

FÜR LEHRKRÄFTE

Handreichung

Tod und Trauer in der Schule

Hintergründe – Handlungsschritte – Perspektiven



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT

1	WAS IST EIGENTLICH TRAUER?	3
1.1	Wie Trauer uns Menschen verbindet und was sogar gut an ihr ist	3
1.2	Trauer ist individuell, sie zeigt sich in vielfältigen Symptomen	3
1.3	Trauer ist nie ganz vorbei	4
1.4	Ergebnisse aus der Trauerforschung für die Praxis	5
1.5	Tod und Trauer in verschiedenen Kulturen und Religionen	5
1.6	Trauer bei Kindern und Jugendlichen	7
2	TOD UND TRAUER – EIN THEMA FÜR DIE SCHULE?	13
2.1	Warum Schule ein wichtiger Ort für Trauer und Trauerbewältigung ist	13
2.2	Welche Traueranlässe gibt es im Kontext Schule?	13
2.3	Wie können Lehrerinnen und Lehrer Trauerbewältigung unterstützen?	16
2.4	Was brauchen Lehrerinnen und Lehrer selbst?	18
3	EIN TODESFALL AN DER SCHULE	21
	KONKRETE HANDLUNGSSCHRITTE UND MASSNAHMEN	21
3.1	Fürsorge: Handlungsschritte in den ersten Stunden und Tagen	21
3.2	Nachsorge: Längerfristige Perspektiven	30
4	VORSORGE	33
	WIE KANN SICH DIE SCHULE AUF EINEN TRAUERFALL VORBEREITEN?	33
4.1	Krisenteam formieren und fortbilden	33
4.2	Literatur und Trauerkoffer zusammenstellen und sich damit vertraut machen	33
4.3	Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartner sowie deren Arbeitsweise kennenlernen	34
4.4	Auseinandersetzung mit dem Thema Tod an der Schule anregen	34
5	ANHANG	37
5.1	Literaturverzeichnis	37
5.2	Anschaffungsvorschläge für die Schulbibliothek – eine Auswahl	38
5.3	Beratung und Unterstützung	40
5.4	Weitere Materialien	42
	IMPRESSUM	45

Zu dieser Broschüre

Der Umgang mit Tod und Trauer in der Schule gehört zu den besonders herausfordernden Aufgaben, denen sich Lehrerinnen und Lehrer stellen müssen. Vor über zehn Jahren wurde hierfür die Broschüre „Vom Umgang mit Trauer in der Schule“ durch das Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg herausgegeben (Becker & Shah, 2008). Diese Broschüre leistete seither Lehrerinnen, Lehrern und Schulleitungen in Baden-Württemberg wertvolle Dienste.

Seit der Veröffentlichung der Broschüre hat sich vieles getan, von der Etablierung schulinterner Krisenteams bis hin zu verstärkten schulpсихologischen Weiterbildungsangeboten zum schulischen Krisenmanagement. Ein einschneidendes Ereignis, das zu diesen Entwicklungen beigetragen hat, war der Amoklauf von Winnenden und Wendlingen im Jahr 2009. Nicht zuletzt seither arbeiten Schulen und Schulpsychologische Beratungsstellen auch zur Thematik Tod und Trauer eng und vertrauensvoll zusammen. In die hier vorliegende Neufassung der Broschüre fließen Erfahrungen aus dieser Zusammenarbeit mit ein, ebenso wie die mittlerweile gut etablierten Strukturen des schulischen Krisenmanagements sowie aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zur Trauerbewältigung.

Diese Broschüre wurde für Lehrerinnen und Lehrer, Schulleitungen sowie für alle an diesem Thema Interessierten erstellt. Ziel ist es, Hintergründe und Informationen zu Trauer und Trauerbewältigung zur Verfügung zu stellen ([Kapitel 1](#)) sowie Bezüge zu schulischen Situationen aufzuzeigen ([Kapitel 2](#)). Zudem werden konkrete Schritte beschrieben, die Lehrerinnen und Lehrern Handlungssicherheit in akuten Trauersituationen geben sollen ([Kapitel 3](#)). In [Kapitel 4](#) wird ausgeführt, was Schulen im Vorfeld tun können, um sich gut auf den Umgang mit einem möglichen Trauerfall vorzubereiten. Im Anhang finden sich schließlich Literaturhinweise, hilfreiche Adressen sowie weitere Materialien. Über einen [QR-Code](#) kann auf zusätzliche Materialien zugegriffen werden (im Text markiert als DOK).

Leserinnen und Leser mit etwas Zeit können diese Broschüre gerne als Ganzes lesen. Es ist aber auch möglich, einzelne besonders relevante Themen oder Kapitel herauszugreifen und nachzuschlagen. Aus diesem Grund ist es möglich, dass bestimmte Inhalte in verschiedenen Kapiteln auftauchen.

Als Lehrerin oder Lehrer können Sie einen wertvollen Beitrag leisten, dass Kinder und Jugendliche ihre Trauer in einer individuell passenden Art und Weise bearbeiten und bewältigen können. Dazu möchte diese Broschüre Ihnen Mut machen.



”

***Bedenkt: den eigenen Tod,
den stirbt man nur,
doch mit dem Tod der
anderen muss man leben.***

Mascha Kaléko

“

1 Was ist eigentlich Trauer?

Tod, Trauer und Sterben gehören zu unserem Leben. Kein Mensch ist vor der schmerzhaften Erfahrung gefeit, nahestehende Personen zu verlieren. Jedoch sind Tod und Trauer in unserer Kultur, die sich auf Jugendlichkeit und Gesundheit ausrichtet, nahezu ein gesellschaftliches Tabu; insbesondere Tod und Sterben in einem jungen Lebensalter. In der Vergangenheit regelten religiöse Traditionen und Rituale recht eindeutig den Umgang mit Tod und Trauer und gaben damit Sicherheit und Halt. Heute, in einer vielfältigen Gesellschaft, sind ganz unterschiedliche Lebensentwürfe möglich. Gleichzeitig ist der Umgang mit Sterben, Tod und Trauer oft weniger eindeutig. Er wird zudem zunehmend vom öffentlichen in private Bereiche verlagert. Daraus ergibt sich für Einzelne mehr persönliche Freiheit, aber auch mehr (gesellschaftliche) Unsicherheit.

1.1 WIE TRAUER UNS MENSCHEN VERBINDET UND WAS SOGAR GUT AN IHR IST

Auf den Verlust einer nahestehenden Person reagieren wir in der Regel mit Trauer. Das Erleben von Trauer ist allen Menschen gemeinsam, unabhängig von kulturellen oder religiösen Hintergründen. Traurigkeit ist in allen menschlichen Kulturen ein grundlegendes Gefühl. Aus evolutionärer Perspektive heraus betrachtet ist Trauer sogar ein notwendiger und zweckmäßiger Prozess: Er ermöglicht emotionale Anpassung und Bewältigung. Trauer ist in diesem Sinne eine normale, gesunde und vorhersehbare Reaktion auf einen Verlust.

Trauer ist ein sehr schmerzhaftes Gefühl, hat aber auch tröstliche Aspekte: Sie ist auch ein Ausdruck für die Liebe und Verbundenheit mit einem Menschen – auch über dessen Tod hinaus. Geteilte Trauer bzw. das gemeinsame Durchleben eines Trauerprozesses kann

Hinterbliebene, eine Familie oder eine Gemeinschaft in ihrer Verbundenheit und ihrem Zusammengehörigkeitsgefühl stärken. Dies kann neue Perspektiven für ein Weiterleben ermöglichen. Hier steckt in einer Krise auch die Chance auf Wachstum – sowohl für Einzelne als auch für Gemeinschaften.

1.2 TRAUER IST INDIVIDUELL, SIE ZEIGT SICH IN VIELFÄLTIGEN SYMPTOMEN

Die Symptome der Trauer sind unspezifisch und interindividuell sehr vielfältig. Es gibt keine Anzeichen, die zwingend und zweifelsfrei einen Trauerprozess belegen. Es gibt aber eine Reihe von Symptomen, die im Verlauf eines Trauerprozesses mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit auftreten.

So lassen sich die vielfältigen Reaktionen, die unsere Trauer ausdrücken können, in verschiedene Kategorien unterteilen: die Ebene der Gefühle, die Ebene des Verhaltens und die Ebene des Körpers (Worden, 2018). Im Schulkontext ist nicht immer bekannt, ob ein Kind akut oder in der Vergangenheit einen Verlust erlitten hat. Deshalb ist es gut, dass Lehrerinnen und Lehrer eine Trauerreaktion in Betracht ziehen, wenn eines oder mehrere der folgenden Anzeichen bei einer Schülerin oder einem Schüler auftreten:

Trauerreaktionen auf der Gefühlsebene

- *Traurigkeit*: wir sind niedergeschlagen; unsere Seele schmerzt
- *Verzweiflung*: wir haben das Gefühl den Boden unter den Füßen zu verlieren
- *Angst*: vor einer Zukunft ohne den geliebten Menschen etwa oder vor existentiellen Nöten
- *Erschöpfung*: Trauer laugt uns aus, ist emotional unglaublich anstrengend
- *Schock*: unser Verhalten erscheint nach außen ruhig und normal; innerlich herrscht Chaos oder Leere
- *Einsamkeit*: weil ein wichtiger Mensch uns allein zurückgelassen hat

- **Wut und Aggression:** auf den Verstorbenen, weil wir verlassen wurden, oder auf Gott oder das Schicksal
- **Schuldgefühle:** wenn wir glauben für den Menschen nicht genug getan zu haben oder nicht gut genug zu jemandem gewesen zu sein
- **Erleichterung:** vielleicht, weil eine lange Krankheit oder Leidenszeit vorüber ist
- **Emotionale Taubheit:** wir haben das Gefühl gar nichts, nicht einmal mehr Trauer empfinden zu können
- **Scham:** es ist peinlich, mit anderen über den Tod zu sprechen oder dass andere davon wissen

Trauerreaktionen auf der Verhaltensebene

- **Schlafprobleme:** wir können nicht mehr ein- oder durchschlafen oder brauchen extrem viel Schlaf
- **Appetitstörungen:** wir haben keinen Appetit oder Hunger, vielleicht aber auch ganz viel davon
- **Konzentrationsstörungen, Zerstreutheit:** unsere Denk- und Merkfähigkeit ist beeinträchtigt
- **Sozialer Rückzug:** unser Wunsch nach sozialen Kontakten und Interaktionen ist stark eingeschränkt
- **Rastlosigkeit / Hyperaktivität:** wir haben unsere innere Ruhe und Stabilität verloren
- **Weinen:** als Ausdruck unserer Traurigkeit, Verzweiflung, Angst oder Wut
- **Selbstverletzendes Verhalten:** als Mittel seelisches Leid zu regulieren


Trauerreaktionen auf der körperlichen Ebene

Darüber hinaus können sich die Schmerzen des Verlustes auch auf einer körperlichen Ebene als konkrete Schmerzen oder körperliche Beschwerden äußern, etwa in Form von Bauchschmerzen, Kopfschmerzen, Herzschmerzen, Herzrasen, Schwindel, Gelenk- oder Rückenschmerzen sowie vielfältigen weiteren körperlichen Symptomen („Kloß im Hals“, Muskelschwäche, Kurzatmigkeit und vieles mehr).

1.3 TRAUER IST NIE GANZ VORBEI

Auch im zeitlichen Verlauf eines Trauerprozesses gibt es große individuelle und auch kulturelle Unterschiede. Früher galt ein Trauerjahr als angemessene Zeitspanne für Trauer. Damit verbunden waren Erwartungen an „richtige“ Zeitpunkte für Trauer, aber auch für das Ende des Trauerns. Es gibt jedoch große individuelle Unterschiede in der Dauer der Trauer- und Bewältigungsprozesse. Deswegen ist eine zeitliche Festlegung nicht sinnvoll. Jeder Mensch hat ein Recht auf sein eigenes Tempo in diesem Prozess. Manchmal können auch eine professionelle bzw. therapeutische Unterstützung im Trauerprozess oder ein Austausch z. B. mit Gleichaltrigen im Rahmen von Selbsthilfegruppen sinnvoll und hilfreich sein (siehe Abschnitt 3.2.3).

Der Verlust einer nahen Bezugsperson wird im Laufe der Zeit vielleicht weniger schmerzhaft, aber es bleibt ein schmerzlicher Verlust. Eine gelungene Trauerbewältigung bedeutet die Integration des Verlustes in die eigene Biografie.

 Den Verlust eines nahen Menschen zu betrauern ist ein sehr individueller Prozess, der in ganz unterschiedlichen Formen, Intensitäten und Zeiträumen ablaufen kann. So unterschiedlich Menschen und Beziehungen, so unterschiedlich sind auch die Gefühle und Verarbeitungsprozesse. Das heißt: es gibt im Trauern kein Richtig oder Falsch. Jede Reaktion ist okay und darf ihren Raum haben, auch keine (sichtbare) Reaktion.

Als Lehrerin oder Lehrer sollten Sie im Blick behalten, dass auch nach einem sehr langen Zeitraum (viele Monate oder Jahre nach dem Verlust) noch mögliche Trauerreaktionen bei Kindern und Jugendlichen auftreten können und dass dies „normal“ ist und sein darf.

1.4 ERGEBNISSE AUS DER TRAUERFORSCHUNG FÜR DIE PRAXIS

In vielen Trauermodellen ist die Idee der „Trauerarbeit“ zentral. Dies sind z. B. Phasenmodelle (Bowlby, 1980; Kast, 2015) oder Traueraufgabenmodelle (Worfen, 2011). Diese Idee besagt, dass zur erfolgreichen Bewältigung von Verlusten ein Durcharbeiten der schmerzhaften Ereignisse und Gefühle notwendig ist und dies in bestimmten Phasen verläuft. Seit einigen Jahren ist in Deutschland zunehmend das Duale Prozess-Modell (DPM) der Bewältigung von Verlust-erfahrungen von Stroebe und Schut (1999, 2010) bekannt. Es ergänzt frühere Trauermodelle und integriert verschiedene Aspekte der Trauer. Inzwischen liegen dazu zahlreiche Forschungsergebnisse und Implikationen für Interventionen in der Praxis vor. Das DPM ist vereinbar mit vielen empirischen Befunden. Außerdem wird es der Tatsache gerecht, dass Trauerprozesse aktive Vorgänge sind, auf die Betroffene auch aktiv Einfluss nehmen können (Müller & Willmann, 2016), während Phasenmodelle eher einen passiven Prozess beschreiben, der durchlaufen wird. Auch die Wichtigkeit der Dosierung von schmerzvollen Prozessen bzw. die Wichtigkeit von Trauerpausen wird von Stroebe und Schut (2010) betont und deckt sich mit Erfahrungen aus der Praxis.

DAS DUALE PROZESSMODELL (DPM) UND TRAUERBEWÄLTIGUNG

Kurz gefasst besteht adaptive Trauerbewältigung nach dem Dualen Prozess-Modell (DPM) aus einem dynamischen Wechsel zwischen Konfrontation mit dem Verlust (und den damit verbundenen Stressoren und Anpassungsleistungen) und Vermeidung dieser Konfrontation. Zwei grundlegende Umgangsformen mit dem Verlust werden hierbei unterschieden: verlustorientierte Umgangsformen (z. B. das Vermissten der verstorbenen Person) und wiederherstellungsorientierte Umgangsformen (z. B. notwendige Organisation neuer Lebensweisen, etwa neue Dinge lernen, neue Beziehungen aufnehmen, Ablenkung). Eine gute Balance und ein aktives *Pendeln* („*Oszillieren*“) zwischen beiden Bereichen, also zwischen *anstrengender Trauerarbeit* und *nötigen Erholungsphasen*, ist für die Bewältigung notwendig (Stroebe & Müller, 2014). Bildlich könnte man sich einen Raum der Trauer und einen Raum der Alltagsnormalität vorstellen – und das aktive Wechseln von einem Raum in den anderen.

1.5 TOD UND TRAUER IN VERSCHIEDENEN KULTUREN UND RELIGIONEN

In allen Kulturen auf unserer Erde gibt es bestimmte Beerdigungsriten beziehungsweise feierliche Zusammenkünfte, um verstorbene Menschen zu ehren, zu verabschieden, sie beim Übergang aus dieser Daseinsform in eine andere zu begleiten. Diese Übergangs- und Beerdigungsriten sind so alt wie die Menschheit selbst. Beerdigungsriten zu Zeiten der ägyptischen Pharaonen beispielsweise waren so elaboriert und aufwendig, dass heutige Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler noch immer vielen ihrer Geheimnisse auf der Spur sind.

Gesellschaftliche und religiöse Normen und Werte beeinflussen die Bedeutung und das Erleben von Sterben und Tod – und damit auch das Erleben von Trauer. Weltweit gibt es dazu sehr unterschiedliche Ansichten und Umgangsformen. So wird in einigen Kulturkreisen (s. Mexiko: El Día de los Muertos) im Gedenken an die Toten farbenprächtig und ausgelassen gefeiert, während z. B. in westlichen Kulturkreisen das Gedenken an Verstorbene eher in getragener, stiller Atmosphäre stattfindet. Gleichzeitig unterliegen Riten und gesellschaftliche Konventionen einem



dynamischen Wandel. Gerade in westlichen Kulturkreisen gab es in den letzten Jahrzehnten viele markante gesellschaftliche Veränderungen, einen Verlust an Traditionen und auch eine zunehmende Tabuisierung des Themas Tod und Trauer. So haben religiöse Normen und Rituale für viele Menschen an Bedeutung verloren und eine ganze Palette individueller Bestattungsformen ist heute möglich. War beispielsweise im christlichen Kulturkreis früher die Erdbestattung die übliche Form, ist heute Feuerbestattung eine selbstverständliche Alternative. Es gibt neben Friedhöfen auch Friedwälder, anonyme Bestattungen, Seebestattungen, sogar Weltraumbestattungen, um nur einige Formen zu benennen (Skrozić und Kijamet, 2021).

Einen Überblick über Sterbe- und Bestattungsrituale der großen Weltreligionen bietet der folgende Abschnitt. Grundsätzlich ist es bei allen Religionen sinnvoll, sich gezielt rückzuversichern, welches Bestattungsritual je nach Kulturkreis und Glaubensrichtung von den Betroffenen gewünscht ist.

Interreligiöse Mosaikstücke

Im **Christentum** findet ein Begräbnis in der Regel innerhalb der ersten zehn Tage nach dem Tod statt. Das Begräbnis ist mit einer Trauerfeier verbunden. Diese stellt hierzulande ein getragenes und besinnliches Ritual dar. Die Angehörigen entscheiden, ob sie die Trauerfeier eher in einem engen Kreis oder öffentlich durchführen möchten. Üblich sind Erd- oder Feuerbestattungen, es gibt aber auch wie oben dargestellt andere Bestattungsformen.

Im **Islam** etwa ist es wichtig, dass der Leichnam schnellstmöglich (möglichst innerhalb von 24 Stunden) gewaschen und beerdigt wird. Er wird dabei nicht in einen Sarg gelegt, sondern in ein Tuch gehüllt und auf der rechten Seite liegend mit dem Gesicht nach Mekka (Qibla) beerdigt. Da diese Riten in Deutschland oft nicht möglich sind, werden viele Angehörige muslimischen Glaubens in ihren Herkunftsländern bestattet. Blumenschmuck und lautes Weinen und Wehklagen am Grab sind nach islamischen Quellen eigentlich nicht vorgesehen. Innerhalb von drei Tagen finden die Beileidsbekundungen und Besuche der Trauerfamilie statt.

Auch im **Judentum** soll der Leichnam innerhalb von 24 Stunden bestattet werden, allerdings nicht am Sabbat oder an Feiertagen. Als Zeichen der Erinnerung werden Steine auf dem Grabstein hinterlassen, Blumenschmuck ist eher unüblich. Die Totenruhe soll für die Verstorbenen bis zur Auferstehung nicht gestört werden, deshalb werden jüdische Gräber nicht ausgehoben. Die Schändung eines Grabes wird daher von den Hinterbliebenen als besonders verwerflich erlebt.

Buddhismus und **Hinduismus** gehen von unzähligen Wiedergeburten aus, der Tod ist hier „nur“ das Verlassen eines Körpers, bevor eine neue Inkarnation in einem neuen Körper beginnt. Ziel des Lebens ist letztendlich das Verlassen des Kreislaufs von Geburt und Tod, die „Befreiung“ daraus. Dies wird durch Erleuchtung/Selbstverwirklichung erreicht. Die Sterbe- und Bestattungsrituale sollen die Seele bei diesen Übergängen unterstützen, daher ist in beiden Religionen meist die Feuerbestattung üblich: Sie zeigt der Seele die Unwiederbringlichkeit des vergangenen Körpers und hilft ihr so, die Reise in weitere Daseinsformen anzutreten. Da es in beiden Religionen verschiedene Unterformen und Traditionen gibt, kommen jeweils auch sehr unterschiedliche Riten und Rituale zur Anwendung.

! Auch innerhalb einzelner Religionen und Sozialisationen sind Trauerreaktionen und Trauerprozesse der Menschen ganz unterschiedlich und individuell. Es ist daher hilfreich, wenn Lehrerinnen und Lehrer betroffene Familien aus allen Kulturkreisen nach ihren persönlichen Bedürfnissen und üblichen Riten direkt fragen und sich gegebenenfalls weitergehend informieren (Paul, 2021; siehe auch www.religion-online.info). Die persönliche Anteilnahme, Gemeinschaft und das kollektive Erinnern an Verstorbene sind in allen Kulturen hilfreich. Trauen Sie sich trotz möglicher Unsicherheit ihre Anteilnahme auszudrücken. Die gute Absicht hinter einer respektvollen und anteilnehmenden Geste ist universell verstehbar.


Ein gutes Miteinander im Trauerfall wird leichter, wenn interkulturelle Sensibilität, Offenheit und Interesse für die vielfältigen kulturellen und religiösen Hintergründe von Schülerinnen und Schülern zum gemeinsamen Schulalltag gehören. Der interkulturelle Austausch und Einblick auch über den Umgang mit Tod und Sterben sowie über kulturelle und individuelle Unterschiede oder Gemeinsamkeiten kann für alle Seiten bereichernd sein. Er kann Sprach- und Fassungslosigkeit überwinden, Begegnungen ermöglichen und Nähe schaffen und somit Trauerbewältigung in der Schule erleichtern.

1.6 TRAUER BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

Ein Wechsel zwischen tiefer Traurigkeit, Wut, Angst, Fröhlichkeit, Zuversicht, Spiel und Spaß kann bei trauernden Kindern schneller aufeinander erfolgen als bei Erwachsenen. Vielleicht, weil Kinder dies ungefilterter zulassen können. Bildlich könnte man sich vorstellen, dass Kinder und Jugendliche innerhalb sehr kurzer Zeit in „Pfüten der Trauer“ hinein- und wieder herauspringen. Dieser schnelle Wechsel der Gefühlslagen und Verhaltensweisen ist für Erwachsene manchmal verstörend und irritierend. Er passt vordergründig nicht zu unserem Konzept des „richtigen“ Trauerns. So könnten Lehrerinnen oder Lehrer bezweifeln, ob ein Kind, dessen Mutter kürzlich verstorben ist, überhaupt trauert, wenn sie es auf dem Schulhof leidenschaftlich Ball spielen sehen.



Ein Oszillieren zwischen den Polen des Verlustes und der Lebensfreude gehört jedoch zu jedem Bewältigungsprozess. Dies zeigen auch die Ergebnisse der Trauerforschung. Das oben genannte Duale Prozess-Modell beschreibt eindrücklich den bei Kindertrauer erlebbaren Wechsel zwischen Phasen des Schmerzes und Phasen der Unbeschwertheit und Freude als wichtige Ressource und Gefühlsregulation: Er ist Teil des gesunden Verarbeitungsprozesses. Ein Wechsel zwischen beiden Zuständen bzw. Umgangsformen ist für eine erfolgreiche Trauerbewältigung notwendig.

 Auch das Ausbleiben einer (sichtbaren) Reaktion, ein scheinbares „Ausweichen“ oder „Verdrängen“ ist daher normal. Gerade für Kinder oder Jugendliche kann ein Verdrängen bzw. ein Funktionieren im Alltag eine wichtige stabilisierende Ressource sein. Dies sollten Erwachsene wissen und akzeptieren.

Für Kinder und Jugendliche, die den Verlust eines Elternteils oder einer nahen Bezugsperson erleben, wankt der Boden der Sicherheit, Verlässlichkeit und Stabilität ihrer bisherigen Welt. Diese tiefe Erschütterung löst starke existentielle Ängste aus. (Soziale) Ängste, Alpträume und Selbstunsicherheiten sind häufige Trauerreaktionen bei Kindern und Jugendlichen. Deshalb sind gerade jetzt eine haltgebende sichere Beziehung und Alltagsstruktur von großer Wichtigkeit. Leider sind häufig Familienmitglieder selbst mit ihrer Trauer absorbiert und haben wenig Zeit oder Kapazitäten, die Trauer des Kindes oder Jugendlichen aufzufangen. Manchmal wird nach einem Todesfall (eines Elternteils etwa) sogar ein Umzug in eine andere Stadt oder andere Wohnung nötig, sodass nicht nur die innere emotionale Welt wankt, sondern auch massive äußere Veränderungen zu bewältigen sind.

Großeltern oder andere Vertraute können ebenfalls sehr wichtige erwachsene Bezugspersonen sein und deren Verlust kann bei Kindern und Jugendlichen heftige Trauerreaktionen auslösen. Dies wird manchmal vom Umfeld nicht wahrgenommen oder übersehen.

Auch die Auswirkungen, die der Tod eines Geschwisterkindes mit sich bringt, werden in ihrer Tragweite von der Umgebung häufig unterschätzt. Kinder und Jugendliche, die einen Bruder oder eine Schwester verloren haben, müssen nicht nur diesen Verlust verarbeiten. Da ihre Eltern häufig von Schmerz überwältigt sind, stehen sie teilweise als Bezugspersonen nicht mehr wie gewohnt zur Verfügung. Diese Kinder und Jugendlichen erleben dadurch einen doppelten Verlust. Lehrerinnen und Lehrer können hier zu besonders wichtigen Ansprechpersonen werden.

Auch wenn sich die Trauerreaktionen in verschiedenen Lebensaltern in vielen Punkten ähneln, gibt es doch Besonderheiten. Dies liegt zum einen an altersspezifischen Unterschieden in der kognitiven Entwicklung, zum anderen in altersspezifischen Entwicklungsaufgaben und Lebensthemen. Beides wirkt sich auf das Erleben von Tod und Trauer aus. Hier möchten wir kurz Besonderheiten bei Grundschulkindern bzw. bei Jugendlichen in der Pubertät darstellen.

1.6.1 Erleben von Tod und Trauer im Grundschulalter

Kinder im Grundschulalter haben – anders als Kindergartenkinder – meist schon ein recht konkretes Verständnis vom Tod und eine Vorstellung seiner Endgültigkeit entwickelt (Schweich et al., 2021). Das Todesverständnis wird bei Kindern nicht nur durch das Lebensalter, sondern auch durch kulturelle, familiäre, religiöse und soziale Faktoren beeinflusst. Es ist daher bei Kindern innerhalb einer einzigen Klasse oder Klassenstufe sehr unterschiedlich entwickelt.



Kleineren Kindern fehlen im Vergleich zu älteren oder Erwachsenen noch einige Fähigkeiten, um ihre Trauer auszudrücken. Ihnen fehlen etwa noch verbale Ausdrucksformen, um ihre Trauer angemessen in Worte zu fassen (Witt-Loers, 2014). Erwachsene brauchen dann ein besonderes Gespür, um Gefühle und Bedürfnisse der Kinder zu verstehen und diese für sie zu verbalisieren (Senf, 2014). Es kann hilfreich sein, mit dem Kind einen Code (z. B. eine Geste oder ein Wort) zu vereinbaren, mit dem es auch ohne Worte mitteilen kann, dass es gerade sehr traurig ist und Trost braucht. Auch Angebote nonverbaler Ausdrucksformen (Kreativität/Bewegung) sind deshalb für kleinere Kinder besonders wichtig. Gleiches gilt für die beruhigende Wirkung von Körperkontakt. Gerade kleinere Kinder können Sicherheit und Trost finden, wenn Erwachsene sie kurz in den Arm nehmen oder sie für einen kleinen Rundgang an die Hand nehmen.

! Die massive Erschütterung durch das Verlusterleben kann nicht nur zu den oben genannten üblichen Trauerreaktionen auf Verhaltensebene (Unkonzentriertheit, mentale Abwesenheit etc.) führen, sondern sogar zu sozialen und kognitiven Entwicklungsrückschritten und damit auch zu Leistungsrückfällen. Fehleinschätzungen und sogar Fehldiagnosen (z. B. ADHS) sind möglich, wenn die Zusammenhänge mit einer Trauersituation von Erwachsenen nicht erkannt werden. Es ist wichtig, dass Lehrerinnen und Lehrer bei Auffälligkeiten auf der Verhaltensebene an mögliche Trauerreaktionen denken und damit auch Fehldiagnosen vermieden werden können.

Gerade Kinder im Grundschulalter haben viele, häufig auch sehr konkrete Fragen zum Thema Sterben, Begräbnis, Rituale und zum „Was passiert dann ...?“. Diese Fragen können Erwachsene irritieren und auf sie sogar pietätlos wirken. Hier ist es wichtig, die Wissbegierde des Kindes und die einzelnen Fragen ernst zu nehmen und so konkret wie nötig und möglich zu beantworten (gerade zu konkreten Abläufen, biologischen und medizinischen Prozessen etc.). Eine blumige, verschnörkelte, schwammige Sprache kann die Fantasie von Kindern anregen und ihnen vielleicht Angst machen und sollte deswegen vermieden werden. So kann die Floskel „Er ist friedlich eingeschlafen“ Angst vor dem Einschlafen bewirken, da damit der eigene Tod befürchtet wird. Stattdessen sollten klare und sachliche Formulierungen und Informationen („Er ist gestern Abend gestorben“) gewählt werden. Hilfreiche Formulierungsbeispiele für verschiedene Trauersituationen finden sich in der Broschüre „Trauernde Kinder und Jugendliche – wie wir ihnen beistehen können“ (siehe Anhang).

1.6.2 Erleben von Tod und Trauer in der Pubertät

Die Pubertät ist eine Phase der Unsicherheit im Hinblick auf Werte und Rollen, die körperlichen und hormonellen Veränderungen und die (Identitäts-)Suche. Viele herausfordernde *Entwicklungsaufgaben* begleiten die Übergangszeit vom Kind zum Erwachsenen.

In dieser Lebensphase besteht ein realistisches Todeskonzept sowie ein Verständnis der Endgültigkeit und Unumkehrbarkeit des Todes (Schweich et al., 2021). Existentielle Fragen und die Suche nach dem Sinn des Lebens und Sterbens, dem „Wofür“ und „Was kommt danach“ sind in dieser Lebensphase charakteristisch. Gleichzeitig steht die Jugendzeit aber auch für Leichtigkeit, Sorglosigkeit und Entdeckungsfreude.

Gerade in diesem Lebensalter voller Umbrüche und Widersprüche mit Verlust und Trauer konfrontiert zu werden, ergibt eine *brisante Konstellation* und löst einen Cocktail verschiedenster und wechselnder Emotionen aus. Diese „Krise in der Krise“ kann die natürlichen Entwicklungsprozesse während der Pubertät stören. Intensive positive Gefühle (wie das erste Verliebtsein) trotz und während eines Trauerprozesses können verstörend sein und *Schuldgefühle* auslösen. Der Verlust einer geliebten Person kann eine Überforderung der noch fragilen Bewältigungsmöglichkeiten Jugendlicher sein.

Hier ist es wichtig, dass Erwachsene sich der Besonderheiten dieser Situation bewusst sind, um Gefühle und Reaktionen von betroffenen Jugendlichen verstehen und einordnen zu können. Da bei einem innerfamiliären Todesfall häufig das gesamte Familiensystem erschüttert wird, ist es für die Jugendlichen wichtig, wenn *außerfamiliäre Bezugspersonen*, z. B. *Lehrkräfte*, *verständnisvoll und präsent* sind und sie hilfreich begleiten und wirksam unterstützen.

Pubertierende sind in einem Suchprozess nach Selbstfindung und Selbstakzeptanz, der oft von großen *Selbstzweifeln* und heftigen *Gefühlsausbrüchen* begleitet wird. Oft verstehen Jugendliche sich selbst nicht – und erst recht die Erwachsenen nicht mehr. Orien-

tierung und Zugehörigkeit geben *Gleichaltrige/Peers*. Dabei stehen viele Jugendliche unter einem großen Druck, in der Gruppe möglichst nicht aufzufallen, „normal“ zu sein. Die besondere Aufmerksamkeit, die Jugendlichen nach dem Tod einer engen Bezugsperson zukommt, ist ihnen häufig sehr unangenehm. Gleichzeitig fühlen sie sich mit ihren Gefühlen allein. Es ist wichtig, dass sich Erwachsene den Betroffenen als *vertrauensvolle Gesprächspartner* anbieten, ohne ihnen aber Gespräche aufzudrängen. Jugendliche wollen *keine Bevormundung oder Mitleid*, sondern *Offenheit, Wohlwollen und Respekt* (Alefeld-Gerges & Sigg, 2020).

Soziale Medien: Die Kommunikation unter Jugendlichen ist für Erwachsene oft befremdlich. Soziale Medien nehmen dabei häufig eine wesentliche Rolle ein, direkte persönliche Gespräche werden seltener. Der Austausch in sozialen Medien kann für Jugendliche sehr wichtig und unterstützend sein, Chats bieten oft anonymisiert einen Austausch mit anderen, die Ähnliches erlebt haben. Trotzdem ist ein reales Gegenüber dadurch nicht vollständig zu ersetzen. Für den Fall, dass für die betroffenen Jugendlichen weder Freunde und Peers noch nahestehende Erwachsene die richtigen Gesprächspartner sind, kann der Hinweis auf Unterstützungssysteme (zum Beispiel Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen oder auch Psychotherapie) sinnvoll sein. Dies gilt auch, wenn der Trauerprozess sehr intensiv und leidvoll ist oder die Jugendlichen unter heftigen körperlichen Reaktionen (Somatisierungen) leiden.

Wut und Aggressionen sind häufige Emotionen während der Pubertät – insbesondere auch nach dem Verlust eines geliebten Menschen. Die Wut kann sich allgemein gegen alles und jeden richten – oder auch gegen bestimmte Personen(kreise), denen eine *Mitschuld* am Tod zugeschrieben wird (z. B. Ärztinnen und Ärzte, einzelne Familienangehörige). Manchmal richtet sich die *Wut auch gegen sich selbst* und es können heftige Schuldgefühle auftreten. Es ist wichtig, dies als natürliche Trauerreaktion zu erkennen, das dem Jugendlichen zuzugestehen und Möglichkeiten des Ausdrucks beziehungsweise des ungefährlichen Ausagierens zu benennen.

! Zu den Charakteristika der Jugend gehört es, Grenzen zu hinterfragen und auszutesten. In einer existentiellen Krise wählen trauernde Jugendliche manchmal Bewältigungsstrategien, die erhöhte Risiken für ihre Gesundheit beinhalten (Drogen, erhöhter Alkoholkonsum, selbstverletzendes Verhalten oder gar Suizidalität). Erwachsene, die konkrete Hinweise auf Gefährdungen sehen, sollten sich nicht scheuen, zunächst das Gespräch mit den Jugendlichen zu suchen und sich *gegebenenfalls selbst (professionelle) Unterstützung zu holen*.

Andererseits gibt es auch Jugendliche, die nach außen hin unbeteiligt erscheinen, fast als würde der Todesfall sie nicht tangieren. Innerlich sind diese Jugendlichen sehr wohl mit dem Verlust und dessen Bewältigung beschäftigt. Auch hier ist es wichtig, dass Erwachsene dies als normal benennen und darauf vertrauen, dass Jugendliche mit den nötigen Unterstützungsangeboten auf das jeweils für sie Passende zurückgreifen werden.

Nehmen Jugendliche eine große emotionale Belastung bei Familienangehörigen (z. B. trauernden Eltern, Geschwistern) wahr, kann es sein, dass sie ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse (z. B. nach Autonomie, einer eigenen Zukunftsperspektive) zurückstellen und frühzeitig sehr viel Verantwortung übernehmen. Das ist für das Familiensystem oft stabilisierend, für die Jugendlichen kann dies aber eine große Belastung darstellen. Es kann in der Situation wertvoll sein, diese Beobachtung mit ihnen und gegebenenfalls mit den Sorgeberechtigten wertschätzend zu thematisieren und eventuell die Perspektive auf Unterstützungsmöglichkeiten zu erweitern.





2 Tod und Trauer – ein Thema für die Schule?

Tod und Trauer machen nicht vor den Toren unserer Schulen halt. Es gibt keine verlässlichen Zahlen darüber, wie viele Schülerinnen und Schüler pro Jahr direkt oder indirekt vom Tod eines Elternteils oder Geschwisterkindes betroffen sind oder selbst an einer lebensverkürzenden Erkrankung leiden. Ungezählt ist auch, wie viele den Tod einer Klassenkameradin bzw. eines Klassenkameraden oder einer Lehrerin bzw. Lehrers erleben müssen. In Bezug auf den Umgang mit Trauer wurde in den vergangenen Jahren in den Schulen viel geleistet: Die Sensibilität im Hinblick auf dieses Thema ist deutlich gestiegen und Schulen gelingt es gut, mit diesem Thema umzugehen. In diesem Kapitel und in den folgenden Kapiteln werden verschiedene Informationen und Hinweise zusammengefasst, die die Schulen darin unterstützen sollen, noch besser mit dem Thema Tod und Trauer im Kontext Schule umgehen und Betroffenen zur Seite stehen zu können.

2.1 WARUM SCHULE EIN WICHTIGER ORT FÜR TRAUER UND TRAUERBEWÄLTIGUNG IST

- Schule ist ein Ort, der Struktur und Normalität bietet, vor allem in einer Situation, in der sonst nichts mehr so ist, wie es einmal war. Es ist nicht ungewöhnlich, dass Kinder oder Jugendliche, die ein Familienmitglied verloren haben, sehr bald nach dem Todesfall wieder in der Schule erscheinen – nicht selten zur Verwunderung der Lehrerinnen und Lehrer. Das ist keinesfalls so zu deuten, dass das Kind oder der Jugendliche nicht trauert oder die Tragweite der Situation nicht verstanden hat.

Vielmehr gibt es viele gute Gründe zur Schule zu kommen: Beispielsweise der Wunsch Freundinnen und Freunde zu sehen oder auch der Wunsch nach ein bisschen Normalität und einer Trauerpause. Trauernde Kinder und Jugendliche möchten die Schule so erleben, wie sie sie kennen, aber gleichzeitig in ihrer besonderen Situation gesehen und verstanden werden (Lammertz, 2014).

- Kinder und Jugendliche verbringen einen großen Teil ihrer Lebenszeit in der Schule. Sie ist nicht nur ein Ort des Lernens, sondern auch ein Lebens-, Beziehungs- und Sozialisationsraum. Das Aufgehoben sein im Klassenverband und in der Schulgemeinschaft ermöglicht ein Erleben von Gemeinsamkeit; das Gefühl in der Gruppe getragen zu sein.
- Lehrerinnen und Lehrer sind vertraut und können verständnisvolle, stabilisierende Bezugspersonen sein; vor allem dann, wenn Eltern dies wegen ihrer eigenen Trauer vorübergehend nicht sein können.
- Manche Kinder und Jugendliche verschieben das Trauern auf einen späteren Zeitpunkt – sie nehmen sich also eine längere Trauerpause. Sie strengen sich an in der Schule mitzukommen und erleben schulischen Erfolg. Dies fördert das Erleben von Selbstwirksamkeit und steigert damit Selbstvertrauen und Resilienz. Das sind nützliche Ressourcen für den Trauerprozess.


2.2 WELCHE TRAUERANLÄSSE GIBT ES IM KONTEXT SCHULE?

Es gibt unterschiedliche Anlässe, aufgrund derer das Erleben von Tod im Schulkontext relevant werden kann. Sie sind unterschiedlich häufig und betreffen unterschiedlich viele Personen an der Schule. Jeder dieser Traueranlässe erfordert verschiedene Interventionen und Maßnahmen.

2.2.1 Tod eines Familienangehörigen

Am häufigsten betreffen Trauerfälle den engen Familien- oder Freundeskreis einer Schülerin oder eines Schülers. In dieser Situation ist das Risiko besonders hoch, dass Lehrerinnen und Lehrer die Trauer nicht erkennen oder vielleicht Trauerreaktionen der Kinder anders einordnen, da sie von dem Verlust keine Kenntnis haben. So könnte beispielsweise Stille und Zurückgezogenheit eines trauernden Kindes als Desinteresse am Unterricht interpretiert werden. Hinter Konzentrationsstörungen oder Aggressionen könnten Verhaltensauffälligkeiten oder ADHS vermutet werden. Daher ist es wichtig, dass Lehrkräfte beispielsweise bei Verhaltensänderungen von Schülerinnen und Schülern auch die Möglichkeit einer Trauerreaktion in Betracht ziehen und in einer geschützten Situation das Gespräch suchen.

Auch wenn beim Tod eines Familienangehörigen nur ein einzelnes Kind der Klassengemeinschaft trauert und deshalb sehr individuelle Unterstützung wichtig ist, kann das ein guter Anlass sein, um mit der ganzen Klasse ein Gespräch über Tod und Trauer zu führen. Vielleicht ist es sogar passend, dieses Thema in einem bestimmten Fach (Deutsch, Religion, Ethik, Biologie ...) im Unterricht zu thematisieren.

 Die Anteilnahme im Klassenverband auszudrücken und gemeinsam nach Unterstützungsmöglichkeiten zu suchen, können in jedem Fall den Klassenzusammenhalt stärken. Die Thematisierung in der ganzen Klasse sollte jedoch nur dann stattfinden, wenn die betroffene Schülerin oder der Schüler das möchte. Auch der Umfang sollte abgesprochen sein (siehe oben: Häufig möchten betroffene Jugendliche gerade nicht im Mittelpunkt stehen).

2.2.2 Tod eines Mitglieds der Schulgemeinschaft

Wenn ein Mitglied der Schulgemeinschaft stirbt, etwa durch einen Unfall auf dem Schulweg, durch einen Suizid oder nach langer Krankheit, so sind die Auswirkungen für die gesamte Schule enorm. Es gibt sowohl in der betroffenen Klasse als auch in anderen Klassenstufen und unter den Lehrerinnen und Lehrern besonders betroffene Personen. Dies sollte bei der Planung schulischer Interventionen bedacht werden (siehe Teil 3.1.2 & Anhang).

Für Schulen stellt der Tod einer Schülerin oder eines Schülers beziehungsweise einer Lehrerin oder eines Lehrers einen Krisenfall dar. Ein solches Ereignis kann nicht von einer Person allein aufgefangen, sondern nur im schulinternen Krisenteam gemeinsam bewältigt werden. Manchmal ist es auch sinnvoll externe Unterstützung hinzuzuziehen (zum Beispiel durch die Schulpsychologischen Beratungsstellen). Ganz wichtig ist eine gute Vorbereitung auf einen möglichen Krisenfall (siehe Kapitel 4).

Für den Umgang mit der Krise und für eine gute Trauerbewältigung gilt es zu unterscheiden, ob der Todesfall nach einem längeren Prozess (etwa einer chronischen Erkrankung) eintritt oder sehr plötzlich und unvorhersehbar war (Unfall, Verbrechen, Suizid).

Tod nach schwerwiegender Erkrankung

Es kann in *allen* Schularten und *allen* Altersstufen vorkommen, dass eine Schülerin oder ein Schüler aufgrund einer schwerwiegenden bzw. lebensverkürzenden chronischen Erkrankung verstorben ist. Lehrerinnen und Lehrer sollten darauf gefasst sein, damit im Laufe ihres Berufslebens konfrontiert zu werden (Hubertus et al., 2021).

Erkrankt eine Schülerin oder ein Schüler oder auch eine Lehrerin oder ein Lehrer, so besteht oft der Wunsch, in der Schule möglichst lange einen möglichst normalen Alltag leben zu können. Mitunter ist das nur mit Hilfe von spezifischen Maßnahmen oder Hilfsmitteln möglich.

Die Erfahrung zeigt, dass es hilfreich ist, auf eigene Grenzen zu achten und sich innerhalb des Kollegiums Unterstützung oder auch externe fachliche Unterstützung (z. B. in Form von Coaching durch Schulpsychologische Beratungsstellen / Angebote durch Kinderhospize) zu suchen.

Die Haltung und die Offenheit, sich auf das Thema Krankheit – und auch Tod und Sterben – einzulassen ist ausschlaggebend dafür, ob ein bereichernder Abschieds- und Trauerbewältigungsprozess möglich ist. Verstirbt ein Mitglied der Schulgemeinschaft nach einem längeren (gemeinsam durchlebten) Prozess, sind verschiedene Ausdrucksformen der unmittelbaren Trauer, gemeinschaftliche Rituale sowie ein tragender Kontakt zur Trauerfamilie etc. wahrscheinlich bereits etabliert. Dies kann die akute und längerfristige Trauerbewältigung unterstützen. Ein Teil des Abschiednehmens und Trauerprozesses konnte schon zu Lebzeiten stattfinden; das Thema ist kein Tabu mehr. Trotz der Vorhersehbarkeit des Ereignisses sind auch hier sehr heftige und unerwartete spontane Trauerreaktionen möglich.

Ein plötzlicher Tod, etwa durch Unfall, Verbrechen, Suizid

Ein plötzlicher Tod eines Mitglieds der Schulgemeinschaft lässt keine Möglichkeit der Vorbereitung, des Abschiednehmens oder der Auseinandersetzung mit dem Thema Tod. Gerade die Unvorhersehbarkeit des plötzlichen Todes löst im Umfeld häufig einen Zustand des Schocks und der Fassungslosigkeit oder Unwirklichkeit aus. Das Erleben eines plötzlichen Todes kann von nahestehenden Hinterbliebenen als traumatisch erlebt werden. Dazu können auf die Trauerfamilie möglicherweise polizeiliche Ermittlungen oder juristische Auseinandersetzungen zukommen, was zusätzlich Gefühle von Scham und Entsetzen bei den Hinterbliebenen auslösen kann.

Nach einem *Suizid* beschäftigt Hinterbliebene häufig die Frage nach dem „Warum“ und ob die Tat nicht vorhersehbar oder gar zu verhindern gewesen wäre. Zudem empfinden Nahestehende (auch im Schulkontext) häufig Schuldgefühle. Die immer noch stattfindende gesellschaftliche Tabuisierung von Suiziden aktiviert neben Trauer- und Schuldgefühlen auch Scham und macht es schwer über das Geschehene zu sprechen. Manchmal möchte die Trauerfamilie nicht, dass Suizid als Todesursache offengelegt wird. Dies kann Gerüchtebildung befördern und birgt gerade im Schulkontext Risiken (etwa diffuse Ängste, Mystifizierung der Tat und dadurch die Gefahr von Nachahmungstaten). Dennoch ist es wichtig, dass die Schulleitung die Wünsche der Hinterbliebenen kennt und respektiert. Die Gestaltung der Informationsweitergabe seitens der Schulleitung ist ein sehr sensibler und anspruchsvoller, aber auch wichtiger Prozess, der das Verhindern von Nachahmungstaten mit im Blick haben muss (siehe Kapitel 3).

Ein – glücklicherweise extrem selten auftretender – Sonderfall sind sogenannte *Großschadensereignisse*. Als Beispiele aus der jüngeren Vergangenheit sind etwa Amokläufe an Schulen oder Flutkatastrophen zu nennen. Die Bewältigung eines solchen Unglücks wird dadurch erschwert, dass mehrere Mitglieder einer Schule verstorben sein können und Strukturen, die für die Organisation von Unterstützung notwendig sind, zerstört sein können. Für Schulen bedeutet dies, dass sie sich auf eine Vielzahl von besonders Betroffenen einstellen müssen und dass eine Rückkehr zum (schulischen) Alltag unter Umständen sehr lange dauern kann.

2.3 WIE KÖNNEN LEHRERINNEN UND LEHRER TRAUERBEWÄLTIGUNG UNTERSTÜTZEN?

In Kapitel 1.6 wurde dargestellt, was der Verlust einer engen Bezugsperson für Kinder und Jugendliche bedeutet und welche Besonderheiten ihre Trauerreaktionen haben können. Was heißt dies aber im Kontext Schule für Lehrerinnen und Lehrer? Lehrkräfte können einen nicht zu unterschätzenden Beitrag zur Trauerbewältigung leisten, indem sie helfen, dass Tod kein Tabu ist und Trauer ausgedrückt und gelebt werden darf; indem sie sich an den Bedürfnissen der Trauernden orientieren und Unterschiedlichkeit zulassen. Kurz: indem sie Trauer mit den Kindern und Jugendlichen gemeinsam aushalten.

Es soll kurz dargestellt werden, mit welchen förderlichen Grundhaltungen und -prinzipien Lehrerinnen und Lehrer trauernden Kindern und Jugendlichen oder auch ganzen Schulklassen begegnen können und wie sie diese in ihren Trauerprozessen unterstützen und Trauerbewältigung erleichtern können. In Kapitel drei werden dann einzelne konkrete Handlungsmöglichkeiten und Maßnahmen seitens der Schule beschrieben.

2.3.1 Was hilft trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule?

Als Lehrerin und Lehrer können Sie trauernde Kinder und Jugendliche recht einfach, aber wirkungsvoll unterstützen, indem Sie:

- Ihr *Mitgefühl* und Ihre Wertschätzung für die verstorbene Person authentisch ausdrücken. Sie dürfen sich Ihre eigene Trauer und Fassungslosigkeit zugestehen: „Ich weiß gar nicht, was ich sagen soll, es tut mir so leid.“
- anerkennen, dass Betroffene selbst am besten wissen, was sie brauchen. Sie dürfen dann einfach *nachfragen*: „Was würde Dir jetzt guttun? Was wünschst Du Dir gerade? Was genau kann ich jetzt für Dich tun?“
- Kinder einladen, *über ihre Gefühle*, Ängste und Gedanken zu *sprechen* oder zu *schweigen*. „Ich bin da, wenn du reden willst, und auch wenn du schweigen willst.“
- betroffenen Kindern *Alltagsstruktur, Sicherheit und Normalität geben*; ihnen bei Bedarf auch Pausen zugestehen und ihnen vermitteln, dass alle Gefühle in Ordnung und nachvollziehbar sind – auch der Wunsch nach Alltag, Spaß und Ablenkung oder nach Unterricht.
- das *Gefühl von Gemeinsamkeit*, vom Getragen-Sein in der Gruppe fördern: „Gemeinsam leben wir weiter, gemeinsam gehen wir da durch.“ Etwa indem Sie Gespräche und Austausch in der Klasse anregen und zulassen sowie allen Fragen Raum geben und offen zugeben können, wenn Sie etwas nicht wissen oder selbst keine Antwort auf Fragen haben.
- berücksichtigen und erklären können, dass der *Trauerprozess eines jeden Menschen sehr individuell* und einzigartig ist und deshalb unterschiedliche Reaktionen und Umgangsweisen in einer Klasse sein dürfen und ihren Raum brauchen. Sie wissen, dass sowohl Phasen des Rückzugs und der Trauer als auch Phasen des Aufbruchs und der Unbeschwertheit normal sind, wie auch der plötzliche Wechsel zwischen beiden – und können das den Kindern erklären.
- anregen, dass Kinder und Jugendliche ihrer *Trauer* auf ganz unterschiedlichen, jeweils passenden Ebenen *Ausdruck verleihen* und so verarbeiten dürfen; etwa durch Malen, Musik, Bewegung, Sport, Theater, Austausch mit Gleichaltrigen, Handwerken, Schreiben oder auch durch Aufenthalte in der Natur.



- die Kinder und Jugendlichen in *Entscheidungsprozesse einbeziehen*. Sie ermöglichen so das Erleben von Selbstwirksamkeit: Wenngleich es den Betroffenen schlecht geht und sie sich möglicherweise hilflos fühlen, merken sie, dass sie Dinge entscheiden und die Situation in ihrem Sinne gestalten können. Dieses Erleben kann sehr stärkend sein für den weiteren Trauerprozess.
- wissen, dass Trauerreaktionen auch Monate und Jahre nach einem Verlust auftreten können und normal sind und deshalb die betroffenen Kinder und Jugendlichen über einen langen Zeitraum im Blick behalten und immer wieder Gesprächs- oder Unterstützungsangebote machen.
- auf Wunsch des Kindes/Jugendlichen Kolleginnen und Kollegen über den Trauerfall informieren, sodass auch diese Rücksicht nehmen können.
- Besonderheiten verschiedener Lebens- und Entwicklungsalter im Blick haben sowie kulturelle und religiöse Hintergründe der betroffenen Familie berücksichtigen.
- sich nicht scheuen, *Unterstützung* oder *Beratung* z. B. im Kollegium oder bei Schulpsychologischen Beratungsstellen einzuholen, wenn sie sich Sorgen um ein Kind oder einen Jugendlichen machen oder selbst Unterstützung benötigen.

Die „Charta für trauernde Kinder“ (Brüggemann & Schweichler, 2018; Schwikart, 2014) mit zehn Rechten für Kinder, die um einen Menschen trauern, findet sich im Anhang und kann auch direkt mit Kindern so besprochen oder an sie ausgeteilt werden.

2.3.2 Was hilft Schulklassen?

Schule sieht sich vor die Herausforderung gestellt, dass Personen mit unterschiedlicher Betroffenheit und unterschiedlichen Bedürfnissen in einer Klasse beziehungsweise in einem Kollegium zusammenarbeiten. Daher empfiehlt es sich, bei der Planung der schulischen Maßnahmen nach einem Trauerfall ein paar grundlegende Prinzipien zu beachten:

- *Freiwilligkeit sicherstellen*. Was einer trauernden Person guttut und was nicht, kann niemand besser entscheiden als sie selbst. Freiwilligkeit ist daher unbedingbar. Freiwilligkeit kann bedeuten, dass Schülerinnen und Schüler selbst entscheiden, ob sie ein bestimmtes Angebot annehmen möchten oder auch nicht. So kann es beispielsweise Gesprächsangebote für diejenigen geben, die dies wünschen. Freiwilligkeit kann aber auch darin bestehen, dass ein Angebot zwar im Klassenverband für alle stattfindet, dass aber allen ausdrücklich freigestellt wird, ob sie sich beteiligen oder nur zuhören möchten.
- *Trauernde als Expertinnen und Experten für die eigene Situation betrachten*. So früh und so viel wie möglich sollte die Entscheidung über das, was passiert, an die betroffene Klasse abgegeben werden. Meist haben Schülerinnen und Schüler selbst Ideen und Vorschläge auf die Frage: „Was würde Euch jetzt guttun?“ beziehungsweise „Was möchtet Ihr machen?“. Eine Möglichkeit besteht auch darin, verschiedene Optionen zur Wahl zu stellen: „Wenn Menschen traurig sind, gibt es ganz unterschiedliche Dinge, die ihnen guttun: Manchen tut es gut, sich zu bewegen. Andere möchten Zeit haben, um ihre Gedanken zu sortieren. Wie ist das bei Euch? Würde Euch eines von beidem guttun oder habt

Ihr noch eine ganz andere Idee, was Ihr jetzt gerne machen würdet?“ Wenn Klassen auf diese Weise befragt und beteiligt werden, wird sichergestellt, dass das Unterstützungsangebot tatsächlich zu den Bedürfnissen passt.

- **Verschiedene Angebote machen.** Es ist gut, wenn Schülerinnen und Schüler die Auswahl zwischen verschiedenen Angeboten der Trauerbewältigung haben. Zum Beispiel könnten Lehrerinnen und Lehrer *gleichzeitig* unterschiedliche Angebote machen, die entsprechend der individuellen Vorlieben besucht werden können. Manchmal ist das aus schulorganisatorischen oder anderen Gründen nicht möglich. Dann sollte man darauf achten, dass verschiedene Bedürfnisse *nacheinander* berücksichtigt werden.
- **Maßnahmen absprechen.** Gerade an weiterführenden Schulen unterrichten in der Regel viele verschiedene Lehrerinnen und Lehrer in einer Klasse. Wer später am Schultag oder erst an einem der folgenden Schultage zum ersten Mal in eine von einem Trauerfall betroffene Klasse kommt, sollte sich informieren, was in der Klasse bisher schon angeboten wurde und wie die Stimmung wahrgenommen wird. Bedürfnisse von Schülerinnen und Schülern verändern sich über die Zeit. Ein Angebot (z. B. ein Gespräch über das Erlebte), das am ersten oder zweiten Tag nach der Todesnachricht passend war, ist möglicherweise am dritten oder vierten Tag nicht mehr passend.

2.4 WAS BRAUCHEN LEHRERINNEN UND LEHRER SELBST?

Wenn ein Trauerfall an einer Schule auftritt, sind Lehrerinnen und Lehrer meist doppelt betroffen: Sie sind Trauernde und gleichzeitig Begleiterinnen und Begleiter der Trauer der Kinder und Jugendlichen. Sie selbst empfinden Traurigkeit, Entsetzen, Fassungslosigkeit, Ratlosigkeit, körperliche Abgeschlagenheit und vieles andere mehr – so wie andere Trauernde auch. Gleichzeitig haben sie den Wunsch ihren Schülerinnen und Schülern beizustehen und für diese da zu sein. Wie können sie mit dieser Doppelrolle gut umgehen?

Ehrlich zu sich selbst sein. Es mag überraschen, aber der erste Schritt ist ehrlich zu sich selbst zu sein und die eigene Einsatzfähigkeit zu überprüfen. Nur wenn Sie einen guten Zugang zu den eigenen Gefühlen haben, können Sie erkennen, was Sie selbst gut leisten können und wo Sie sich mit Unterstützung wohler fühlen. So könnte die Selbsterforschung ergeben, dass Sie das Gespräch mit der Klasse selbst führen, aber dabei nicht allein sein wollen. Oder Sie möchten ein schwieriges Gespräch nicht selbst führen, aber dabei sein. Möglicherweise ist Ihre eigene Belastung aber auch zu groß. Zum Beispiel, weil andere Belastungsfaktoren dazukommen oder weil in Ihrer Familie ein ähnlicher Trauerfall vorgekommen ist. Dann ist das Eingeständnis, dass Sie in der aktuellen Verfassung nicht hilfreich sein können der größte Dienst, den Sie den Schülerinnen und Schülern in diesem Moment erweisen können.

Damit Lehrerinnen und Lehrer sich offen und ehrlich die Frage nach der eigenen Einsatzfähigkeit stellen können, braucht es ein schulisches Umfeld, in dem diese Einschätzung ohne Diskussion und Nachfrage akzeptiert und unterstützt wird. Die Schulleitung kann beispielsweise explizit fragen, wer sich Begleitung für das Gespräch mit der Klasse wünscht. Oder es zirkulieren während einer Kurzkonferenz zwei Listen im Kollegium („Ich wünsche mir Unterstützung“ und „Ich kann unterstützen“), sodass im Anschluss an die Besprechung leicht Tandems gebildet werden können.

Nicht allein, sondern im Team. Es ist ungeheuer entlastend, eine schwierige Situation nicht allein meistern zu müssen, sondern gemeinsam mit einer Kollegin oder einem Kollegen. Schulintern und schulextern gibt es weitere mögliche Unterstützung: Religionslehrkräfte, Schulseelsorgerinnen und Schulseelsorger, Beratungslehrkräfte, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter, Schulpsychologinnen und Schulpsychologen.

Tränen sind nicht schlimm. Oft haben Lehrerinnen und Lehrer die Sorge, dass ihnen die Stimme versagen oder Tränen kommen könnten, wenn sie vor der Klasse stehen. Dabei kann genau dies ein wichtiges Signal sein: „Auch ich bin berührt. Diese Situation macht mich traurig.“ Die Trauer der Lehrkraft und der Umgang damit sind für Schülerinnen und Schüler auch modellhaft für den Umgang mit den eigenen Gefühlen. Sie erleben dadurch, dass es in Ordnung ist, diese Gefühle zu haben und zu zeigen und sehen auch was helfen kann: „Ich hole tief Luft; trinke einen Schluck Wasser oder warte einfach einen Augenblick ab. Dann kann ich wieder weiterreden.“

Während es kein Problem ist zu weinen und die eigene Traurigkeit zu zeigen, kann es für Schülerinnen und Schüler schwierig sein zu erleben, wenn eine Lehrkraft *völlig überwältigt* wird von den eigenen Gefühlen. Damit die trauernde Lehrkraft sich kurzzeitig zurückziehen kann ist es gut, wenn man in dieser Situation zu zweit ist.

Eine förderliche Haltung einnehmen & nicht zu hohe Ansprüche an sich selbst haben. Sie können Schülerinnen und Schüler begleiten, jedoch durch keine Technik der Welt den Schülerinnen und Schülern den Schmerz ersparen oder die Trauer abnehmen.

Es hilft, sich bewusst zu machen: Solange Sie achtsam vorgehen, gibt es kein Richtig und Falsch (wenngleich es immer so sein wird, dass Worte oder Vorgehensweisen passender für manche Schülerinnen und Schüler sind als für andere).

”

Ich bin nicht ohnmächtig, ich kann nicht gar nichts.

Ich bin nicht allmächtig, ich kann nicht alles.

Ich bin teilmächtig, ich kann was ich kann.

Ruth C. Cohn

“

Psychohygiene. Wenn Sie Kindern und Jugendlichen in einer Trauersituation zur Seite stehen, sollten Sie nicht verpassen auf sich selbst zu achten und sich die Frage stellen: „Was brauche ich, um so gut und gesund wie möglich durch diese herausfordernde Zeit zu kommen?“ Sie können:

- sich vor belastenden Informationen schützen, soweit dies möglich ist. Belastende Informationen können beispielsweise reißerische Berichte in den Medien oder auch Fotos und Videos von einem Unfallort sein.
- für sich selbst sorgen, damit Sie für andere sorgen können. Ausreichend zu essen, zu trinken und zu schlafen wird leicht vernachlässigt. Dabei kann man die Aufgaben, die anstehen nur leisten, wenn man selbst bei Kräften bleibt.
- mit anderen zusammenarbeiten und gut aufeinander achten.
- sich selbst Hilfe holen und beraten lassen.
- erinnern, was Ihnen selbst gewöhnlich in schwierigen Situationen schon einmal geholfen hat. Diese Dinge – sei es der Spaziergang im Wald, das Gespräch mit Freundinnen und Freunden oder die Yoga-Sitzung am Morgen – werden aller Wahrscheinlichkeit nach auch in der aktuellen Situation wieder helfen. Daher gilt es, sie bewusst einzuplanen.

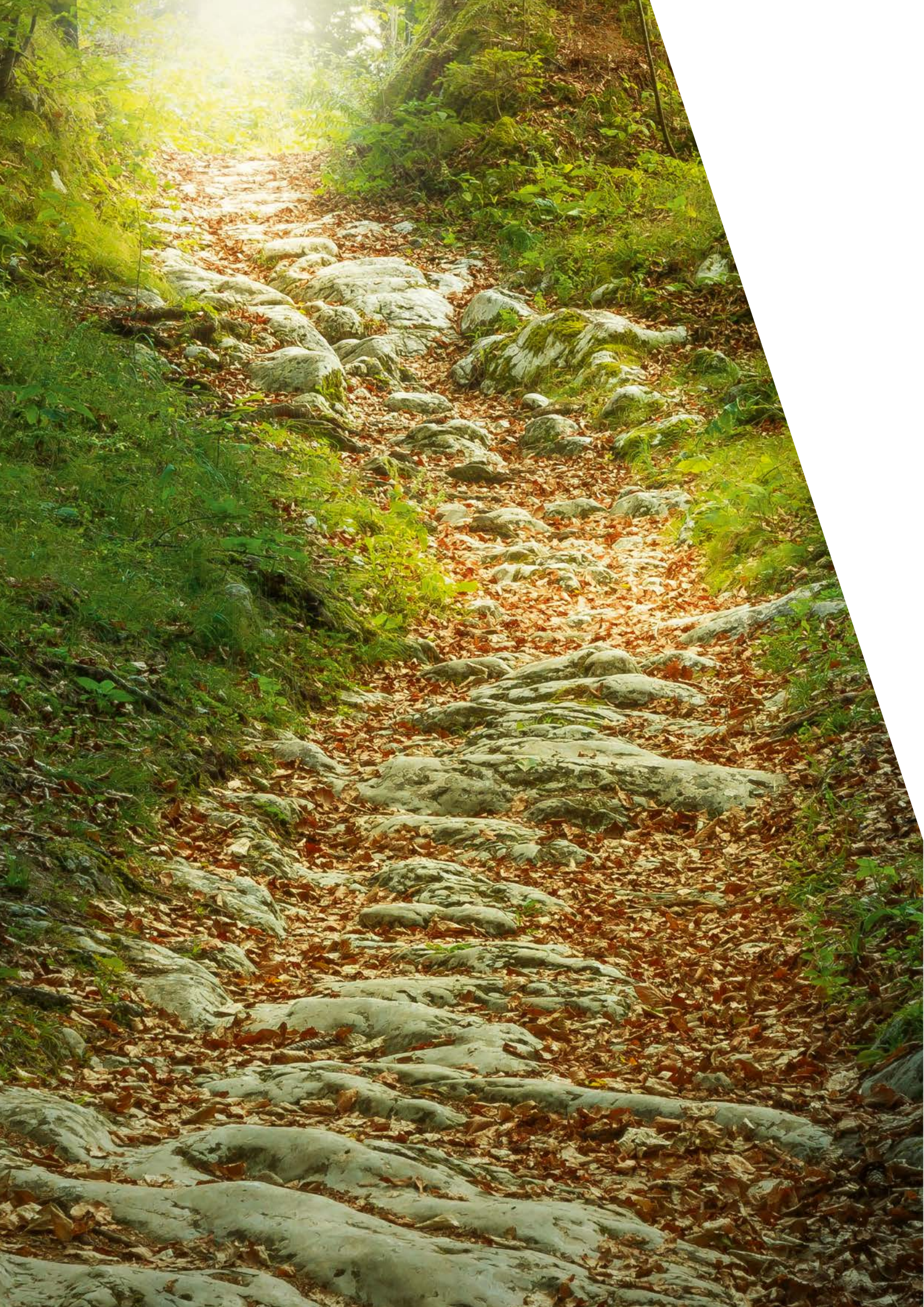
”

Was ich tue, um für mich zu sorgen? Ab und zu Pause machen. Nur einen kleinen Spaziergang durch einen nahegelegenen Park; fünf Minuten lang die Bäume angucken; sehen, wie der Fluss weiterfließt. Das Leben geht weiter. Das ist irgendwie tröstlich – zumindest für mich.

Zu sehen, dass das Leben nicht aufgehört hat.

Bernhard Meissner

“



3 Ein Todesfall an der Schule

KONKRETE HANDLUNGSSCHRITTE UND MASSNAHMEN

Nachdem im ersten Kapitel grundlegende Aspekte zum Thema Tod und Trauer betrachtet und im zweiten Kapitel der Bezug zur Schule hergestellt wurde, werden in diesem Kapitel konkrete Handlungsschritte nach einem Todesfall an einer Schule beschrieben:

- Fürsorge: Was ist wichtig in den ersten Stunden und Tagen nach einem Todesfall?
- Nachsorge: Woran muss man in den Wochen und Monaten nach einem Todesfall denken?

3.1 FÜRSORGE: HANDLUNGSSCHRITTE IN DEN ERSTEN STUNDEN UND TAGEN

Sobald die Information, dass ein Mitglied der Schule verstorben ist, die Schule erreicht, sollten zunächst alle Mitglieder des schulinternen Krisenteams informiert werden und möglichst zu einer ersten Einschätzung der Lage zusammenkommen (siehe Handlungshilfe für Schulleitungen). Wenn zeitlich möglich, können erste Aufgaben verteilt werden.

3.1.1 Kontakt aufnehmen mit der Trauerfamilie

Oft herrscht zunächst Unsicherheit, ob bzw. wann die Trauerfamilie kontaktiert werden darf: Auf keinen Fall, so der erste Impuls, soll sich die trauernde Familie gestört fühlen. Auch fühlen sich Lehrerinnen und Lehrer, Schulleiterinnen und Schulleiter nicht selten „sprachlos“. Insbesondere dann, wenn der Todesfall überraschend eingetreten ist. Mitunter haben sie auch Sorge, von der Traurigkeit der Angehörigen oder auch von der eigenen Traurigkeit überwältigt zu werden.

Es ist jedoch wichtig, dass die Klassenlehrkraft oder die Schulleitung (oder beide gemeinsam) recht früh mit der trauernden Familie in Kontakt treten, um zu kondolieren. Es ist nicht immer leicht in einer solchen Situation passende Worte zu finden. Jedoch reichen

schon wenige Sätze, um der Familie zu zeigen, dass die Schulgemeinschaft Anteil nimmt: „Es tut uns allen so leid.“ / „Wir alle – die Mitschülerinnen und Mitschüler, aber auch die Kolleginnen und Kollegen sind sehr, sehr traurig.“

Nicht nur für Angehörige ist diese erste Kontaktaufnahme wichtig und hilfreich. In diesem Gespräch können Fragen geklärt werden, die für die Bewältigung der Trauer an der Schule von großer Bedeutung sind:

- *Was ist wirklich passiert?* In der Regel kursieren nach einem Todesfall Gerüchte an der Schule. Diesen Gerüchten müssen gesicherte Informationen entgegengestellt werden. Indem die Schule sich auf Fakten bezieht, kann der Bildung von Gerüchten vorgebeugt werden. Das ist auch für Geschwisterkinder, die ebenfalls an der Schule sind, entlastend, weil sie nicht mit falschen, potenziell verletzenden Aussagen konfrontiert werden.
- *Welche Informationen dürfen (oder sollen) mit der Schulgemeinschaft geteilt werden und welche nicht?* Es gibt Informationen, von denen die Angehörigen möchten, dass sie vertraulich behandelt werden. Andere können (oder sollen) im Kollegium, in der Klasse oder in anderen Kreisen bekanntgegeben werden. Die Frage, welche Informationen vertraulich behandelt werden müssen, sollte offen besprochen werden. Die Wünsche der Angehörigen müssen unbedingt berücksichtigt werden.
- *Wie wollen wir in Kontakt bleiben?* Einem ersten, eventuell recht kurzen Kontakt können zu gegebener Zeit weitere Gespräche oder Telefonate folgen. Kündigen Sie an, dass Sie sich in den kommenden Tagen noch einmal melden werden und fragen Sie, welcher Weg der Kontaktaufnahme am angenehmsten wäre. Signalisieren Sie, dass Sie für die Trauerfamilie ansprechbar sind.

3.1.2 Die Schulgemeinschaft informieren

Die Nachricht, dass sich ein Todesfall ereignet hat, verbreitet sich rasch – nicht zuletzt mit Hilfe von modernen Kommunikationsmitteln. Doch auch wenn man das Gefühl haben könnte, dass „alle“ „es“ schon wissen, ist eine offizielle Information durch die Schulleitung aus verschiedenen Gründen unerlässlich:

- Alle Mitglieder der Schulgemeinschaft werden zuverlässig benachrichtigt; es bleibt nicht dem Zufall überlassen, wer welche Information erhält.
- Nicht nur Fakten, sondern auch Gerüchte verbreiten sich rasch. Eine offizielle Mitteilung führt zu einer Versachlichung.
- Die Art und Weise, wie die offizielle Information verfasst wird, sagt gleichzeitig etwas über den Umgang miteinander aus. Eine achtsam verfasste Information drückt aus: Jede und jeder an unserer Schule ist wichtig. Wir kümmern uns um einander und nehmen Anteil.
- Es können weitere Informationen transportiert werden, beispielsweise: Wie und wann erhält das Kollegium weitere Informationen? Wo und durch wen erhalten Schülerinnen und Schüler Hilfe, wenn es ihnen schlecht geht? Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen?

Die Todesnachricht muss in geeigneter Form dem Kollegium, den Schülerinnen und Schülern und den Eltern überbracht werden:

Information des Kollegiums

Die Schulleitung informiert das Kollegium mündlich (etwa im Rahmen einer kurzfristig einberufenen Besprechung) oder schriftlich. Es hat sich bewährt, die relevanten Informationen sowie hilfreiche Formulierungen in jedem Fall zusätzlich schriftlich zusammenzufassen und allen zur Verfügung zu stellen – auch dann, wenn die Benachrichtigung mündlich erfolgt. So können die Lehrerinnen und Lehrer jederzeit alles Wichtige noch einmal nachlesen und sich dann, wenn sie selbst ihre Klasse informieren, daran orientieren. Diese Vorlage (siehe DOK 1¹) hilft ihnen, in der ungewohnten und schwierigen Situation die passenden Worte für den Einstieg zu finden. Sie sollte Antworten auf folgende Fragen beinhalten:

- *Was ist passiert?* Die Information wird in kurzen und klaren Sätzen formuliert. Die Formulierung „tot“ oder „gestorben“ sollte verwendet werden. Umschreibende, vermeintlich „sanftere“ Begriffe („ist entschlafen“; „von uns gegangen“) irritieren Kinder und Jugendliche und bergen die Gefahr, wörtlich genommen oder missverstanden zu werden.
- *Wo finden Schülerinnen und Schüler Hilfe, wenn es ihnen schlecht geht?* An dieser Stelle können schulische und außerschulische Unterstützungssysteme genannt werden (z. B. Beratungslehrkraft, Schulsozialarbeit, Religionslehrkraft, Schulseelsorge, Beratungsstellen; vgl. 4.3 und 5.3). Es kann zusätzlich auf anlassbezogene Angebote hingewiesen werden (z. B. Trauerraum; Gesprächsangebote; etc.).
- *Welche Fragen könnten auftauchen?* Der Vorlage für Lehrerinnen und Lehrer kann auch das Dokument zu möglichen Fragen von Schülerinnen und Schülern beigefügt werden (siehe DOK 2). Ebenfalls hilfreich sind Hinweise zum Umgang mit diesen Fragen. Dies gibt Sicherheit für das Klassengespräch.

Diese Auflistung ist keinesfalls so gedacht, dass die Lehrerin oder der Lehrer alle diese Fragen *von sich aus* ansprechen soll, und auch nicht so, dass alle diese Fragen thematisiert werden müssen. Im Gegenteil: Wer

¹ Die mit DOK und einer laufenden Nummer bezeichneten Dokumente stehen als Download bereit. Der QR-Code bzw. der Link zu dieser Homepage befinden sich im Anhang.

echte Offenheit für Fragen und Ansprechbarkeit auch für schwierige Themen signalisiert, kann und darf sich darauf verlassen, dass trauernde Kinder und Jugendliche die Fragen stellen, die aktuell für sie wichtig sind und deren Beantwortung sie aktuell verkraften können.



Manchmal haben trauernde Kinder genau eine Frage und wollen genau eine Antwort.

Hanne Shah



Information von besonders stark betroffenen Klassen oder Jahrgangsstufen

Das Gespräch mit einer besonders stark betroffenen Klasse sollten immer zwei Personen führen (meist sind das die Klasse der verstorbenen Schülerin oder des verstorbenen Schülers sowie die Parallelklassen; siehe Kasten „Kreise der Betroffenheit“). Klären Sie kurz die Rollen, bevor Sie gemeinsam die Klasse betreten: Wer spricht (zuerst) und wer unterstützt bei Bedarf? Wer achtet auf die Reaktionen der Schülerinnen und Schüler? Wer begleitet diese, wenn sie den Raum verlassen wollen?

Nehmen Sie sich ruhig einen Augenblick Zeit, um sich selbst zu sammeln. Atmen Sie tief durch und trinken vielleicht noch einen Schluck Wasser oder Tee.

Bilden Sie einen Stuhlkreis, um mit den Schülerinnen und Schülern gut ins Gespräch zu kommen und um zu verdeutlichen, dass nun kein gewöhnlicher Unterricht stattfindet. Gegebenenfalls kann die Mitte des Kreises mit einer Kerze oder anderen Materialien aus dem Trauerkoffer (siehe DOK 3) gestaltet werden. Taschentücher sollten für alle gut erreichbar bereitliegen.

Informieren Sie mit *klaren Worten in kurzen, gut verständlichen Sätzen* über das gesicherte Wissen zum Todesfall. Sie können Formulierungen aus der oben erwähnten Vorlage (siehe Abschnitt „Das Kollegium informieren“ und DOK 1) übernehmen.

Für den anschließenden ersten Austausch mit der Klasse gibt es kein Patentrezept. Es gibt aber einen Leitfaden (DOK 4) sowie Empfehlungen und Vorschläge für die Struktur dieses Gesprächs:

- Das Gespräch sollte *sachlich orientiert* sein. Durch Sachlichkeit bekommen diffuse Ängste ein Gegengewicht.
- Bieten Sie ausreichend *Raum für Fragen* der Schülerinnen und Schüler.
- *Sprechen Sie im Erstgespräch nicht aktiv Gefühle an.* Damit können Gefühlsüberflutungen ausgelöst werden, deren Folgen sich im Gruppenkontext schwer kontrollieren lassen. Selbstverständlich kann über Gefühle gesprochen werden, wenn diese von den Schülerinnen und Schülern benannt werden. Vermeiden Sie jedoch, Gefühle abzufragen oder vertiefend zu besprechen. Fragen Sie lieber „Wie hast Du reagiert?“ als „Wie hast Du dich gefühlt?“ und lieber „Was hat Dir dann geholfen?“ statt „War das sehr schlimm für Dich?“.

Wenn das Überbringen der Todesnachricht zu Beginn des Schultages stattgefunden hat, gilt es den weiteren Schultag entsprechend den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler zu gestalten. Je nach Alter der Schülerinnen und Schüler können Sie erfragen, wie sie den Tag weiter verbringen wollen oder ihnen Vorschläge dazu machen. Ideen dazu sind im Abschnitt 3.1.3 sowie im Anhang aufgeführt. In jedem Fall müssen Sie vor Ende des Schultages mit den Schülerinnen und Schülern besprechen, wie es für diese an dem Tag weitergehen wird: Werden sie allein zu Hause sein oder ist jemand bei ihnen? Wissen sie, an wen sie sich wenden können, wenn es ihnen schlecht geht? Wie können sie sich gegenseitig unterstützen?

Aus verschiedenen Gründen ist es wichtig, die Schülerinnen und Schüler *nicht* vorzeitig nach Hause zu entlassen, sondern zur gewohnten Zeit: Zum einen wirkt das Beibehalten von gewohnten Strukturen stabilisierend. Dazu zählt auch das Einhalten von Pausen- und Endzeiten. Zum anderen ist bei einem früheren Schullende nicht sichergestellt, dass bei Bedarf eine erwachsene Ansprechperson verfügbar ist. Dies ist auch bei älteren Kindern und Jugendlichen in dieser besonderen Situation ratsam. Und schließlich gibt es noch

einen weiteren wichtigen Grund: Die Zeit bis zum Unterrichtsschluss kann genutzt werden, um ein Informationsschreiben an die Eltern zu verfassen und zu versenden (siehe unten).

Information von weniger betroffenen Klassen

Der Unterstützungs- und Redebedarf der Schülerinnen und Schüler ist meist nicht so groß, wenn die Klasse von einem Todesfall weniger betroffen ist. Dennoch ist es aus den genannten Gründen wichtig auch in diesen Klassen die Nachricht mitzuteilen.

Auch hier erfolgt die Information über den Tod mit klaren Worten in kurzen, gut verständlichen Sätzen. Es kann auch ein Trauerritual eingesetzt werden (z. B. Kerze anzünden; Schweigeminute). Im Anschluss daran sollte Raum für Fragen und Reaktionen der Schülerinnen und Schüler sein, aber auch die Möglichkeit, mit dem normalen Unterricht weiterzumachen. In den darauffolgenden Unterrichtsstunden und Tagen ist es wichtig, die Reaktionen der Schülerinnen und Schüler im Blick zu behalten (siehe DOK 5) und auf mögliche Trauerreaktionen zu achten (siehe Kapitel 1).

Zeitnahe Information der Eltern

Insbesondere in der Grundschule, aber auch in weiterführenden Schulen sollten die Eltern zeitnah über einen aufgetretenen Todesfall informiert werden. Hilfreich ist es daher, wenn ein Schreiben an die Eltern verfasst und ausgeteilt oder elektronisch verschickt wird, bevor die Schülerinnen und Schüler nach Hause entlassen werden. Dem Schreiben können die Eltern entnehmen, was passiert ist und wie seitens der Schule damit umgegangen wird. Es kann auch Hinweise enthalten, welche Reaktionen bei Kindern und Jugendlichen nach einem solchen Ereignis auftauchen können und wie sie selbst als Eltern ihre Kinder begleiten und unterstützen können (siehe DOK 6).

WER IST BESONDERS BETROFFEN?

Auf Schulebene, aber auch für jede einzelne Klasse stellt sich die Frage, wer von dem Todesfall in besonderem Maße betroffen sein könnte („Kreise der Betroffenheit“; siehe DOK 7). Dafür sind verschiedene Faktoren relevant:

- **Soziale / psychologische Nähe.** Ein Todesfall ist in der Regel für diejenigen stärker belastend, die in einer engen Beziehung zu der verstorbenen Person standen. So sind Familienangehörige und enge Freundinnen und Freunde stärker betroffen als Klassenkameradinnen und Klassenkameraden. Diese wiederum sind oft stärker betroffen als Schülerinnen und Schüler aus anderen Klassenstufen. Psychologische Nähe kann auch dadurch entstehen, dass sich eine Schülerin oder ein Schüler der verstorbenen Person in bestimmter Weise ähnlich fühlt. Es ist wichtig zu bedenken, dass soziale beziehungsweise psychologische Nähe oft, aber nicht immer mit schulischen Strukturen (Klasse, Klassenstufe) zusammenfällt. So kann ein Kind, das nicht in derselben Klasse wie das verstorbene Kind ist, besonders betroffen sein, weil es im gleichen Fußballverein spielt, nach der Schule den gleichen Hort besucht oder aus dem gleichen Dorf kommt.
- **Räumliche Nähe.** Es ist davon auszugehen, dass Personen, die beispielsweise während eines Unfalls direkt vor Ort waren, stärker betroffen sind als Personen, die in Hörweite waren oder die das Ereignis nicht direkt miterlebt haben.
- **Vorbelastung / persönliche Risikofaktoren.** Für Personen, die vor nicht allzu langer Zeit selbst einen schweren Verlust erlitten haben oder die aufgrund ihrer aktuellen Lebensumstände stark belastet sind und wenige Ressourcen für die Bewältigung der Situation haben, kann ein Todesfall besonders belastend sein, auch wenn sie den verstorbenen Menschen nicht gut kannten.



Einige der oben genannten Faktoren lassen sich recht gut von außen einschätzen. So kann man beispielsweise schnell herausfinden, ob es Geschwisterkinder an der Schule gibt. Andere Faktoren (z. B. Wissen um besondere Belastungsfaktoren) lassen sich von außen nicht immer einschätzen. Es ist es wichtig, spezifische Unterstützungsangebote für diejenigen zu planen, von denen bekannt ist, dass sie besonders stark betroffen sind und darüber hinaus offene Unterstützungsangebote vorzusehen, die von jedem Mitglied der Schulgemeinschaft bei Bedarf in Anspruch genommen werden können.

3.1.3 SCHULISCHE ANGEBOTE ZUR TRAUERBEWÄLTIGUNG

„Gemeinsam trauern – Individualität ermöglichen“ – das ist eine geeignete Leitlinie für die Planung von Maßnahmen zur Trauerbewältigung. Schulen können schulweite Angebote, Angebote für Klassen und Angebote für einzelne, besonders betroffene Schülerinnen und Schüler planen. In diesem Abschnitt werden einige Rituale und Gestaltungsmöglichkeiten exemplarisch dargestellt. Eine ausführliche Sammlung findet sich im Anhang.

Angebote für Klassen

Klassenzimmer gestalten. Für Klassen stellt sich die Frage, wie mit dem Sitzplatz der verstorbenen Person umgegangen werden soll. Analoges gilt für den Platz im Lehrerzimmer, wenn eine Kollegin oder ein Kollege verstorben ist. Oft wird der Sitzplatz zunächst besonders gestaltet (Kerze; Lieblingsgegenstand; Symbole, die an die Person erinnern...). Mittel- oder langfristige kann es belastend sein, neben einem leeren Stuhl zu sitzen; daher ist es sinnvoll, die Sitzordnung zu gegebener Zeit zu ändern (siehe 3.2.1). Manche Klassen oder Kolleginnen entscheiden sich, eine Gedenkwand oder -ecke zu gestalten.

Formen produktiver Verarbeitung. Einige Angebote für Klassen am ersten Tag oder an den ersten Tagen nach dem Todesfall wurden schon erwähnt: Kreative Angebote, Bewegung, Musik, einen Brief an die Trauerfamilie schreiben, etc. (siehe auch Sammlung im Anhang).



„*Unterricht light*“. Einerseits entspricht es dem Bedürfnis nach Normalität, nach Ablenkung und einer Trauerpause, wenn recht bald nach einem Trauerfall wieder Unterricht stattfindet. Andererseits gehören mangelnde Konzentrations- und Merkfähigkeit zu den Symptomen der Trauer. „*Unterricht light*“ oder „So etwas wie Unterricht“ stellt einen Ausweg aus diesem Dilemma dar: Es werden keine neuen oder schwierigen Inhalte erarbeitet, sondern bereits bekannte Inhalte wiederholt oder einfache Arbeitsblätter bearbeitet.

Schulweite Angebote

Trauerraum. Oft entsteht nach einem Todesfall an Schulen der Wunsch, einen Trauerraum als zentralen Ort des Gedenkens und als Rückzugsraum für Trauernde einzurichten. Dieser Raum kann von Schülerinnen und Schülern einzeln, in kleinen Gruppen oder auch von Klassen gemeinsam aufgesucht werden. Kolleginnen und Kollegen können dieses Angebot ebenfalls für sich selbst nutzen.

Der Trauerraum sollte an einem hellen, freundlichen und leicht zugänglichen Ort in der Schule eingerichtet werden, der jedoch nicht direkt im Eingangsbereich liegt. Schülerinnen und Schüler können den Raum aufsuchen, wann immer sie das Bedürfnis dazu haben; sie werden jedoch nicht automatisch damit konfrontiert, sobald sie die Schule betreten. Der Raum wird ansprechend und würdevoll gestaltet, gegebenenfalls gemeinsam mit der besonders betroffenen Klasse. Materialien, die bei der Einrichtung des Raumes hilfreich sein können, finden sich im Trauerkoffer (siehe DOK 3): Neben einer Kerze, passender Musik sowie Taschentüchern sollten im Raum Blätter und Stifte bereitgestellt werden.



Die Besucherinnen und Besucher des Trauerraums können aufschreiben, was sie mit der verstorbenen Person verbinden; sie können eine Botschaft an diese Person oder an die Angehörigen verfassen; sie können gute Wünsche aufschreiben oder auch Gedanken, die sie gerne noch mitgeteilt hätten. In jedem Fall muss vorher bekannt sein, was mit den beschriebenen Zetteln passieren wird (siehe DOK 8): Sollen sie der Trauerfamilie überreicht werden? Werden sie verbrannt? Die Trauernden können dann entscheiden, ob sie ihren Zettel im Raum lassen wollen (für alle sichtbar aufgehängt oder verdeckt, z. B. in einer Schüssel oder einem Kasten).

Der Trauerraum sollte von einer weniger stark betroffenen Pädagogin oder Pädagogen betreut werden. Aufgabe ist es einfach da zu sein, die Traurigkeit der Schülerinnen und Schüler gemeinsam mit ihnen auszuhalten und gegebenenfalls ihre Fragen zu beantworten.

Offenes Gesprächsangebot. Besonders in den ersten Tagen nach einem Todesfall hat es sich bewährt allen Schülerinnen und Schülern ein offenes und niedrigschwelliges Gesprächsangebot zu machen. Diese entscheiden selbst, ob sie es in Anspruch nehmen wollen. Lehrerinnen und Lehrer sollten ihre Klassen auf das Angebot hinweisen, aber nicht einzelne Schülerinnen und Schüler „schicken“. Die Gespräche können so-

wohl von schulinternen Fachkräften (Beratungslehrkräfte, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter; Religionslehrkräfte, Schulseelsorge) als auch von externen Fachkräften (z. B. Schulpsychologinnen und Schulpsychologen) mit *festen Sprechzeiten vor Ort* angeboten werden.

Gedenkfeier in der Schule. Wenn eine Teilnahme an der Beerdigung nicht möglich oder gewünscht ist, besteht die Möglichkeit, im Rahmen einer gemeinsamen Feier an der Schule der verstorbenen Person zu gedenken und Abschied zu nehmen. Je nach Situation kann das ein Angebot für die gesamte Schule oder auch für einzelne Jahrgangsstufen sein. Oft übernehmen Religionslehrkräfte die Planung und Vorbereitung. Nach einem Suizid sind aufgrund der Gefahr der Nachahmung bestimmte Punkte zu beachten (z. B. keine Idealisierung und zu starke Emotionalisierung; siehe DOK 9).

Traueranzeige. Schulen ist es oft ein Bedürfnis, mit einer Traueranzeige in der lokalen Zeitung ihrer Trauer Ausdruck zu verleihen und den Hinterbliebenen die Anteilnahme der Schulgemeinschaft auszudrücken.

Beerdigung

Viele Kinder und Jugendliche waren noch nie auf einer Beerdigung. Sie sind nicht vertraut mit den Abläufen, Riten und Gepflogenheiten. Der Gedanke an diese Situation löst oft Unsicherheit und vielleicht auch Ängste aus. Auch Eltern sind oft unsicher, ob sie (insbesondere jüngeren) Kindern die Teilnahme an einer Trauerfeier zumuten können oder ob das nicht zu belastend ist. Es ist selbstverständlich eine individuelle Entscheidung, ob man an einer Trauerfeier teilnehmen möchte. Aber es gibt gute Gründe, dies zumindest in Erwägung zu ziehen. So hilft der Besuch der Trauerfeier, die Realität des Todes zu begreifen und zu verstehen, dass die verstorbene Person wirklich nicht mehr wiederkommen wird. Eine Beerdigung ist auch eine Gelegenheit, eigenen Gefühlen Ausdruck zu verleihen und getröstet zu werden (und auch andere zu trösten). Wenn seitens der Schule der (gemeinsame) Besuch der Beerdigung angeregt oder geplant wird, gilt es, diese Dinge zu beachten:

- **Absprachen mit der Trauerfamilie.** Die Frage, ob eine Teilnahme von Klassenkameradinnen und Klassenkameraden an der Trauerfeier erwünscht ist, muss mit den Angehörigen der verstorbenen Person geklärt werden. In diesem Gespräch erfährt man auch die Vorstellungen und Wünsche der Familie in Bezug auf die Trauerfeier (ob zum Beispiel Trauerkleidung gewünscht ist oder nicht). Wenn eine Teilnahme an der Trauerfeier nicht möglich ist, kann mit der Klasse ein Besuch am Grab in den Tagen nach der Beerdigung geplant werden.
- **Schülerinnen und Schüler vorbereiten.** Wo findet die Beerdigung statt? Was wird dort zu sehen sein (Sarg oder Urne, eventuell ein Foto, Blumen ...)? Was werden sie beobachten? (Beispielsweise: „Ihr werdet sehen, dass auch viele Erwachsene weinen, weil sie sehr traurig sind.“) Gerade weil die meisten Kinder und Jugendlichen noch nie an einer Trauerfeier teilgenommen haben, haben sie viele Fragen. Bei deren Beantwortung gilt es, kulturelle Unterschiede zu berücksichtigen (siehe Abschnitt 1.5).
- **Teilnahme muss freiwillig sein.** Insbesondere wenn eine Klasse beschließt, gemeinsam an der Trauerfeier teilzunehmen, ist es wichtig zu betonen, dass jede und jeder für sich eine abweichende Entscheidung treffen kann. Ebenso ist es möglich, die Trauerfeier zu verlassen, wenn man feststellen sollte, dass es einem nicht gut damit geht (oft reicht allein das Wissen, dass man selbst die Kontrolle hat und die Situation verlassen darf, um sich wohler zu fühlen – auch wenn man letzten Endes von dieser Möglichkeit doch keinen Gebrauch macht). Für Kinder und Jugendliche ist es nicht immer leicht, anders als die Gruppe zu entscheiden. Schülerinnen und Schülern fällt es leichter, eine eigene Entscheidung zu treffen, wenn man bespricht: Es gibt gute Gründe, die Trauerfeier zu besuchen, aber auch gute Gründe, die dagegensprechen könnten.

- **Begleitung sicherstellen.** Kinder werden, wenn sie an der Trauerfeier teilnehmen, in der Regel von einem Elternteil oder einer anderen erwachsenen Vertrauensperson begleitet. Bei Jugendlichen ist das nicht unbedingt der Fall. Die Schule sollte daher sicherstellen, dass eine ausreichende Anzahl an erwachsenen Begleitpersonen zur Verfügung steht, um für die Schülerinnen und Schüler da zu sein, ihre Fragen zu klären und um sie zu einem etwas abgelegenen Ort zu begleiten, falls sie Abstand von der Situation benötigen.

3.1.4 VORBEREITUNG AUF DEN UMGANG MIT SCHWIERIGEN REAKTIONEN

In diesem Kapitel geht es um Situationen, die häufig vorkommen und von Lehrerinnen und Lehrern als schwierig erlebt werden können. Es soll helfen, sich auf solche Situationen vorzubereiten und damit umzugehen.

Tränen

Tränen – meist in Form von stillen Tränenflüssen, manchmal jedoch auch begleitet von lautem Klagen und Schluchzen – sind eine natürliche und normale Reaktion auf ein Verlusterlebnis. Obwohl dies so ist, lösen sie manchmal Unwohlsein und Hilflosigkeit beim Gegenüber aus. Dabei braucht es oft nicht viel, um einer weinenden Person beizustehen. Am wichtigsten ist es dazubleiben. So signalisiert man: „Ich halte Deine Tränen und Deine Traurigkeit mit Dir aus. Du bist nicht allein.“ Zusätzlich kann es helfen der trauernden Person zuzuhören (ohne vorschnell vermeintlich tröstende Worte zu sagen), Zeit zu geben, Taschentücher zu reichen und, wenn es die Beziehung erlaubt, eine Hand auf die Schulter oder den Arm zu legen.

Lachen

Es kommt vor, dass Schülerinnen und Schüler im Klassengespräch oder während anderer Angebote zur Trauerbewältigung kichern, laut lachen oder auch Späße machen. Meist geschieht das unwillkürlich („Ich weiß selbst nicht, warum ich gerade lache. Ich kann irgendwie nicht anders.“). Lachen ist ebenso wie das Weinen ein Ausdruck tiefer Gefühle und lässt sich

schwer kontrollieren. Schülerinnen und Schüler empfinden das manchmal selbst als unpassend. Es hilft, mit ruhiger Stimme zu erklären, was passiert: Dass sie sehr traurig und durcheinander sind und dass es gut und richtig ist, starke Gefühle nach dem Tod einer nahe stehenden Person zu haben (Paul, 2021).

Witze und Blödeleien

Mitunter machen Schülerinnen und Schüler aber auch mit einer bestimmten Absicht Witze oder blödeln herum („Ich kann es nicht aushalten zu sehen, dass alle so traurig sind. Wenn ich dann einen Witz mache, lachen sie wenigstens mal wieder kurz.“). Für das Umfeld wirken die Albereien und Witze so, als habe die Schülerin oder der Schüler den Ernst der Lage nicht verstanden, wolle die anderen provozieren oder sich über ihre Trauer lustig machen. Wenn Sie in ruhiger Atmosphäre und ohne Vorwürfe fragen, was hinter den Witzen und Blödeleien steckt, kommt die gute Absicht zutage und kann gewürdigt werden („Du hast ein feines Gespür dafür, dass es Deinen Mitschülerinnen und Mitschülern nicht gut geht. Du möchtest, dass es ihnen bessergeht.“). Gemeinsam können Sie dann andere Wege und Verhaltensmöglichkeiten suchen, um das gleiche Ziel zu erreichen.

Spannungen oder Konflikte in der Klasse

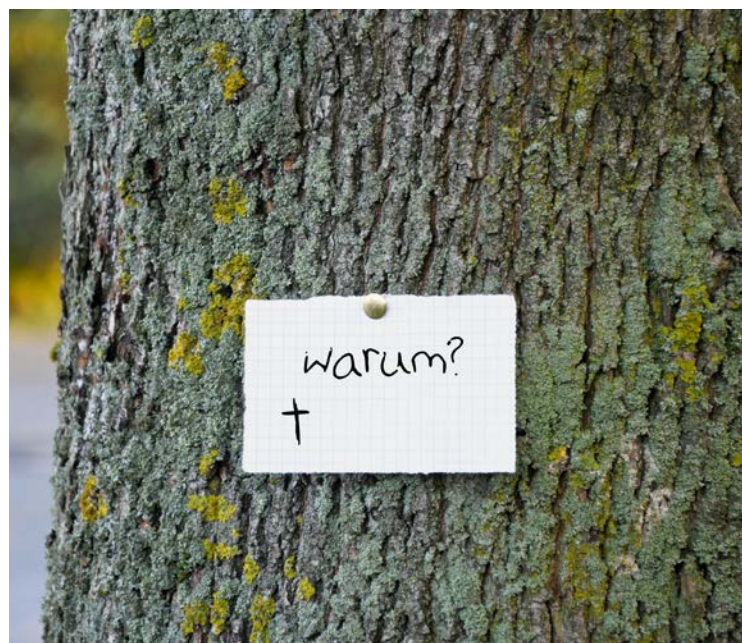
Trauer ist ein höchst individueller Prozess. Dass die Bedürfnisse und Bewältigungsstile so unterschiedlich sind, kann für die Schülerinnen und Schüler befremdlich und irritierend, mitunter sogar verletzend sein („Wieso lachst Du?“ / „Wie kannst Du jetzt überhaupt daran denken, Fußball zu spielen?“). Umso wichtiger ist es, diese Unterschiede zu benennen („Einige von Euch sind sehr still und weinen; andere fühlen sich hier im Klassenzimmer sichtlich unwohl und würden jetzt vielleicht gerne etwas ganz Anderes tun.“). Helfen Sie den Schülerinnen und Schülern bei der Einordnung und Erklärung dieser unterschiedlichen

Reaktionen: Es gibt kein „Richtig“ oder „Falsch“. Alles sind *gewöhnliche Reaktionen auf ein ungewöhnliches Ereignis*. Allein diese Benennung und Einordnung kann dazu beitragen, dass die Akzeptanz der Unterschiede und das Verständnis der Schülerinnen und Schüler füreinander wachsen. Wenn das jedoch nicht der Fall ist und unterschiedliche Reaktionen weiterhin Spannungen auslösen, kann man die Klasse teilen oder, falls das nicht möglich ist, fragen: „Wie wollt Ihr als Gruppe jetzt damit umgehen, dass die Bedürfnisse so unterschiedlich sind?“

Umgang mit Fragen der Schülerinnen und Schüler

Schülerinnen und Schüler haben nach einem Todesfall viele Fragen. Die Fragen, mit denen Lehrerinnen und Lehrer konfrontiert sind, können unterschiedlicher Natur sein:

Fragen, auf die es eine generelle Antwort gibt. Es gibt Fragen, auf die Sie sich vorbereiten können, indem Sie sich ganz unabhängig von einem konkreten Todesfall mit dem Thema Tod und Sterben auseinandersetzen. Gerade für die Gespräche mit jüngeren Schülerinnen und Schülern finden Sie in der Literatur (siehe Anhang) Hinweise darauf, was Sie antworten können und mit Hilfe welcher Bilder oder Analogien bestimmte Inhalte für Kinder gut verständlich werden (z. B. Schroeter-Rupieper & Sönnichsen, 2020).



Fragen, die man nicht beantworten möchte. Mitunter stellen Schülerinnen und Schüler Fragen, die man nicht beantworten möchte oder darf: So erlauben manchmal die Angehörigen nicht, dass bestimmte Details bekannt werden. Oder es ist (beispielsweise bei Suizid) aus fachlichen Gründen wichtig, keine Details zu nennen. Auch wenn Sie solche Fragen nicht inhaltlich beantworten, müssen Sie in irgendeiner Weise reagieren. In diesem Fall können Sie die Schülerinnen und Schüler fragen, warum dies wichtig für sie ist. Sie können auch Verständnis dafür äußern, dass diese Frage gestellt wird und gleichzeitig erklären, warum Sie sie nicht beantworten (siehe DOK 2).

Fragen, auf die man keine Antwort weiß. Es wird auch Fragen geben, auf die Sie keine Antwort wissen – auf die vielleicht niemand eine Antwort wissen kann. Kinder und Jugendliche erwarten nicht auf alle ihre Fragen eine Antwort. Sie werden einen Austausch dann als hilfreich und wohltuend erleben, wenn sie das Gefühl haben, alle Fragen aussprechen zu dürfen und wenn sie erleben, dass sie gehört und ernst genommen werden; wenn sie ein Gegenüber haben, das Fragen klar und prägnant beantwortet, aber auch offen und ohne Ausschweifung dazu steht, auf manche Fragen keine Antworten zu haben (Alefeld-Gerges & Sigg, 2020).

Schuldgefühle

Manchmal können, für das Umfeld überraschend, Schuldgefühle nach einem Todesfall auftreten („Ich bin schuld, weil ich vorgeschlagen habe, dass wir heute mit dem Fahrrad fahren. Wenn wir mit dem Bus gefahren wären, wäre das nicht passiert.“ / „Ich hätte das verhindern müssen.“). Sie werden *subjektiv* empfunden und treten unabhängig davon auf, ob eine tatsächliche Schuld (etwa im juristischen oder moralischen Sinn) besteht (Becker & Shah, 2008; Shah & Weber, 2017). Menschen haben das Bedürfnis, die Welt als beeinflussbar und prinzipiell kontrollierbar anzusehen. Dies wird durch einen Todesfall erschüttert. Schuldgefühle können dann dazu beitragen, das Gefühl von Kontrollierbarkeit wiederherzustellen: Wenn ich glaube, durch mein Verhalten ein Ereignis mit herbeige-

führt zu haben, dann ist dieses Ereignis vielleicht in der Zukunft vermeidbar. Damit erfüllen Schuldgefühle also eine wichtige Funktion (Bohus & Wolf-Arehult 2013). Gleichzeitig sind sie sehr belastend und bergen die Gefahr von Selbstbestrafungen und Kurzschluss-handlungen. Daher ist es wichtig, eine Person, die Schuldgefühle äußert, zunächst zu *schützen* und zu *entlasten*. Es wird nicht gelingen (und sollte auch nicht versucht werden), ihr die Schuldgefühle auszureden. Vielmehr können Sie im Gespräch den Unterschied zwischen subjektiv empfundener und objektiv vorhandener Schuld thematisieren und so eventuell zu einer Abschwächung der Schuldgefühle beitragen. Sie können signalisieren: „Auch diese Gedanken dürfen ausgesprochen werden. Sie brauchen ihren Raum.“ Eine Möglichkeit, Schuldgefühle konstruktiv aufzugreifen, könnte sein, mit der Klasse zu überlegen, worauf man in Zukunft gemeinsam achten und was man verändern möchte.

Für Lehrerinnen und Lehrer kann es sehr herausfordernd sein, Schuldgefühle weder zu verstärken noch zu tabuisieren. Wenn Sie unsicher sind oder wenn es nicht genügt, in diesem Rahmen darüber zu sprechen, können Sie fachliche Hilfe (z. B. durch die Schulpsychologischen Beratungsstelle) hinzuziehen.

Schuldvorwürfe

Bei Schuldgefühlen wird die Verantwortung für einen Todesfall der eigenen Person zugeschrieben. Im Gegensatz dazu werden bei *Schuldvorwürfen* andere für den Tod verantwortlich gemacht („Wenn Du nicht immer so gemein zu ihr gewesen wärest, dann wäre es ihr nicht so schlecht gegangen.“). Auch Schuldvorwürfe sind Ausdruck einer Trauerreaktion. Sie entspringen, ebenso wie Schuldgefühle, dem Bedürfnis, die Welt als beeinflussbar und prinzipiell kontrollierbar anzusehen. Manchmal wird ein Verlust besser aushaltbar, wenn es einen (vermeintlich) Schuldigen gibt (Alefeld-Gerges & Sigg, 2020).

Wenn sich Schuldvorwürfe gegen Mitschülerinnen oder Mitschüler richten, müssen diese von der Lehrerin oder dem Lehrer geschützt werden. Das kann geschehen, indem Gerüchten klar entgegengetreten wird und die Fakten benannt werden („Der Tod hat nichts mit dem vorangegangenen Streit zu tun. Todesursache war eine unentdeckte Erkrankung.“). Schuldvorwürfe können eine schwierige Dynamik bewirken. In dieser Situation kann fachliche Unterstützung sehr hilfreich sein (Paul, 2019).

Wenn sich Schuldvorwürfe z. B. von Jugendlichen nach dem Tod eines Elternteils an Personen außerhalb der Schulgemeinschaft richten (z. B. Ärztinnen und Ärzte), können sie für den Moment als Ausdruck der Trauer verstanden und akzeptiert werden. Sie dienen der Verarbeitung.

3.2 NACHSORGE: LÄNGERFRISTIGE PERSPEKTIVEN

Nach einem Trauerfall gibt es zunächst eine kurze, aber intensive Zeit, in der der Alltag und der normale schulische Tagesablauf in den Hintergrund treten. Diese Phase der *Fürsorge* geht über in die Phase der *Nachsorge*, in der nun andere Fragen im Vordergrund stehen.



3.2.1 Rückkehr zum Alltag

Ein sensibles Thema ist die Frage nach einem angemessenen Zeitpunkt für die Rückkehr zum (schulischen) Alltag: Wie lange soll der Trauerraum geöffnet bleiben? Sollen geplante schulische Aktivitäten und Feste stattfinden? Was geschieht mit dem Sitzplatz eines verstorbenen Kindes oder Jugendlichen im Klassenzimmer? Auch hier gehen die Bedürfnisse und Wünsche der Trauernden auseinander. Es wird keine Lösung geben, die von allen gleichermaßen befürwortet wird. Aber dennoch gibt es einige Aspekte, die berücksichtigt werden sollten: Die Maßnahmen sollten den Bedarfen an der Schule angepasst sein und insgesamt nicht zu lange dauern. Es ist sinnvoll, *markante Zeitpunkte im Trauerprozess* (Beerdigung; Gedenkfeier an der Schule) oder auch *natürliche Einschnitte im Schuljahr* (den Beginn von Ferien oder das Ende des Schuljahres) zu nutzen, um beispielsweise den Trauerraum zu schließen. *Transparenz* ist ein weiterer wichtiger Faktor: Damit ist gemeint, dass das Ende von Maßnahmen (z. B. Schließung des Trauerraums) oder auch Entscheidungen bezüglich der weiteren schulischen Abläufe mitgeteilt werden, sodass die Schülerinnen und Schüler Zeit haben, sich darauf vorzubereiten.

Fragen, die die Rückkehr zum Alltag betreffen sollten, wo immer möglich, im Austausch mit den Betroffenen entschieden werden.

3.2.2 Weiterer schulischer Verlauf

Schuljahresende und Versetzungsentscheidung. Wenn ein Todesfall eingetreten ist, können die Trauernden in der Regel unmittelbar nach dem Ereignis mit viel Mitgefühl und Rücksichtnahme auch in schulischen Belangen rechnen. Mit der Zeit jedoch nimmt das ab, sei es, weil der Todesfall im normalen Schulalltag allmählich in Vergessenheit gerät oder aufgrund der Vorstellung einer „angemessenen“ Dauer von Trauer (siehe 1.3). Bleiben Sie während des Schuljahres mit den betroffenen Schülerinnen und Schülern im Gespräch und bieten Sie bei Bedarf Unterstützung an, sodass möglichst nicht zu große Wissenslücken entstehen. Wenn am Ende des Schuljahres die Versetzung dennoch in Gefahr ist, bedenken Sie, dass es möglicher-

weise einen Zusammenhang mit dem Trauerfall und der besonderen Situation gibt. Es ist wichtig zu überlegen, inwieweit pädagogische Freiräume genutzt werden können, um einen Verbleib in der Klasse zu ermöglichen (Frank & Koller, 2012).

Wechsel der Klassenleitung oder Schulwechsel. Wenn die Klasse im kommenden Schuljahr von einer neuen Klassenlehrkraft übernommen wird, sollte mit dem trauernden Kind beziehungsweise Jugendlichen und gegebenenfalls mit den Eltern besprochen werden, welche Informationen weitergegeben werden dürfen. Dies gilt auch bei einem Schulwechsel. Es hilft dem trauernden Kind, wenn Sie in einem ruhigen Moment das Gespräch suchen und anbieten, gemeinsam auf die Zeit seit dem Todesfall zu blicken: Was war – in der Klasse, in der Schule oder auch ganz allgemein – besonders schwierig? Was war gut oder hilfreich in dieser schwierigen Zeit? Gibt es etwas, das die neue Klassenlehrerin oder der neue Klassenlehrer wissen sollte? Falls ja: Wer sagt es ihr beziehungsweise ihm? Das ist insbesondere dann wichtig, wenn der Tod im privaten Umfeld einer Schülerin oder eines Schülers stattfand (wenn also beispielsweise ein Elternteil oder Geschwisterkind verstorben ist). Anders als beim Tod eines Mitglieds der Schulgemeinschaft ist nicht davon auszugehen, dass *alle* Lehrerinnen und Lehrer von diesem Ereignis wissen. Wenn sie jedoch nichts von der besonderen Situation wissen, können sie auch keine Rücksicht darauf nehmen.

Ort der Erinnerung und Zeiten des Gedenkens. Nach einer gewissen Zeit entscheiden sich einige Schulen, einen bleibenden Ort der Hoffnung oder des Gedenkens zu schaffen, zum Beispiel einen Baum zu pflanzen. Aber auch ohne diesen Ort gibt es im Laufe dieses und der folgenden Schuljahre zahlreiche Anlässe zum Erinnern und Gedenken: So kann am Geburtstag, am Jahrestag oder im Rahmen einer Abschlussfeier an die verstorbene Person erinnert werden. Dies entspricht oft den Bedürfnissen der Mitschülerinnen und Mitschüler („Er/sie gehörte doch zu uns.“ / „Es ist eine lange Zeit vergangen und unser Leben ist wieder ganz

anders. Aber wir haben sie/ihn nicht vergessen.“). Auch Angehörige empfinden Anteilnahme und Zeichen der Erinnerung als sehr tröstlich (Witt-Loers, 2016).

3.2.3 Braucht es mehr Unterstützung?

Trauernde Kinder und Jugendliche brauchen Zeit, Unterstützung und verlässliche, vertraute Erwachsene, die ihnen beistehen (siehe 1.6 und 2.3). Dann werden sie in der Regel erleben, dass die Trauer sich verändert: dass die Intensität des Schmerzes mit der Zeit abnimmt und dass Symptome, die anfänglich Sorgen gemacht haben (z. B. Appetitlosigkeit oder Schlaflosigkeit), weniger werden. Es gibt jedoch auch Trauernde, bei denen das nicht so ist oder deren Verhalten Anlass zur Sorge bereitet (Leistungsabfall in der Schule; „auffälliges Verhalten“; Mitschülerinnen oder Mitschüler, die besorgt sind). Es gilt diese Schülerinnen und Schüler im Blick zu behalten, mit ihnen im Gespräch zu bleiben und bei Bedarf passende Hilfe zu vermitteln. Um abzuwägen, welche weitere Unterstützung angezeigt ist, können sich Lehrkräfte an die zuständige Schulpsychologische Beratungsstelle wenden.



4 Vorsorge

WIE KANN SICH DIE SCHULE AUF EINEN TRAUERFALL VORBEREITEN?

Todesfälle an Schulen treten häufig plötzlich und unerwartet auf. Sie sind (glücklicherweise) nicht planbar. Planbar ist hingegen der Umgang der Schule mit einem Todesfall. Deshalb sollten sich die schulinternen Gremien die Fragen stellen: „Wie würden wir damit umgehen, wenn ein Mitglied unserer Schulgemeinschaft versterben würde? Was ist uns wichtig? Wie müssen wir uns vorbereiten, damit wir mit einem solchen Ereignis gut umgehen könnten?“

4.1 KRISENTEAM FORMIEREN UND FORTBILDEN

Alle Schulen in Baden-Württemberg sind verpflichtet, ein schulinternes Krisenteam (SKIT) zu bilden. Zusammensetzung und Aufgaben des Krisenteams regeln eine Verwaltungsvorschrift (Gemeinsame Verwaltungsvorschrift des Kultusministeriums, des Innenministeriums und des Umweltministeriums über das Verhalten an Schulen bei Gewaltvorfällen und Schadensereignissen vom 15.02.2012) sowie der dazugehörige Rahmenkrisenplan. Verwaltungsvorschrift und Rahmenkrisenplan liefern jedoch nur die Struktur. Damit eine Schule auf ein krisenhaftes Ereignis angemessen und hilfreich reagieren kann, muss diese Struktur auf die Gegebenheiten der eigenen Schule angepasst und mit Inhalt gefüllt werden.

Im Rahmenkrisenplan sind unterschiedliche Rollen für die Mitglieder des schulinternen Krisenteams definiert. Wenn feststeht, wer beispielsweise im Krisenteam verantwortlich für die Organisation von Fürsorge und Beratung ist und wer für den Kontakt zu den Eltern, dann können diese Personen sich gezielt auf ihre Aufgabe vorbereiten. So könnte sich die Elternkontaktperson überlegen, auf welchem Weg Eltern zuver-

lässig erreicht werden können. Weiterhin könnte sie die an der Schule vorhandene Literatur daraufhin sichten, welche Texte für die Weitergabe an Eltern geeignet sind und welche Musterbriefe hilfreiche Formulierungsvorschläge für eigene Schreiben enthalten. Gleiches gilt entsprechend für alle anderen im Rahmenkrisenplan genannten Aufgaben. Für unterschiedliche Adressatengruppen (z. B. interessierte (Fach-)Lehrerinnen und Lehrer, Schulleitungen, Krisenteams) gibt es in Baden-Württemberg regelmäßig Fortbildungsangebote sowohl zum schulischen Krisenmanagement allgemein als auch zu spezifischen Themen wie dem Umgang mit Tod und Trauer. Diese werden über das Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung (ZSL) organisiert und sind über LFB-Online buchbar.

4.2 LITERATUR UND TRAUERKOFFER ZUSAMMENSTELLEN UND SICH DAMIT VERTAUT MACHEN

Zu einer guten Vorbereitung gehört, dass die Schulbibliothek mit hilfreichen Büchern ausgestattet wird. Der Anhang dieser Broschüre enthält entsprechende Literaturhinweise. Darin finden sich Empfehlungen sowohl für allgemeine Literatur zum Thema Tod und Trauer als auch Buchtipps für verschiedene Altersstufen. Die Broschüre „Was tun in Krisenfällen – Handlungshilfe für Schulleitungen in Baden-Württemberg“ (siehe Anhang) und vor allem der dazugehörige Datenträger enthalten zahlreiche nützliche Anweisungen und Materialien (z. B. Elternbriefe). Der Inhalt des Datenträgers kann auf elektronischem oder analogem Wege allen Lehrerinnen und Lehrern, vor allem aber den Mitgliedern des schulinternen Krisenteams zugänglich gemacht werden.

Viele Schulen haben nicht nur hilfreiche Bücher in der schuleigenen Bibliothek, sondern auch einen *Trauer- oder Notfallkoffer* zusammengestellt. Dieser Koffer enthält Materialien, die in einer Trauersituation nützlich sind und helfen, eine würdevolle Atmosphäre im Klassenzimmer oder im Trauerraum (siehe Abschnitt 3.1.3) zu schaffen oder eine Trauerecke einzurichten. Der Koffer enthält in der Regel unter anderem schöne Tücher, eine Blumenvase, einen Bilderrahmen, Taschentücher, farbiges Papier, Muscheln, Steine ... Im akuten Trauerfall ist es hilfreich, jederzeit auf den Koffer zurückgreifen zu können.

4.3 KOOPERATIONSPARTNERINNEN UND KOOPERATIONSPARTNER SOWIE DEREN ARBEITSWEISE KENNENLERNEN

Wo finden Schülerinnen und Schüler (außerhalb der Schule) Unterstützung? Wann wende ich mich an wen? Wo bekommen Schulleitung und Kollegium Unterstützung? Eine sorgfältig geführte und regelmäßig aktualisierte Liste mit den Kontaktdaten von Unterstützungssystemen erleichtert im Krisenfall die schnelle Kontaktaufnahme. Es ist günstig in diese Liste auch Informationen darüber aufzunehmen, zu welchen Uhrzeiten diese Hilffsysteme typischerweise erreichbar sind und bei welcher Art von Fragen und Problemstellungen sie zuständig sind. Diese Liste kann von einem Mitglied des Krisenteams erstellt und an alle Kolleginnen und Kollegen verschickt werden (regelmäßige Überprüfung und Aktualisierung nicht vergessen!).

Ebenfalls als sehr nützlich erwiesen hat sich ein *Handzettel* für Schülerinnen und Schüler oder Eltern, auf dem die Adressen von ausgewählten Unterstützungssystemen aufgelistet sind. Darauf sollte stehen:

- *schulinterne Unterstützung*: Kontaktdaten und Sprechzeiten von Beratungslehrerin bzw. Beratungslehrer, Schulsozialarbeiterin bzw. Schulsozialarbeiter, Verbindungslehrkraft, Schulseelsorge etc.
- *Beratungsstellen vor Ort*: psychologische Beratungsstellen / Erziehungsberatung; Schulpsychologische Beratungsstelle; ggf. Fachberatungsstellen oder Trauergruppen
- *Telefonische Beratung*: Nummer gegen Kummer, Elterntelefon; Telefonseelsorge
- *Online-Beratungsangebote*

Bei der Frage, welche außerschulischen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner es vor Ort gibt, helfen die Schulpsychologischen Beratungsstellen gerne weiter.

4.4 AUSEINANDERSETZUNG MIT DEM THEMA TOD AN DER SCHULE ANREGEN

Eigene Auseinandersetzung mit dem Thema Tod. Keine Frage, die Auseinandersetzung mit dem Thema Tod fordert uns heraus. Wir werden konfrontiert mit eigenen möglicherweise schmerzhaften Erinnerungen, mit Ängsten und Sorgen und mit unserem Unwissen und unseren eigenen Fragen. Andererseits kann ein Nachdenken über persönliche Erfahrungen mit Sterben und Tod auch Ressourcen in Erinnerung rufen: Was hat mir damals geholfen? Was hätte ich mir gewünscht? Die Antworten auf diese Fragen können dazu beitragen, im Trauerfall gut für sich selbst und für andere sorgen zu können.

Vorbereitung auf das, was kommen kann. In einer akuten Trauersituation sind Lehrerinnen und Lehrer nicht nur mit der eigenen Trauer konfrontiert, sondern auch mit der Trauer der Schülerinnen und Schüler und mit deren Fragen und Bedürfnissen. Es ist gut, wenn man sich davon nicht überraschen lässt, sondern in Grundzügen darüber informiert ist, welche Themen typischerweise eine Rolle spielen oder welche Fragen zum Thema Tod und Sterben Kinder und Jugendliche in bestimmten Phasen ihres Lebens beschäftigen. Gleichzeitig sollte man sich immer dessen bewusst sein, dass keine Trauersituation der anderen gleicht. Daher ist es hilfreich, offen dafür zu sein, dass in der konkreten Situation alles anders sein kann als erwartet.

Manche Schulen widmen dem Thema „Umgang mit Tod und Trauer“ einen pädagogischen Tag, an dem sich das gesamte Kollegium mit der eigenen Haltung in Bezug auf dieses Thema auseinandersetzt und Handlungspläne entwickelt. An anderen Schulen beschäftigt sich das Krisenteam oder ein Teil des Kollegiums intensiv mit dem Thema Tod und Trauer.

Die vorbereitende Auseinandersetzung mit dem Thema Tod nimmt einer konkreten Trauersituation nicht die Traurigkeit und nicht die Schwere. Sie kann aber dazu beitragen, die Angst vor diesem Thema zu nehmen und dafür sorgen, dass allen trauernden Schülerinnen und Schülern, aber auch trauernden Kolleginnen und Kollegen achtsam und einfühlsam begegnet wird.





5 Anhang

5.1 LITERATURVERZEICHNIS

- Alefeld-Gerges, B. & Sigg, S. (2020). *Trauerarbeit mit Jugendlichen: Junge Menschen begleiten bei Abschied, Verlust und Tod*. Don Bosco.
- Becker, M. & Shah, H. (2008). *Vom Umgang mit Trauer in der Schule: Handreichung für Lehrkräfte und Erzieher/innen* [Broschüre]. Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg.
- Böhmer, M. & Georges, S. (Hrsg.) (2021). *Trauer an Schulen. Basiswissen und Hinweise zum Umgang mit Sterben und Tod*. Springer.
- Bohus & Wolf-Arehult (2013). *Interaktives Skills-training für Borderline-Patienten: Das Therapeuten-manual*. Schattauer.
- Bosse, A. & Klammt, A. (2016). *Weil Du mir so fehlst: Dein Buch fürs Abschied nehmen, vermissen und erinnern*. Carlsen.
- Bowlby, J. (1980). *Loss – Sadness and Depression: Attachment and Loss, Vol.3*. Basic Books.
- Brüggemann, H. & Schweichler, M. (2018). *Trauer bei Kindern und Jugendlichen* [Broschüre]. Zentrum für Trauma- und Konfliktmanagement.
- Frank, S. (Regisseur) & Koller, K. (Regisseur). (2012). *In dem Alter stirbt doch keiner! Umgang mit Tod und Trauer im Schulalltag* [Video]. Lilo Filmverlag.
- Hubertus, J., Schneider, K., Barcatta, K. & Schlund, A.-L. (2021). Trauerursachen. In M. Böhmer & S. Georges (Hrsg.), *Trauer an Schulen. Basiswissen und Hinweise zum Umgang mit Sterben und Tod* (S. 77–150). Springer.
- Kast, V. (2015). Trauern: *Phasen und Chancen des psychischen Prozesses*. Kreuz Verlag.
- Lammertz, M. (2014). Vom Umgang mit Tod und Trauer in Kindertageseinrichtungen. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer. Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 285–296). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Müller, H. & Willmann, H. (2016). *Trauer: Forschung und Praxis verbinden*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Paul, C. (2019). *Schuld – Macht – Sinn: Arbeitsbuch für die Begleitung von Schulfragen im Trauerprozess* (5. Aufl.). Gütersloher Verlagshaus.
- Paul, C. (2021). *Keine Angst vor fremden Tränen! Trauernden Freunden und Angehörigen begegnen* (5. Aufl.). Gütersloher Verlagshaus.
- Schroeter-Rupieper, M. & Sönnichsen, I. (2020). *Gebt sterben wieder vorbei?* Thienemann-Esslinger.
- Schweich, T., Luxen, T., Bell, C. & Federspiel, J. (2021). Trauer bei Kindern und Jugendlichen. In M. Böhmer & S. Georges (Hrsg.), *Trauer an Schulen. Basiswissen und Hinweise zum Umgang mit Sterben und Tod* (S. 31–76). Springer.
- Schwikart, G. (2014). Seelsorge für trauernde Kinder. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer. Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 257–261). Vandenhoeck & Ruprecht.

Senf, B. (2014). Die Trauer von Kindern und Jugendlichen nach dem Tod eines Elternteils am Beispiel Krebserkrankung. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.). *Handbuch Kindertrauer. Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 119 – 144). Vandenhoeck & Ruprecht.

Shah, H. & Weber, T. (2017). *Trauer und Trauma. Die Hilflosigkeit der Betroffenen und Helfer und warum es so schwer ist, die jeweils andere Seite zu verstehen* (3. Aufl.). Asanger.

Skrozcic, A. & Kijamet, D. (2021). Trauerdefinition, Geschlechtsunterschiede sowie religiöse und kulturelle Unterschiede im Umgang mit Tod und Trauer. In M. Böhmer & S. Georges (Hrsg.). *Trauer an Schulen. Basiswissen und Hinweise zum Umgang mit Sterben und Tod* (S. 15 – 30). Springer.

Stroebe, M. & Müller, M. (2014). Das Halten und Lösen der Bindung an den Verstorbenen. Das Duale Trauer-Prozess-Modell. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.). *Handbuch Kindertrauer. Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 25 – 34). Vandenhoeck & Ruprecht.

Stroebe, M. & Schut, H. (1999). The Dual Process Model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies*, 23(3), 197 – 224.

Stroebe, M. & Schut, H. (2010). The Dual Process Model. A decade on. *Omega. Journal of Death and Dying*, 61, (273 – 291). Weber, K. & Wirtz, P. (2018). *Krankheit, Tod und Trauer in der Schule: Eine Praxis-hilfe zum achtsamen Umgang*. Beltz.

Witt-Loers, S. (2014). Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen und begleiten? In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.). *Handbuch Kindertrauer. Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 273 – 282). Vandenhoeck & Ruprecht.

Witt-Loers, S. (2016). *Sterben, Tod und Trauer in der Schule*. Vandenhoeck & Ruprecht.

Worden, A. J. (2018). *Beratung und Therapie in Trauerfällen: Ein Handbuch*. Hogrefe.

5.2 ANSCHAFUNGSVORSCHLÄGE FÜR DIE SCHULBIBLIOTHEK – EINE AUSWAHL

Allgemeine Literatur & Medien

Frank, S. (Regisseur) & Koller, K. (Regisseur). (2012). *In dem Alter stirbt doch keiner! Umgang mit Tod und Trauer im Schulalltag* [Video]. Lilo Filmverlag.

Paul, C. (2021). *Keine Angst vor fremden Tränen! Trauernden Freunden und Angehörigen begegnen* (5. Aufl.). Gütersloher Verlagshaus.

Röseberg, F. & Müller, M. (Hrsg.). (2014). *Handbuch Kindertrauer. Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien*. Vandenhoeck & Ruprecht.

Weber, K. & Wirtz, P. (2018). *Krankheit, Tod und Trauer in der Schule. Eine Praxis-hilfe zum achtsamen Umgang*. Beltz.

Für Grundschulen

Schroeter-Rupieper, M. & Sönnichsen, I. (2020). *Geht sterben wieder vorbei?* Thienemann-Esslinger.

Witt-Loers, S. (2016). *Sterben, Tod und Trauer in der Schule*. Vandenhoeck & Ruprecht.

Für weiterführende Schulen

Kampen, A. von (2019). *Knietzsche und der Tod – Alles über die normalste Sache der Welt*. vision X.

Witt-Loers, S. (2014). *Trauernde Jugendliche in der Schule*. Vandenhoeck & Ruprecht.

Zahlreiche Hinweise auf Bücher für verschiedene Altersgruppen und zu unterschiedlichen Traueranlässen finden sich in dem jährlich erscheinenden Bücherkatalog „Kind und Tod“:



<https://www.kindundtod.de/>

Broschüren

Landeshauptstadt München; Referat für Gesundheit und Umwelt: *Trauernde Kinder und Jugendliche – wie wir ihnen beistehen können.*



<https://www.muenchen.de/rathaus/dam/jcr:cb753241-9ba2-445e-a754-992baf460f80/Trauernde%20Kinder.pdf>

Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V.: *Tod und Trauer in der Schule. Eine Handreichung.*



https://www.trauernde-kinder-sh.de/Tod_und_Trauer_in_der_Schule.html

Palliativpflegeverband der deutschsprachigen Gemeinschaft: *Wenn Jugendliche trauern. Ein Handbuch für Erwachsene, die Jugendliche begleiten.*



<https://www.palliativpflegeverband.com/trauer>

Angehörige um Suizid e.V.: *Suizidtrauer bei Kindern und Jugendlichen angstfrei unterstützen.*



https://www.agus-selbsthilfe.de/fileadmin/common/broschueren/downloads/19-12_kinder_und_jugendliche.pdf

Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg & Unfallkasse Baden-Württemberg: *Was tun in Krisenfällen? Handlungsbilfe für Schulleitungen in Baden-Württemberg* [Broschüre].

Downloadmaterial: Leitfäden, Musterschreiben & Informationsblätter

Auf diese Materialien wurde im Text verwiesen. Sie finden sie unter dem angegebenen Link:



https://www.baden-wuerttemberg.de/fileadmin/redaktion/m-km/intern/PDF/Publikationen/Schulartuebergreifend/Downloadmaterial_Trauerbroschuere.pdf

- DOK 1 Vorlage für Lehrkräfte: Information der Klasse nach einem Todesfall
- DOK 2 Umgang mit Fragen von Schülerinnen und Schülern
- DOK 3 Trauerkoffer
- DOK 4 Leitfaden für Klassengespräch
- DOK 5 Schülerinnen und Schüler im Blick behalten
- DOK 6 Typische Reaktionen von Kindern und Jugendlichen
- DOK 7 Kreise der Betroffenheit
- DOK 8 Schild Trauerraum
- DOK 9 Besonderheiten bei Suizid

5.3 BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG

An dieser Stelle nennen wir nur wenige überregional tätige Anlaufstellen. Auf der Suche nach Unterstützungsmöglichkeiten vor Ort sind die Schulpsychologischen Beratungsstellen gerne behilflich.

Schulpsychologische Beratungsstellen



www.zsl-bw.de/schulpsychologische-beratungsstellen

Erziehungsberatungsstellen

Die Adresse einer Erziehungsberatungsstelle vor Ort findet man auf der Seite der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.



www.bke.de

Kinder- und Jugendtelefon: Die Nummer gegen Kummer (anonym und kostenlos)

Telefonnummer: 116 111



<https://www.nummergegenkummer.de/>

Beratung für Eltern: Das Elterntelefon

(anonym und kostenlos)

Telefonnummer: 0800 1110333



<https://www.nummergegenkummer.de/>

Online-Beratung für junge Menschen

(Auswahl)

- Stiftung Hospizdienst – Jugend-Onlineberatung zu den Themen Abschied, Tod & Trauer



www.da-sein.de

- Youngwings – Online-Beratungsstelle für trauernde Kinder und Jugendliche (Forum, Chat, Einzelberatung; grundlegende Informationen zum Thema Trauer; Linksammlung)



<https://www.youngwings.de/>

- Online-Jugendberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (Beratung per Gruppen- oder Einzelchat oder per E-Mail)



<https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>

- Nummer gegen Kummer



<https://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendberatung/online-beratung/>

Verbände, Organisationen

- Angehörige um Suizid (AGUS)
(Themenschwerpunkt Trauern nach Suizid)



<https://www.agus-selbsthilfe.de/>

- Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde
Geschwister in Deutschland e.V.



www.veid.de

- Trauerland – Zentrum für trauernde Kinder und
Jugendliche
(Beratungstelefon & Unterstützungsvideos)



www.trauerland.org

- Arbeitskreis Leben (Themenschwerpunkt Suizid)



<https://www.ak-leben.de/>

- Hospiz- und Palliativpflegeverband Baden-
Württemberg e.V.
(Überblick über Trauerangebote in Baden-
Württemberg)



<https://hpvbw.de/trauer/trauernde>

- Hospizgruppe Freiburg e.V.: Alles ist anders
(u.a. Beratung für Lehrerinnen und Lehrer; ausführ-
liche Link- und Literatursammlung)



<https://www.allesistanders.de>

5.4 WEITERE MATERIALIEN

Charta für trauernde Kinder

Zehn Rechte für Kinder und Jugendliche, die um einen Menschen trauern

-
1. Du hast das Recht, traurig zu sein. Trauer ist ein ganz normales Gefühl.

 2. Du hast keinen Grund, Dich schuldig zu fühlen.
Du hast keine Schuld am Tod des Menschen, um den Du trauerst.

 3. Du hast das Recht, zu weinen. Weine, wenn Dir danach ist!
Dafür muss sich niemand schämen.

 4. Du hast das Recht, zornig zu sein. Vielleicht bist Du zornig –
auch das ist in Ordnung. Schreie deine Wut heraus!

 5. Du hast das Recht, zu schweigen. Wenn Du magst, dann schweige.
Wenn Du reden möchtest, dann rede.

 6. Du hast das Recht, allein sein zu wollen.
Brauchst Du Zeit zum Alleinsein, so nimm sie Dir.

 7. Du hast das Recht, Angst zu haben. Manchmal macht der Tod Angst.
Sprich mit einem Menschen, dem Du vertraust.

 8. Du hast das Recht, Fragen zu stellen. Hast Du Fragen?
Es gibt keine falschen Fragen zum Tod. Darum frage!

 9. Du hast das Recht, Dich zu erinnern. Deine Erinnerungen
kann Dir niemand nehmen! Hüte sie wie einen Schatz.

 10. Du hast das Recht, zu lachen. Sei fröhlich und lache, wenn
Dir danach ist – Du darfst Dich über das Leben freuen!

Quelle: Brüggemann, H. & Schweichler, M. (2018). Trauer bei Kindern und Jugendlichen [Broschüre]. Zentrum für Trauma- und Konfliktmanagement.

RITUALE UND GESTALTUNGSMÖGLICHKEITEN FÜR SCHULEN

Ritual / Gestaltungsmöglichkeit	Material
Kerze anzünden (im Trauerraum; am Sitzplatz der verstorbenen Person; in der Mitte des Stuhlkreises ...)	Kerze; ggf. Windlicht als Brandschutz
Von den Schülern mehrere Kerzen anzünden lassen (Hoffnungslichter)	Teelichter, Teelichthalter aus Glas
Kondolenzbuch auslegen (kann im Trauerraum ausliegen und der Trauerfamilie überreicht werden)	Kondolenzbuch, Kugelschreiber, Buntstifte
Trauerkarte für die Trauerfamilie gestalten (einzeln oder als Klasse)	Karton; Stifte; evtl. weitere Materialien (Federn, Blüten ...)
Gemeinsamer Spaziergang in der Natur (in Bewegung kommen; den Kopf durchpusten lassen; eventuell Ausschau halten nach einem Stein/Ast/„Naturschatz“ für den Gedenktisch)	
Gemeinsam Tee trinken (innere Wärme gegen das Gefühl der Kälte; sich an etwas festhalten; zusammen sein)	
Mit dem Namen der verstorbenen Person arbeiten: <ul style="list-style-type: none"> • Wachskreide auf schwarzem Papier • Buchstaben untereinander schreiben; zu jedem Buchstaben eine Eigenschaft/Erinnerung notieren • Namen aus Draht biegen und mit Wolle umwickeln • Namenskürzel aus Holz schnitzen • ... 	Wachskreide, Pastellkreide, Wasserfarben, Draht, Wolle, Holz, Nägel ...
Zettel/Karten/Brief schreiben ; Anregungen: <ul style="list-style-type: none"> • „Was ich Dir gerne noch gesagt hätte.“ • „Woran ich mich immer erinnern werde.“ • „Was ich Dir wünsche ...“ Die Zettel können an einer Erinnerungswand (z. B. im Trauerraum) aufgehängt oder in einer schönen Schachtel gesammelt und der Trauerfamilie überreicht werden.	Briefpapier, Schmuckpapier, Umschläge, Tonpapier in verschiedenen Formen (Träne, Herz ...)...
Bild malen ; Anregungen: <ul style="list-style-type: none"> • eine schöne Erinnerung an die verstorbene Person • so geht es mir gerade • „Ich möchte zu gerne wissen, wo Du jetzt bist! Ich glaube, es sieht dort so aus.“ Die Bilder können an einer Erinnerungswand (z. B. im Trauerraum) aufgehängt oder in einer schönen Schachtel gesammelt und der Trauerfamilie überreicht werden.	Papier, verschiedene Stiftarten (Buntstifte, Pastellkreide, Wachsstifte ...)
Fußabdrücke aus Tonpapier ausschneiden und beschriften (symbolisch für die Spuren, die die verstorbene Person im Leben der anderen hinterlassen hat)	Tonpapier
Steine bemalen/beschriften (diese Steine können später am Grab oder an einem Erinnerungsort abgelegt werden)	Wasserfeste Stifte oder Acrylfarben & Pinsel

Ritual / Gestaltungsmöglichkeit	Material
<p>Sonnenritual (Sonne ist immer da, auch wenn wir sie nicht sehen):</p> <ul style="list-style-type: none"> • gelber Kreis wird in die Mitte gelegt • Schülerinnen und Schüler erhalten einen gelben Streifen (Sonnenstrahl) • sie berichten von Erinnerungen an die verstorbene Person oder erzählen, was diese Person ausgemacht hat, und legen ihren Streifen am gelben Kreis an • Wer nichts berichten möchte, legt wortlos seinen Streifen an 	Gelbes Tonpapier
<p>Schülerinnen und Schüler schreiben auf, was sie wütend macht, und werfen Zettel in eine Wutbox (z. B. im Trauerraum). Wutbox wird zu gegebener Zeit mitsamt Inhalt verbrannt. Die Asche kann verstreut oder mit Erde vermischt und bepflanzt werden.</p> <p>(Berücksichtigt, dass Trauer neben Traurigkeit ein breites Spektrum von Gefühlen umfasst.)</p>	(Holz-)Schachtel mit Schlitz; Zettel
<p>Erinnerungsschachtel/Erinnerungsbuch/Collage erstellen (möglicher Inhalt: Fotos, Briefe, Wünsche ...)</p>	Karton / Holzschachtel o. ä., Papier zum Einschlagen, Stifte, Fotos ...
<p>Beitrag auf Beerdigung (in Absprache mit der Trauerfamilie), z. B. Kerzen entzünden und am Sarg abstellen; Blume auf den Sarg legen ... (Wichtig: Um Überforderung zu vermeiden, sollten „stumme Rituale“ gewählt werden.)</p>	
<p>Zusammenkunft in der Schule nach der Beerdigung (bietet die Gelegenheit sich auszutauschen; entspricht dem Bedürfnis, mit anderen zusammenzusein)</p>	Geeigneter Raum, Verpflegung, ruhige Musik
<p>Samen einsähen / Baum pflanzen im Schulgarten oder in einer Schale als Symbol der Hoffnung (Eine Pflanze im Schulgarten dient als Ort der Erinnerung. Die Schale kann aber auch in Absprache mit der Trauerfamilie nach einiger Zeit zum Grab gebracht werden.)</p>	Samen von Sonnenblumen; Blumenzwiebeln; kleines Bäumchen ...

Quelle:

Bosse, A. & Klammt, A. (2016). *Weil Du mir so fehlst. Dein Buch fürs Abschied nehmen, vermissen und erinnern*. Carlsen.

Krisenseelsorge im Schulbereich (KiS) des Bistums Augsburg. (2013). *Umgang mit Tod und Trauer an der Schule* [Broschüre].

Palliativpflegeverband der deutschsprachigen Gemeinschaft. (2019). *Wenn Jugendliche trauern. Ein Handbuch für Erwachsene, die Jugendliche begleiten* [Broschüre].

Weber, K. & Wirtz, P. (2018). *Krankheit, Tod und Trauer in der Schule. Eine Praxishilfe zum achtsamen Umgang*. Beltz.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Ministerium für Kultus Jugend und Sport Baden-Württemberg

Redaktion:

Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung (ZSL) – Referat 52
– Schulpsychologische Dienste, Schullaufbahn, Krisennachsorge

Autorinnen:

Dr. Svenja Schattka, Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung, Regionalstelle Freiburg, Schulpsychologische Beratungsstelle Lörrach; poststelle.spbs-loe@zsl-rs-fr.kv.bwl.de

Dipl.-Psych. Bettina Müller, Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung, Regionalstelle Freiburg, Schulpsychologische Beratungsstelle Freiburg, poststelle.spbs-fr@zsl-rs-fr.kv.bwl.de

Wir danken allen Korrekturleserinnen und Korrekturlesern für ihre Anregungen und Hinweise sowie für die Unterstützung im Entstehungsprozess dieser Broschüre.

Gestaltung: Ilona Hirth Grafik Design GmbH

Fotos: stock.adobe.com

Auflage: 8000, Juni 2024



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT