten**. Erst wenn die Pause als Belastung für den Gesprächspartner erscheint, sollte man ihn entlasten, z.B.: *„Ich weiß nicht genau, was jetzt in ihnen vorgeht - mögen sie es mir sagen?“*
- **Die häufigste Frage, das „Warum“, können wir nicht beantworten**. Es ist besser, das Schweigen, die Sprachlosigkeit und das Entsetzen auszuhalten.
- **Volkstümliche Trostworte** wie „Alles wird wieder gut“ oder „Sie finden wieder eine Frau“ **sind absolut fehl am Platz!**
- **Eigene Aktivitäten der Betroffenen zulassen bzw. fördern** (z.B., wenn sie Kaffee kochen oder telefonieren wollen). Eine Geste wie „Bleiben sie sitzen, ich mache das jetzt alles für sie“, entspricht einer gut gemeinten Entmündigung und verstärkt die Hilflosigkeit. Diskreter Körperkontakt ist nicht tabu. Er ist oft die einzige Form, jemanden zu erreichen.
- **Den Betroffenen nicht allein zurücklassen**. Übergabe zu treuen Händen an Freunde, Verwandte, zuverlässige Nachbarn pp.sicherstellen.
- **Ggf. Brücken bauen** zur psychologischen Betreuung, zur Selbsthilfegruppe, zum Therapeuten, zum Arzt, zum persönlichen Seelsorger etc.

Leitsätze für das Gespräch mit Suizidgefährdeten – Übersicht –

1. Nehmen Sie jede Suizidabsicht ernst.
2. Sprechen Sie eine klare Sprache und hören Sie aufmerksam zu.
3. Nehmen Sie sich Zeit.
4. Prüfen Sie gemeinsam Mittel, die das Leben bietet.
5. Lassen Sie sich niemals in seine Hoffnungslosigkeit hineinziehen.
6. Vorsicht! Die Fragen nach seinen Krisen könnten seine Panik noch vergrößern.
7. Finden Sie heraus, welche anderen Personen ihm wichtig sind.
8. Reden Sie ihn mit dem Vornamen an.
9. Zeigen Sie Angst um den anderen.
10. Gestehen Sie ihm die Möglichkeit zur Selbsttötung zu.
11. Versuchen Sie, eine Abmachung zu erreichen.
12. Vergegenwärtigen Sie sich, dass es nicht Ihre Schuld ist, wenn er es trotzdem tut.

Wenn jemand stirbt

Wenn jemand stirbt, dann sag' mir nicht: „Dein Freund ist verreist.“

Denk' doch einmal nach! Weißt du denn nicht, was ,reisen' für mich heißt?

Ich frage dich: „Warum sagte er mir nicht Lebewohl, auf Wiedersehen?

Warum ließ er mich ohne Gruß hier einsam traurig stehen?

Wie lange kommt er nicht zurück? Und er fehlt mir so zu meinem Glück!“

Er schlich sich fort wie ein Dieb. Hat er mich plötzlich nicht mehr lieb?

Wenn jemand stirbt, dann sag' mir nicht: „Er schläft in seinem Grab.“

Denk' doch einmal nach! Weißt du denn nicht, Welch' große Sorgen ich dann hab'?

Wann wird er wach im dunklen Grab, weil er doch gar nicht richtig starb?

Wird er dort unten überleben, kann der den schweren Deckel heben?

Und was geschieht, wenn ich einschlafe? Ob ich im Bett erwachen darf?

Oder werde ich dann im Grabe liegen?

Die Angst vor'm Schlaf wird mich besiegen!

Wenn jemand stirbt, dann sag' mir nicht: „Er starb, denn er war krank.“

Denk' doch einmal nach! Weißt du denn nicht, wie sehr ich um euch bang'?

Was ist, wenn euch ein Schnupfen quält, die Grippe euch im Bette hält?

Sterbt ihr und geht für immer fort, lasst mich allein an diesem Ort?

Und liegt ihr gar im Krankenhaus, ist euer Leben auch bald aus?

Wenn jemand stirbt, dann sag' mir nicht: „Gott holte ihn, weil er ihn liebt.“

Denk' doch einmal nach! Weißt du denn nicht, welches Gottesbild das gibt?

Wann holt euch Gott aus lauter Lieb, stiehlt Freunde mir als wie ein Dieb?

Holt er auch mich, wenn ich lieb bin? Dann macht das Gutsein wenig Sinn!

Ich möchte doch die Welt entdecken! Muss ich mich dann vor Gott verstecken?

Wenn jemand stirbt, dann bitte ich dich:

Ich bin ein Kind! Vergiss das nicht. Ich habe ein Recht auf Ehrlichkeit, besonders in der schweren Zeit!

Doch im Gespräch, denk' bitte stets daran, dass manches Wort verwirren kann.

Zeige mir einfach, wie es geht, weil das wohl jedes Kind versteht.

Lass uns gemeinsam trauern, handeln! Dann kann sich Angst in Mut verwandeln.

Christa Gundt

Wann ist professionelle Hilfe notwendig?

Bei Fortbestehen folgender Symptome nach ca. 6 Wochen

- wenn das Ereignis einziger Mittelpunkt der Gespräche oder des Spiels bleibt
- große Furchtsamkeit, spezifische Ängste
- Antriebslosigkeit, Freudlosigkeit
- starke Beeinträchtigung der Konzentration und Merkfähigkeit
- körperliche Beschwerden
- starke Selbstvorwürfe, Schuldgefühle
- wenn der Alltag nicht mehr bewältigt wird z.B. Schule, Freundeskreis, Sport, Hobby
- bei Realitätsverlust
- periodisch oder kontinuierlich „bizarres“ Verhalten oder „Stimmenhören“
- bei Selbstgefährdung
- Gewaltspiele oder -phantasien
- Risikoverhalten, Selbstverletzung
- bei Todesgedanken, -wünschen

Arbeitsgemeinschaft Notfallseelsorge und Krisenintervention im Kreis Steinfurt



Die Notfallseelsorge im Kreis Steinfurt

Die Notfallseelsorge im Kreis Steinfurt ist eine Einrichtung der Evangelischen und Katholischen Kirche im Kreis Steinfurt. Der Dienst der Notfallseelsorge ist eine Form der Seelsorge durch die Kirchen an den Menschen unserer Zeit. Die Notfallseelsorge nimmt auf, was die Kirche immer schon angeboten und geleistet hat und was zu ihrem Selbstverständnis zählt: die Begleitung von Menschen in Krisen, angesichts von Sterben und Tod, von Leid und Schuld.

Wir leisten „Erste Hilfe für die Seele“.

Speziell ausgebildete NotfallseelsorgerInnen betreuen Betroffene, Angehörige, Freunde, Arbeitskollegen und Augenzeugen in den ersten Stunden nach einem besonders belastenden Ereignis vor Ort mit dem Ziel, die akute Belastung zu verringern und Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Überreicht von:

Pfarrer Jörg Zweihoff

Rheiner Str. 403
49479 Ibbenbüren
05451 2776
joerg.zweihoff@kk-ekvw.de

**Umgang mit
traumatischen Ereignissen
bei Kindern und
Jugendlichen**

Außergewöhnlich belastende Ereignisse wie schwere Unfälle, das Erleiden oder Beobachten von Gewalt oder der Tod von nahen Angehörigen rufen bei Kindern und Jugendlichen sowohl emotionale als auch körperliche Reaktionen hervor, die sich in ihrem Verhalten zu Bezugspersonen und ihrer Umwelt zeigen.

Ihr Kind hat ein sehr belastendes Ereignis erlebt. Den altersgemäßen Ausdrucksmöglichkeiten des Kindes entsprechend wird es darauf reagieren und sein Leid auf seine ganz persönliche Weise ausdrücken.

Sie und Ihr Kind wurden von MitarbeiterInnen der AG Notfallseelsorge Kreis Steinfurt (NFS ST) betreut.
Mit diesem Faltblatt möchten wir die für Sie wichtigsten Informationen zur Hilfestellung für Ihr Kind zusammenfassen.

Mögliche Reaktionen von Kindern

- Furchtsamkeit, Schreckhaftigkeit
- Trennungängste
- Ängste in speziellen Situationen (oft auf das Ereignis bezogen)
- Traurigkeit, Weinerlichkeit
- plötzliche Aggressionsausbrüche
- Schlaf- oder Essstörungen
- Kindlicheres Verhalten als zuletzt
-

Mögliche Reaktionen von Jugendlichen

- Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit
- Sozialer Rückzug
- Aggressives Verhalten
- Verlust von Zukunftsperspektiven
- Riskante Verhaltensweisen
- Substanzmittelmissbrauch, z.B. Alkohol, Drogen, Medikamente u.a.m.
-

In nächster Zeit können aber auch andere Beschwerden auftreten:

Weitere mögliche Symptome

- starke Nervosität, gesteigerte Aktivität
- Beeinträchtigungen der Konzentration und Merkfähigkeit
- auffallende Müdigkeit
- ständig wiederkehrende Bilder oder Gedanken an das Ereignis
- Alpträume
-

Viele dieser Reaktionen lassen üblicherweise in den nächsten Tagen und Wochen nach.

Sie können Ihr Kind unterstützen, indem Sie auf seine besonderen Bedürfnisse in dieser Situation eingehen und ihm Sicherheit und Geborgenheit vermitteln. Haben Sie Verständnis für seine vorübergehend kindliche-

ren Verhaltensweisen und sein vermehrtes Bedürfnis nach Zuwendung und körperlicher Nähe.

Der Heilungsprozess

Was können Sie für Ihr Kind tun?

- die Ängste des Kindes respektieren
- dem Kind behutsam helfen, über seine Gefühle und Befürchtungen zu sprechen
- Verbringen Sie bewusst mehr Zeit mit ihrem Kind
- regelmäßige Alltagsaktivitäten wieder aufnehmen
- Vermeiden neuer Belastungen
- aktive Freizeitgestaltung, Sport
- Vermitteln Sie Ihrem Kind das Gefühl von Schutz und Sicherheit

Hilfe für Jugendliche

- Information und Erklärungen über das, was geschehen ist
- Klarheit über das, was getan werden kann, Verlässlichkeit
- sorgfältig zuhören, Befürchtungen und Vorstellungen ernst nehmen
- Struktur im Alltag (Schule, Freundeskreis)
- Spiel, Erholung, Sport
- Klarheit und Kommunikation zwischen den Betreuungspersonen

Literatur, Arbeitshilfen und Kontaktadressen zum Thema „Suizid“¹⁶

Literatur

- AEBISCHER-CRETTOL, E. (2002): Aus zwei Booten wird ein Floß. Suizid und Todessehnsucht: Erklärungsmodelle, Begleitung und Prävention. Zürich, Haffmanns Sachbuch
- BRONISCH, Th. (1995): Der Suizid. München, Beck
- BRÜNDEL, H. (1993): Suizidgefährdete Jugendliche. München, Juventa
- BRÜNDEL, H. (1996): Suizidpräventionsprogramme in der Schule. Informationen für Schulpsychologinnen und Schulpsychologen. Heft 39, Soest
- BRÜNDEL, H. (2004): Jugendsuizidalität und Salutogenese. Hilfe und Unterstützung für suizidgefährdete Jugendliche. Stuttgart, Kohlhammer
- ENGLBRECHT, A. u.a. (2002): Krisenmanagement in Schulen. S. 95–109. Vertrieb: Ullmann.
- Balthasar-Neumann-Str. 8, 91438 Bad Windsheim. E-Mail: edwin.ullmann@t-online.de
- KÄSER-HEIDE, H. (2001): Bitte hört, was ich nicht sage – Suizidgefahr wirksam vorbeugen.
- München, Kösel
- KROEN, W. (1998): Da sein, wenn Kinder trauern. Hilfen und Ratschläge für Eltern und Erziehende. Freiburg, Herder
- OTZELBERGER, M. (2002): Suizid. München, dtv
- PAUL, C. (1998): Warum hast du uns das angetan? Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus
- SEDLAK, F. (2001): Ich will nicht mehr. Wege aus seelischen Krisen. Wien, Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft, Kultur. Bestellung über E-Mail: rene.preis@bmbwk.gv.at
- SONNECK, G. u.a. (2000): Krisenintervention und Suizidverhütung. Stuttgart, UTB

- **Arbeitsmaterial**
- BRÜNDEL, H. (1994): Suizidpräventionsprogramme in der Schule. Unterrichtseinheit zur Krisenintervention und Prävention für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe 1 und 2. Soest, Landesinstitut für Schule und Weiterbildung
- MICHEL, K. u.a. (2000): Richtlinien für das Verhalten in der Schule nach einem Suizid. In: ENGLBRECHT, A. u.a. (2002)

- **Belletristik**
- DEMPFF, P. (2000): Magritta. Selbstmord einer Schülerin. Bergisch-Gladbach, Wißner
- GÜNZEL-HORAZ, R. (2000): Hannah. Frankfurt/M., Fischer (Selbstmord einer Schülerin)
- HÖMMEN, C. (1989): Mal sehen, ob ihr mich vermisst. Reinbeck, Rowohlt
- KORSCHUNOW, I. (2002): Die Sache mit Christoph. München, dtv
- MANZETTI, K. (1999): Es ist Schluss zwischen Gott und mir. Berg.-Gladbach: Beltz & Gelberg (Beschreibung des Suizids einer Schülerin aus der Sicht der Freundin)
- STEWART, M. (2000): Alles hinter sich lassen? Ravensburg, Ravensburger (Tagebuchaufzeichnungen eines 15-Jährigen)
- STROMBERGER, R. (1986): Tod eines Schülers. München, Goldmann

¹⁶ © Cornelsen Verlag Scriptor, Berlin – Erziehen – Themenband: In Krisen helfen

Kontaktadressen

- www.ak-leben.de: Homepage des Arbeitskreis Leben (AKL) in Baden-Württemberg und deren Angebote für Suizidgefährdete und Menschen in Lebenskrisen
- www.agus-selbsthilfe.de: Homepage der Angehörigengruppe um Suizid. Umfassende Hilfen und Links für Betroffene
- www.suicideinfo.org: Diese Website ist für Menschen bestimmt, die sich deprimiert fühlen und unter Depression leiden, die lebensmüde sind und sich mit Selbstmordgedanken tragen oder die sich diesbezüglich Sorgen um einen Freund oder Familienangehörigen machen. Die Informationsseiten in diesem Abschnitt finden Sie in Deutsch. Das internationale Verzeichnis der Helplines ist in englischer Sprache. Allerdings werden Sie dort an Tausende von Helplines in über 40 Ländern verwiesen.
- www.neuhland.de: „Kinder und Jugendliche bis 25 Jahre, die nicht mehr weiter wissen und daran denken, sich das Leben zu nehmen, können sich an neuhland wenden. Auch für Angehörige ist das Beratungsangebot offen. Wir helfen, indem wir zuhören, beraten und gemeinsam über neue Lebenswege nachdenken. In Notfällen können wir vorübergehend Jugendliche in einer unserer Krisenwohnungen aufnehmen. Diese Möglichkeit der Hilfe in Krisen ist in Deutschland einmalig.“

Internetadressen:

www.allesistanders.de
www.veid.de
www.trauer.org
www.kindertrauer.org/
www.notfallseelsorge.de
www.trauerseelsorge.de
www.trauernetz.de
www.trauerland.org
www.leben-ohne-dich.de

Suizid:

www.suizidprophylaxe.de
www.agus-selbsthilfe.de
www.suizidpraevention-deutschland.de

Angebote des Medienzentrums Kreis Steinfurt¹⁷

Medienbestellung:

www.kreis-steinfurt.de → Ämter → Medienzentrum
02551 69-1590
medienzentrum@kreis-steinfurt.de

¹⁷ Stand 01.11.2017, weitere Angebote im Medienkatalog des Medienzentrums

Die Angaben in Klammern beziehen sich auf die Klassenstufe.

46 02725

Was kommt danach? Tod und Jenseits 24 min, f

A(5-7); FÖ 2010

Warum müssen wir sterben und was passiert nach dem Tod? Die jugendlichen Moderatoren Sabrina und Torsten stoßen auf unterschiedlichste Antworten. Auch die Philosophen Platon und Martin Heidegger sind sich bei dieser Frage nicht ganz einig und tragen ihre kontroversen Thesen in unterhaltsamer Mini-Animation vor. Das Medium zur kinderphilosophischen Reihe "Nächster Halt" ermöglicht den Schülerinnen und Schülern sich dem heiklen Thema Tod auf sensible, ehrliche und unverkrampfte Weise zu nähern.

Zusatzmaterial ROM-Teil: 9 Arbeitsblätter (AB 1 Lebenslasten; AB 2 Warum wir sterben?; AB 3 Quiz; AB 4 Exkursion zum Friedhof; AB 5 Platons Seelenlehre; AB 6 Heidegger; AB 7 Nach dem Tod; AB 8 Bräuche rund um den Tod; AB 9 Und jetzt?); Filmtext; Links; 3 Vorschläge zur Unterrichtsplanung.

46 10480

Tod und Begleitung 16 min, f

Wenn Menschen sterben

A(7-13); 2004

Leiden, Sterben und Tod gehören zu den Grundthemen menschlicher Existenz. Für den christlichen Glauben stehen die Hoffnung auf Auferstehung und ein Leben nach dem Tod im Vordergrund. Angst und Verdrängung bestimmen dagegen unseren alltäglichen Umgang mit Tod, Krankheit, Leid und Sterben, was heute nur noch selten in der Familie durchlebt wird. Es wird vermittelt, wie unterschiedlich Menschen Sterben und Tod erleben und dass Leid und Schmerz aber auch eine intensive Beziehung und Hoffnung zu einem friedvollen Tod Abschied gehören können. Gespräche mit Betroffenen, die aus ihrer Sicht verschiedene Aspekte dieser Themen erläutern, bieten Anlass, über ein menschliches Verhalten gegenüber dem Sterben und Sterbenden nachzudenken, so dass unterschiedliche Vorstellungen vom Tod und dem, was nach dem Tod kommt, zu reflektieren sind.

46 11126

Checker Tobi: Der Leben - und - Sterben - Check 25 min, f

A(3-5) 2016

Tobi geht der Frage nach, was passiert, wenn das Leben endet oder liebe Menschen gestorben sind. Mit Kindern, die nahe Angehörige verloren haben, erlebt Tobi, dass Lachen und Trauern eng beieinander liegen. Er begegnet einem schwer kranken Mann, der ohne Angst dem Tod entgegen sieht. Rituale, die helfen, mit dem Verlust eines lieben Menschen umzugehen, lernt Tobi im Hospiz, mit einer Bestatterin und auf dem Friedhof kennen. Umfangreiches, teilweise differenziertes Arbeitsmaterial rundet die Produktion ab. Für einen barrierefreien Unterricht liegt der Film zusätzlich in einer Fassung mit Untertiteln vor.

46 60689

Mäusespecial aus der Sendung mit der Maus

Abschied von der Hülle 29 min, f

A(3-4); FÖ 2004

Die Maus-Sachgeschichte zum Totensonntag ist ein Erfahrungsbericht. Erzählt wird vom plötzlichen Tod des Zwillingsbruders von Armin, der zu Beginn des Films gleichsam als zweiter Armin vorgestellt wird. Er heißt Eckhardt. An die Beobachtung eines Bestattungswagens und die dadurch empfundene Frage: was geschieht, wenn ein Mensch stirbt? - erzählt Armin, welche Schritte er tun muss, um das Begräbnis seines Bruders vorzubereiten, und davon, wie es ihm in dieser Zeit ergeht. Auf diese Weise erzählt der Film von einem tabuisierten Teil unseres Lebens, der von Kindern - trotz ihres Interesses und ihres Fragens - oft ferngehalten wird. Der Film ermutigt, Abschied bewusst zu erleben und zu gestalten.

46 60738

Menschen unter uns

Asphaltkreuze 29 min, f

Schicksale auf unseren Straßen

A(8-13); Q; T; 1988

Der Film geht den Holzkreuzen am Straßenrand nach, die zum Gedenken an einen Verkehrstoten aufgestellt wurden. Zu Wort kommen betroffene Familienangehörige und Unfallverursacher - das Ausmaß menschlichen Leids, welches meist vermeidbar wäre, wird deutlich.

46 61393

Mein Leben ohne mich 102 min, f

A(8-13); 2003

Eine 23-jährige Frau und Mutter zweier Kinder erfährt, dass sie nur noch kurze Zeit zu leben hat. Sie nutzt die verbleibende Spanne, um das Leben ihrer Familie für die Zeit nach ihrem Tod zu ordnen, das Verhältnis zu ihren

eigenen Eltern ins Reine zu bringen und sich noch einmal zu verlieben.

Zusatzmaterial: Kinotrailer; TV-Spots; Interviews mit Cast & Crew; Making Of; B-Roll; Videoclip "Humans like you".

46 61747

Tabuthema Tod 17 min, f

A(7-9) 2006

Der Film zeigt, dass Jugendliche mit Sterben und Tod in ihrer näheren Umgebung konfrontiert werden können, zum Beispiel durch den Tod der geliebten Großmutter oder eines Mitschülers. Er zeigt die unterschiedlichen Möglichkeiten zu trauern und gibt Hinweise, wie man sich als Freund oder Freundin oder als Klasse einem Trauernden gegenüber verhalten kann. Außerdem beschreibt er die Entstehung von Trauer- und Bestattungsritualen in den großen Weltreligionen, beispielsweise auf muslimischen und jüdischen Friedhöfen in Deutschland, und widmet sich schließlich der Frage nach einem Weiterleben nach dem Tod.

Zusatzmaterial: Kapitelnwahl, Stichwortwahl, Bildergalerie, Linkliste, Arbeitsblätter, Kommentartext.

46 61890

Hallo Jule, ich lebe noch 44 min, f

Jugendliche und Suizid

A(8-13) 2009

Jule arbeitet bei U 25, einer Internet-Beratungsstelle für suizidgefährdete Jugendliche. Annas Mails an Jule sind ehrlich und schonungslos. Sie schreibt von ihrem Drang sich zu ritzen, von ihrer Lebensangst, ihrem Weltschmerz, von dem Gefühl der Leere und Einsamkeit, den immer wiederkehrenden Gedanken an Suizid. Jule war selbst schon suizidgefährdet und kennt dieses Gefühl: Angst zu haben vor dem Leben, aber keine vor dem Tod. Der Film erzählt aus den Lebens-Geschichten der beiden Mädchen und wie es Anna letztendlich mit Hilfe von Jule gelingt, wieder Lebensmut zu entwickeln. Er erzählt auch von Julian und Alexandra, die damit leben müssen, den Freund, die Schwester durch Suizid verloren zu haben.

46 62103

Da unten - Under there 3 min, f

A(3-13) 2006

Ein kleines Mädchen spielt auf dem Friedhof Fußball. Ein vorbeikommender Mann spricht sie an und erfährt zu seiner Verwunderung, dass sie mit ihrem Bruder spielt, der dort begraben liegt. Er erklärt ihr, dass ihr Bruder im Himmel sei und nicht mit ihr spielen könne. Das Mädchen sieht das anders.

Zusatzmaterial: Material-Sammlung.

46 62123

Die Besten Beerdigungen der Welt 19 min, f

A(3-5) 2008

Drei Kinder wissen nichts mit sich anzufangen. Da findet die Älteste, Ester, eine tote Hummel und schlägt vor, es zu beerdigen. Der etwas jüngere Ich-Erzähler gruselt sich ein wenig vor dem toten Tier, erklärt sich aber bereit, ein Abschiedsgedicht zu sprechen. Auf ihrer geheimen Lichtung findet die Zeremonie statt. Dann suchen sie weitere Tiere, die im Wald verstorben sind und entdecken eine tote Spitzmaus. Auch diese wird feierlich beigesetzt. Dem kleinen Putte wird nebenbei erklärt was es bedeutet, tot zu sein. Die Kinder beschließen, ein Beerdigungsunternehmen zu gründen und trösten eine Freundin, deren Hamster gerade gestorben ist. Doch dann erleben sie per Zufall den direkten Übergang vom Leben in den Tod, als eine Amsel gegen die Scheibe prallt.

Zusatzmaterial: Making of; Bilderbuchkino; Bildergalerie. Zusatzmaterial ROM-Teil: Infos zum Film und Materialien; Infoblätter; Unterrichtsideen/Methodische Tipps; Arbeitsblätter; Bildergalerie; Medientipps; Drehbuch zum Film; Textheft.

46 62197

Wohin gehen wir, wenn wir sterben? 15 min, f

A(3-6) 2004

Berliner Kinder im Alter von fünf bis elf Jahren stellen sich den Fragen, was wohl passiert, wenn man stirbt. Gibt es ein Jenseits, kommt ein Engel, um die Seele zu holen, und wie ist es im Paradies? Die Antworten der Kinder geben tiefe Einblicke in ihre Vorstellungswelt, die weniger von Angst geprägt zu sein scheint als die der Erwachsenen.

Zusatzmaterial ROM-Teil: Arbeitsblätter; Infoblätter; Didaktisch-methodische Tipps; Medientipps; Linkliste; Szenenbilder; Unterrichtsvorschläge; Making Of.

46 62254

Der zweite Bruder 29 min, f

A(7-10) 2007

Der Film thematisiert die Probleme einer Familie, die vom Selbstmord eines Kindes getroffen worden ist. Der junge Tobias versucht den Verlust des Bruders zu verarbeiten und kämpft gegen die Verdrängungsversuche der Eltern an.

46 62532**Suicide Club** 96 min, f*Manchmal lebt man länger als man denkt*

A(8-13) 2010

Ein alternder Misanthrop, eine esoterische Hausfrau, ein gemobbter Schüler, ein melancholischer Rocker und eine vorgeblich angstlose Amazone verabreden sich zum gemeinsamen Selbstmord. Bei Sonnenaufgang wollen sie von einem 20-stöckigen Wohnhaus springen. Da die erwachende Stadt den Zeitplänen einen Strich durch die Rechnung macht, und die Tür verriegelt ist, wollen sie den nächsten Versuch bei Sonnenuntergang wagen. Doch der auf dem Dach verbrachte Tag lässt die fünf an ihrem Vorhaben zweifeln.

Ganz undidaktisch vermittelt die wunderbare, mit stimmungs- wie gefühlvoller Musik veredelte Mischung aus Blues und Spaß den Wert des Miteinanders und der Freundschaft. Das ist nachdenklich, anrührend persönlich und bleibt doch immer locker. Eine Hommage an das Leben.

46 62994**Der unsterbliche Tod** 30 min, f*Zwischen Tarif und Tradition*

A(8-13) 1999

Die Betrachtung unterschiedlichster Sterbe- und Todeszeremonien in verschiedenen Kulturen und Epochen zeigt sowohl für die Vergangenheit als auch für die Völker anderer Kulturen die gesellschaftliche Bewältigung des Sterbens und damit die Integration des Todes "in das Leben". Ausgehend von der heutigen Situation, in der das Sterben zunehmend gesellschaftlich ausgegrenzt wird, bietet die Sendung die Möglichkeit, sich mit gesellschaftlichen Tendenzen auseinanderzusetzen.

46 62998**Wenn die Hoffnung stirbt, beginnt die Trauer** 15 min, f

A(9-13) 2008

Mit nur zwölf Jahren stirbt Leonhard Korbinian Meyer an Leukämie. Der Film erzählt Leos Geschichte. Es ist eine Geschichte von Freundschaft, Liebe, Hoffnung und Tod - erzählt von seinen Eltern, den Freunden Klara, Patrick und Moritz sowie seinen Lehrerinnen.

Im Mittelpunkt des Filmes steht ein Buch, das zwischen Leo und seiner Klasse über Jahre hin und her gewandert ist. Texte aus längst vergangenen Tagen - auch von Leo - erfüllen den Raum und hinterlassen eine unheimliche Stille. Leos Stille. Die Stille nach seinem Tod. Und doch sind Leos Fußspuren im Leben so lebendig und unmittelbar, dass auch die Trauer über seinen viel zu frühen Tod, viel Raum für Hoffnung lässt.

46 63000**Warum wollte Jakob sterben?** 30 min, f

A(8-13) 2010

Jakob war 13 Jahre alt, als er sich das Leben nahm. Für alle, die ihn kannten, war seine Entscheidung unvorstellbar, nicht zu erklären, schon gar nicht zu begreifen. Bis heute bleibt die Frage: "Warum?"

Der gewählte Tod eines Kindes ist eines der größten Tabuthemen. Jakobs Eltern, seine Geschwister, Schulkameraden und Lehrer haben sich fünf Jahre nach der Selbsttötung von Jakob entschieden, dennoch darüber zu sprechen. Sie erzählen von einem fröhlichen, verschmitzten, Fußball-verliebten Jungen, dem niemand eine solche Tat gegen sich selbst zugetraut hätte. Seine Familie und Freunde sagen, dass sie diese Erfahrung nie verarbeiten können. Aber in kleinen Schritten finden sie zurück ins Leben - durch Hilfen, Gespräche und Offenheit. Der Film ist ihr Beitrag, um anderen in ähnlichen Situationen zu zeigen, dass sie nicht alleine sind.

46 63001**Todes-Mutig** 29 min, f*Ehrenamtliche Sterbebegleitung*

A(9-12) 2010

Zwei Sterbebegleiter beim Beginn ihrer ehrenamtlichen Arbeit in einem Hospiz: Günter Hädinger musste sich durch den frühen Unfalltod seines Vaters mit dem Thema Sterben auseinandersetzen. Diese Erfahrung hat ihn geprägt. Er dachte viel darüber nach, wie es ist, wenn der Lebensplan durch Krisen ins Wanken kommt - wenn man daran zweifelt, ob man auf dem richtigen Weg ist. Petra Runggaldier verlor eine enge Freundin und bewarb sich deshalb für das außergewöhnliche Amt.

Wie verarbeiten sie die Begegnung mit dem Tod? Verändern sie sich durch die Erlebnisse? Bereuen sie ihre Entscheidung manchmal?

46 63517**Lebensmüde** 44 min, f

A(7-9), FÖ; SO 2013

Conny und Lukas suchen eine neue Sängerin für ihre Band. Am liebsten würde Conny seine Cousine engagieren, die seit kurzem wieder in der Stadt ist und eine Wahnsinnsstimme hat. Doch Hannah ist nicht mehr das mutige und lebensfrohe Mädchen von früher, sondern nur noch ein Schatten ihrer selbst. Sie fühlt sich unsichtbar, wertlos und ungeliebt von ihrer Mutter, die zum x-ten Mal wegen einer neuen Liebe die Stadt gewechselt hat. Als Hannah im

Internet auf ein Selbstmordforum stößt und dort eine vermeintliche Leidensgenossin kennengelernt, gerät sie zunehmend in Gefahr. "Wir sind dann mal weg", lautet schließlich der letzte Eintrag der Mädchen und bei Conny, Lukas und Kommissar Meiningen schrillen die Alarmglocken.
Zusatzmaterial: Arbeitshilfe (PDF).

46 63723

About a Girl 106 min, f

Das Leben steckt voller Überraschungen

A(8-13), J 2014

Charleen, fast 16, hört Lieder von verstorbenen Musikern, fotografiert tote Tiere und macht ein Praktikum beim Bestatter. Kein Wunder, dass sie schlecht drauf ist – denken ihre Mutter, ihre Freundin und später auch die Frau vom Sozialamt. Doch niemand versteht sie wirklich. „Das Universum kann jeden Moment auf uns fallen!“ Das ist doch bedrohlich, oder? Warum reden dann alle nur über Pickel oder die Wirtschaftskrise? Charleen hat keinen Bock mehr auf das Geschwätz in der Schule, auf das Erwachsenwerden, auf ihre nervige Familie. Alles, was sie will ist Ruhe, am besten für immer. Mehr aus einer Laune heraus will sie Schluss machen mit ihrem Leben. Doch dann geht der Trubel erst richtig los, denn Charleen wacht im Krankenhaus auf, muss ihre Entscheidung erklären und lernen, mit sich und dem Leben klarzukommen.

46 63735

Der Sinn des Lebens 30 min, f

A(11-13); Q 2015

Viktor Staudt sah keinen Sinn mehr in seinem Leben und sprang vor einen Zug. Er überlebte. Obwohl er seine Beine verlor, findet er sein Leben heute wieder lebenswert. Daniel Kleinfeldt betreut einen Jungen, der ohne Vater aufwächst. Sein Ehrenamt empfindet er als sinnvoll und bereichernd. Mario Julen ist ein erfolgreicher Unternehmer. Er scheint alles zu besitzen, was man sich wünschen kann, doch er erleidet eine schwere Sinnkrise. Angelika Saul verlor bei einem Unfall ihre gesamte Familie. Sieht sie noch einen Sinn in ihrem Leben? Die Psychologin Tatjana Schnell forscht über den Sinn des Lebens. Aber gibt es den überhaupt?

Zusatzmaterial: Viktor Staudt (ca. 32 min); Tatjana Schnell, Psychologin (ca. 18 min).