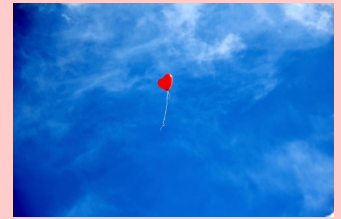




Thema Tod und Trauer in der Kita: eine besondere Herausforderung



Erstellt von der Fachstelle spirituelle Begleitung Kita: Luitgard Mittermaier/Julia Hofmann
Wir sind für Sie da!



Warum ist Tod und Trauer ein so anspruchsvolles Thema für uns als Kita-Personal?



Tod und Trauer gehören zum Leben – so sagt man. Und doch sind diese Themen für uns alle eine große Herausforderung. Im Kita-Bereich besteht die besondere Herausforderung darin, mehrere Perspektiven gleichzeitig im Blick zu behalten:

Zuallererst die unterschiedlichen Bedürfnisse der Kinder und die eigene Betroffenheit.

Dann kommen aber auch noch folgende Themenfelder hinzu: Die Kita-Familie, die Kita-Struktur und das Thema Schweigepflicht versus Transparenz.



Es gibt sehr viel zu bedenken und zu organisieren, trotz höchster Betroffenheit oder sogar Schockzustand.



Der Tod eines Kindes, eines Elternteils, einer Kollegin oder eines Kollegen oder eines anderen nahestehenden Menschen löst bei Fachkräften starke Gefühle aus, den aktuellen Fall betreffend, aber auch vergangene, persönliche Geschichten kommen hoch.

Das ist die besondere **Dynamik dieses Themas**.

Gleichzeitig brauchen Kinder Erwachsene, die ihnen Orientierung, Sicherheit und Verlässlichkeit geben. Das bedeutet nicht, die eigenen Gefühle zu unterdrücken.

Vielmehr geht es darum, sich der eigenen Betroffenheit bewusst zu sein und dennoch handlungsfähig zu bleiben.



Handlungsfähigkeit entsteht nicht dadurch, auf jede Frage sofort eine Antwort zu haben. Sie zeigt sich vielmehr darin, präsent zu sein, ehrlich zu reagieren, zuzuhören und Kindern Raum für ihre Fragen und Gefühle zu geben.

Eine gute Vorbereitung auf das Thema Tod und Trauer kann dabei helfen, in belastenden Situationen mit mehr Sicherheit und Zuversicht zu handeln.



Warum brauchen wir auch für den Fall von Tod und Trauer in der Kita einen Notfallplan?



Ein Notfallplan gibt Orientierung, wenn eine Einrichtung von einem Todesfall oder einem anderen belastenden Ereignis betroffen ist. In einer emotionalen Ausnahmesituation hilft er, schnell und besonnen zu handeln, Zuständigkeiten zu klären und wichtige Schritte nicht zu übersehen. Das entlastet die Mitarbeitenden und schafft **Sicherheit** – für das Team, die Kinder und ihre Familien.



Warum fällt es uns schwer, mit Kindern über Tod und Trauer zu sprechen?

Im Kita-Alltag sprechen wir mit Kindern selbstverständlich über viele Themen – auch über schwierige. Beim Thema Tod und Trauer geraten jedoch viele Erwachsene an ihre eigenen Grenzen. Eigene Erfahrungen, Ängste oder Unsicherheiten können dazu führen, dass wir das Thema lieber vermeiden oder dass wir befürchten, die Kinder damit zu belasten.



Kinder erleben Tod und Verlust jedoch als Teil ihrer Lebenswelt und haben Fragen, auf die sie ehrliche und altersgerechte Antworten brauchen. Es geht nicht darum, perfekte Erklärungen zu geben, sondern darum, zuzuhören, Gefühle ernst zu nehmen und Kindern verlässliche Begleitung anzubieten.



Nicht mit den Kindern über dieses Thema zu sprechen, weil wir sie schützen wollen, heißt dennoch, sie damit allein zu lassen.



Was mache ich mit meiner eigenen Betroffenheit?

Die eigene Betroffenheit ist eine normale und menschliche Reaktion. Sie muss nicht versteckt oder verdrängt werden. Entscheidend ist, die eigenen Gefühle wahrzunehmen und einzuordnen, damit sie das pädagogische Handeln nicht unbewusst bestimmen.

Kinder brauchen keine Erwachsenen, die keine Gefühle zeigen. Sie brauchen Erwachsene, die trotz ihrer Betroffenheit präsent, verlässlich und **handlungsfähig** bleiben.



Dabei kann es entlasten, sich im Team auszutauschen, Unterstützung von außen anzunehmen und sich bewusst Zeit für die eigene Verarbeitung zu nehmen. Wer gut für sich selbst sorgt, kann auch Kinder in ihrer Trauer besser begleiten.

Wichtig ist, um die eigene Betroffenheit zu wissen und gleichzeitig „neugierig“ und offen für die Bedürfnisse und Fragen der Kinder zu sein.



Darf ich vor den Kindern weinen?

Ja. Tränen sind eine natürliche Reaktion auf Trauer. Wenn Erwachsene ihre Gefühle zeigen und benennen, können Kinder erleben: Trauer und Schmerz dürfen da sein.



Für die Kinder kann hilfreich sein, die eigenen Tränen in einfachen Worten einzuordnen, z.B. „Ich bin traurig, deshalb muss ich gerade weinen.“

Gleichzeitig brauchen sie das Gefühl, dass sie mit ihren Fragen und Ängsten nicht allein sind. Eine mögliche Antwort kann sein: „Ich bin traurig. Und wir sind gemeinsam hier.“ Oder: „Ich bin traurig. Und irgendwann werde ich auch wieder lachen.“



So erleben Kinder, dass Trauer Platz haben darf und dass Gefühle nicht bedrohlich sind. Erwachsene dürfen Gefühle zeigen und bleiben dennoch verlässlich und handlungsfähig. Kinder dürfen erleben: **Gefühle können stark sein und trotzdem ausgehalten werden.**



Gibt es Grundregeln, wie ich mit Kindern über Tod und Trauer sprechen kann?

Ja. Einige Grundsätze können Orientierung geben:

- **Bei der Wahrheit bleiben:** Kinder brauchen ehrliche, altersgerechte Informationen. Sie müssen nicht alles sagen, aber was Sie sagen, sollte wahr und verständlich sein.
- **Zuhören statt vorschnell erklären:** Oft möchten Kinder zunächst erzählen, Fragen stellen oder ihre Gedanken mitteilen. Geben Sie ihnen dafür Raum. (Das schafft auch Entlastung für Sie.)
- **Die Fragen der Kinder aufgreifen:** Beantworten Sie das, was Kinder tatsächlich wissen möchten – nicht mehr und nicht weniger. Kinder stellen meist genau die Fragen, die sie in diesem Moment beschäftigen und wo sie eine klare Antwort benötigen.
- **Gefühle zulassen.** Trauer, Wut, Angst, Verunsicherung oder auch Lachen haben ihren Platz. Oft wechseln bei Kindern Gefühle sehr schnell. Auch ein scheinbares Unbeteiligt-sein ist ein wichtiger Schutzmechanismus. Es gibt kein „richtiges“ oder „falsches“ Trauern.



Kinder brauchen keine perfekten Antworten. Sie brauchen Erwachsene, die ehrlich, aufmerksam und verlässlich an ihrer Seite sind.



Ich möchte Kinder vor diesem schweren Thema schützen. Warum geht das nicht?



Der Wunsch, Kinder vor Schmerz und Trauer zu bewahren, ist verständlich. Gleichzeitig gehört der Tod zum Leben – und Kinder nehmen Verluste, Veränderungen und die Gefühle der Erwachsenen wahr. Sie beobachten Stimmungen, Mimik und Verhalten sehr genau. Wenn etwas Belastendes geschieht, spüren sie, dass etwas nicht stimmt.



Kinder zu schützen, bedeutet deshalb nicht, das Thema zu verschweigen. Im Gegenteil: Werden Kinder mit ihren Wahrnehmungen und Fragen allein gelassen, entwickeln sie häufig eigene Erklärungen, die belastender sein können, als die Wirklichkeit.



Schutz entsteht durch ehrliche, altersgerechte Informationen und eine verlässliche Begleitung. Kinder müssen nicht vor der Wahrheit bewahrt werden – sie brauchen Erwachsene, die ihnen die Wahrheit so erklären, dass sie sie verstehen können und sich dabei sicher und begleitet wissen.



Das gilt auch bei besonders erschütternden Ereignissen wie Fehlgeburt, Gewalt, Tötung oder Suizid. Gerade dann nehmen Kinder die Erschütterung der Erwachsenen und die Veränderung in ihrer Umgebung sensibel wahr, auch wenn nicht darüber gesprochen wird. Sie brauchen deshalb aufrichtige, ihrem Alter entsprechende Antworten, Orientierung und Menschen, die ihnen vermitteln: Du darfst Fragen stellen, du darfst traurig, wütend oder verunsichert sein. Und du bist damit nicht allein.



Wie können wir den Kindern in den nächsten Tagen in der Kita begegnen?

Gerade in belastenden Zeiten kann der vertraute Alltag in der Kita Kindern Halt geben. Gewohnte Rituale, vertraute Abläufe und gemeinsames Spielen vermitteln Sicherheit und Verlässlichkeit. Besonders wenn die Atmosphäre zu Hause sehr belastet ist, kann die Kita ein Ort sein, an dem ein Kind für eine Weile einfach **Kind sein darf**.



Nehmen Sie wahr, was das einzelne Kind gerade braucht. Möchte es spielen, lachen und ein Stück Normalität erleben? Oder braucht es für das Geschehene Raum?

Oft verarbeiten Kinder Erlebtes im Spiel. Manchmal kommt die Trauer ganz unerwartet zum Ausdruck – durch Tränen, Wut oder scheinbar überraschende Gefühlsausbrüche. Nicht immer sprechen Kinder, wenn sie verarbeiten. Auch Rückzug kann Ausdruck der Trauer sein.



Jegliche Reaktion ist in Ordnung. Kinder trauern nicht nach einem festen Plan und nicht alle auf die gleiche Weise.



Bleiben Sie mit den Eltern bzw. Sorgeberechtigten im Austausch. So können Sie gemeinsam wahrnehmen, wie es dem Kind geht und was es gerade braucht. Wichtig ist, dass das Kind **zumindest einen Ort** für seine Trauer findet – in der Familie, in der Kita oder an einem anderen vertrauten Ort.



Was trägt in der Krise?

In einer Krise trägt vor allem das Miteinander. Das Gefühl der **Verbundenheit**, gegenseitige Unterstützung und ein offener Austausch geben Halt und Orientierung.

Niemand muss eine belastende Situation allein bewältigen.



Für Teams bedeutet das, miteinander im Gespräch zu bleiben, Aufgaben zu teilen und sich gegenseitig zu entlasten. Auch für Kinder ist das Erleben einer verlässlichen Gemeinschaft wichtig: Sie erfahren, dass sie mit ihren Gefühlen nicht allein sind und dass Erwachsene gemeinsam Verantwortung übernehmen.



Sicherheit entsteht mit dem Vertrauen, fachlich gut zu handeln. Ein klarer Notfallplan, abgesprochene Zuständigkeiten und seelsorgliche, sowie fachliche Unterstützung können dabei helfen, auch in hochbelastenden Situationen handlungsfähig zu bleiben.



Krisen lassen sich nicht ungeschehen machen, aber sie lassen sich gemeinsam besser bewältigen.



Was mache ich, wenn mir das Thema zu viel wird?

Tod und Trauer können für pädagogische Fachkräfte sehr belastend sein. Wenn Ihnen das Thema zu viel wird, ist das kein Zeichen von Schwäche, sondern eine verständliche Reaktion.



Gerade wenn eigene schmerzhaft Erfahrungen oder eigene belastende Erlebnisse berührt werden, kann eine Situation besonders nahegehen. Es ist in Ordnung, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und zu sagen: „Heute schaffe ich das nicht allein.“ Ein Gespräch mit Kolleg:innen kann entlasten. Auch seelsorgliche/spirituelle Begleitung kann helfen, das Erlebte einzuordnen und einen eigenen Umgang damit zu finden.



Gut für sich zu sorgen bedeutet nicht, weniger für andere da zu sein. Im Gegenteil: **Wer die eigenen Grenzen ernst nimmt und Unterstützung annimmt, kann Kindern und Familien wieder mit mehr Kraft und Sicherheit begegnen.**



Last but not least

1. Zuerst **bei sich selbst ankommen**: Tief durchatmen, den Boden unter den Füßen spüren und einen Moment innehalten. Vielleicht entsteht dabei der innere Satz: „Ich schaffe das. Schritt für Schritt. ... Und nach der Arbeit tue ich mir etwas Gutes.“
2. Drängende Fragen klären: Wen und was brauche ich jetzt, um für Kinder, die Eltern und Kolleg:innen **handlungsfähig** zu sein. Suchen Sie sich „Verbündete“ – fühlen Sie sich verbunden.
3. Den **Kindern Raum geben**: Für Fragen und Gefühle, aber auch für Spiel, Ablenkung und Normalität. Nehmen Sie wahr, was das einzelne Kind gerade braucht.



Ich kann Halt geben, weil ich selbst gehalten bin.

