

„Abschied nehmen“ – RAINBOWS-Begleitung für Kinder/Jugendliche und Familien bei Tod naher Bezugspersonen

RAINBOWS bietet für Kinder/Jugendliche im Alter zwischen 4 und 17 Jahren nach dem Tod eines geliebten Menschen eine bedürfnisorientierte und individuelle Unterstützung zur Bewältigung dieser schwierigen Lebenssituation. Dieses Angebot erfolgt zeitlich und örtlich flexibel, angepasst an die Bedürfnisse der Betroffenen. Kinder und Jugendliche können einzeln oder mit ihrer Familie oder in einer RAINBOWS-Gruppe nach einem Todesfall begleitet werden. Die betroffenen Kinder werden in ihren eigenen Ressourcen im Umgang mit dem Tod gestärkt, erfahren eine kreative Förderung ihres Trauerprozesses und lernen auf ihre Bedürfnisse angepasste Abschiedsrituale kennen.

In der Begleitung von Kindern/Jugendlichen, die von einem Todesfall betroffen sind, sollen vier thematische Säulen abgedeckt werden: Der Tod, das Erinnern, die Gefühle und die Zukunft.

a) Der Tod als sachliches, emotionales und spirituelles Phänomen löst eine Fülle von Fragen oder Vorstellungen aus, die Raum brauchen, um gestellt und besprochen zu werden. Bei RAINBOWS haben die Kinder die Möglichkeit, alle Fragen zu stellen und erhalten altersgemäße, ehrliche Antworten.

b) Das Gestalten von Erinnerungshilfen ermöglicht einerseits den Erhalt der Beziehung zur verstorbenen Person, andererseits eine entlastete Weiterentwicklung, weil etwas Bleibendes bewahrt werden kann. Das Gestalten von Erinnerungsboxen oder -büchern unterstützt die Kinder bei, sich an den/die Verstorbenen/e zu erinnern.

c) Bei allen Verlusterlebnissen und Trauerreaktionen kommt es zu einem Gemisch von emotionalen Reaktionen, welche von den Betroffenen oft als irritierend empfunden wird. Sogenannte negative Gefühle wie Wut, Schuld, Scham u. a. erscheinen als unangemessen. Die RAINBOWS Angebote schaffen Raum dafür, dass die Bandbreite von Trauerreaktionen zugelassen werden kann, dass „unnormales Denken und Fühlen“ normalisiert werden kann, dass altergemäße Ausdrucksformen gefunden und erlaubt werden können und dass das Verständnis das eigene innere Reagieren gefördert wird.

d) Innerhalb der Familie sind Kinder auf die Entscheidungen der Erwachsenen angewiesen und können ihre Bedürfnisse und ihre Ängste nicht kommunizieren. Hier kann RAINBOWS den Kindern Raum geben sich zu äußern, Ermutigung zu finden, Ressourcen zu entdecken und Vertrauen in die Zukunft zu entwickeln. Das ist besonders wichtig, um trotz des Verlustes Motivation für die jeweilige altergemäße Entwicklungsaufgabe zu behalten.

Ziele der RAINBOWS-Begleitung nach Tod

Ziele in Bezug auf die betroffenen Kinder/Jugendlichen:

- Dem Kind Selbstsicherheit vermitteln: „Ich/es bin/ist normal, wie ich mich fühle. Meine Art zu trauern ist richtig.“ „Ich darf leben, auch, wenn ... tot ist...“
- Der Trauer Begriffe und Sprache geben: „Es gibt Worte für meine Trauer.“
- Sicherheit und Orientierung durch Information geben: „Sag mir wie es war....“ , „Ich will wissen, wie es weitergeht!“
- Adäquaten Umgang mit Gefühlen lernen: „Ich darf alle meine Gefühle empfinden.“
- Rahmen und Möglichkeiten für unterschiedliche Möglichkeiten Trauer auszudrücken, geben: „Ich habe viele Wege etwas mitzuteilen.“

- Ressourcen des Kindes bei sich und im sozialen Netz entdecken und stärken: „Ich bin nicht allein und ich kann mein Leben bewältigen.“
- Perspektiven für Chancen der Veränderung in der Zukunft entwickeln: „Ich darf hoffen und erwarten, dass trotz allem etwas Gutes wachsen kann.“

Ziele in Bezug auf die Elternteile/Bezugspersonen:

- Vermitteln, dass jedes Familienmitglied ein Recht auf seine individuelle Trauer hat.
- Förderung der Offenheit der Erwachsenen in der Auseinandersetzung mit dem Tod in der Kommunikation mit dem Kind/den Kindern.
- Stärkung der Rolle der Elternteile bzw. nahen Bezugspersonen, Weitergabe jener Informationen, die es ihnen ermöglichen, die bei deren Trauer zu unterstützen.

Ablauf

Die betroffenen Familien/Bezugspersonen nehmen mit der RAINBOWS-Landesstelle im Bundesland Kontakt auf. Nach einem ausführlichem Gespräch (betroffene Kinder, wer ist verstorben, Zeitpunkt des Todesfalls, Beziehung des Kindes/der Kinder zum/zur Verstorbenen, Todesursache, Teilnahme am Begräbnis, etc.) wird entschieden, welche Art der Begleitung den Bedürfnissen des Kindes/der Familie am besten entspricht. Die RAINBOWS-MitarbeiterIn bei Tod nimmt daraufhin mit der Familie Kontakt auf und vereinbart ein erstes Gespräch.

Das Team der RAINBOWS-MitarbeiterInnen bei Tod besteht aus erfahrenen RAINBOWS-GruppenleiterInnen und ExpertInnen mit spezieller Zusatzausbildung, die diese bei RAINBOWS absolvieren.

Angebote

- **RAINBOWS-Gruppe nach Tod:** Gruppenpädagogische Begleitung (4 Kinder im gleichen Alter): ca. 7 Treffen à 1,5 Stunden und 2 Gespräche mit den Bezugspersonen
- **Familienbegleitung:** Begleitung im Rahmen der Familie mit dem Fokus auf die Kinder unter Einbeziehung der Bezugspersonen: ca. 7 Treffen und 2 Gespräche mit den Bezugspersonen
- **Einzelbegleitung** des Kindes/Jugendlichen: ca. 7 Treffen und 2 Gespräche mit den Bezugspersonen
- **Telefonberatung** für erwachsene Bezugspersonen und Jugendliche: Ein- bzw. bei Bedarf auch mehrmalig
- **Coaching von Fachpersonen/Berufsgruppen** (KindergartenpädagogInnen, LehrerInnen, ..) im Umgang mit den Kindern/Eltern/KollegInnen, wenn ein Kind/ein Elternteil/nahe Bezugsperson verstorben ist: einmalig bzw. nach Bedarf auch mehrmals. Auf Anfrage wird auch mit den Kinder und/oder Eltern und PädagogInnen gearbeitet.

Finanzierung

Die Eltern/Bezugspersonen bezahlen pro Einheit 38€, die RAINBOWS-Gruppe nach Tod kostet 126€. Mit diesen Beträgen sind zum Teil die Direktkosten der MitarbeiterInnen bei Tod abgedeckt, Organisation, Qualitätssicherung und Weiterentwicklung müssen zusätzlich finanziert werden. Falls Elternteile/Bezugspersonen nicht bezahlen können, versucht die Landesstelle SpenderInnen/SponsorInnen zu finden.

Inhaltlicher Ablauf einer RAINBOWS-Begleitung nach Tod

Erstgespräch mit den Bezugspersonen

1. *Einheit*: Kennen lernen, Fragen: Meine Antworten zum Leben und zum Tod
2. *Einheit*: Erinnern und Bewahren: Gestalten einer Erinnerungsbox/-buch/-bild
3. *Einheit*: Meine liebste Erinnerung an den/die Verstorbene: u.U. Orte aufsuchen
4. *Einheit*: Gefühle: Weinen und lachen sind erlaubt
5. *Einheit*: Vertiefung Gefühle/Enttäuschung/Wut/Angst ausdrücken und Sorgen „entsorgen“
6. *Einheit*: Vertrauen/Zukunft gestalten: Wohlfühlmensen und -orte, (was brauche ich, damit es mir gut geht?)
7. *Einheit*: Was ich noch sagen möchte. Gestaltung von Abschiedsritualen.

Abschlussgespräch mit den Bezugspersonen

Methodik

Die Bearbeitung der einzelnen Themen erfolgt auf verschiedenen Ebenen mittels kreativer Ausdrucksformen (malen, basteln, gestalten, ..), über Geschichten und Bücher, über Gespräche, Rollenspiele oder über Bewegung.

Entscheidend ist aber nicht die Methode, sondern das Begleiten in einem Beziehungsgefüge, in dem Vertrauen zueinander und zu sich selbst wachsen kann. Dann wird ein Kind erleben, dass das Denken und Reden über Tod und Trauern nicht bedrohlich sein muss, sondern in eine Vorwärtsbewegung führt, die sich dem Leben zuwenden darf.

Praxisbeispiel

Zwei 5 und 8-jährige Schwestern verlieren ihren Vater durch eine plötzliche Erkrankung sehr schnell. Die auftretenden Gefühlsausbrüche der Kinder veranlassen die Mutter Unterstützung zu suchen. In einer kurzen Familienbegleitung konnte die Mutter hinsichtlich der „Normalität“ des Verhaltens der Kinder entlastet sowie Unklarheiten bezüglich der Todesumstände besprochen werden. Den Kindern konnte durch kreative Zugänge ein „sozial verträglicher Ausdruck“ ihrer Gefühle ermöglicht werden. Nach ca. 6 Monaten haben die beiden Mädchen an einer RAINBOWS-Gruppe nach Tod teilgenommen, die ihnen u. a. ermöglicht hat, zu erleben, wie andere Kinder eine vergleichbare Lebenssituation bewältigen.