

Biner Giannina Chiara
Davtyan Liliya

Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Arbeit



Bachelorthesis zum Erwerb des Bachelor-Diploms in Sozialer Arbeit
Berner Fachhochschule Soziale Arbeit

Abstract

Trauer ist eine Emotion, der die meisten Menschen in ihrem Leben begegnen. In der sozialen Arbeit steht der Mensch im Mittelpunkt. Es ist dadurch möglich, dass Fachpersonen der Sozialen Arbeit in ihrem Berufsalltag der Trauer und Trauerbegleitung begegnen. In der vorliegenden Arbeit werden die Themen Trauer und Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen behandelt. Dazu wurden Personen, welche Trauerbegleitung anbieten, befragt. Es wird aufgezeigt, wie die Interviewpartnerinnen in der Praxis vorgehen. Zudem findet eine Verknüpfung zwischen den empirischen und den theoretischen Erkenntnissen statt. Es wurde folgende Forschungsfrage behandelt: Wie gestaltet sich die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen und wo gibt es Möglichkeiten und Grenzen in den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit?

Anfänglich werden die theoretischen Bezüge von Trauer und Trauerbegleitung erläutert. Die empirische Datenaufnahme erfolgt mit Hilfe eines Interviewleitfadens. Die gewonnenen Erkenntnisse aus den Befragungen wurden festgehalten und mit den theoretischen Ansätzen verglichen. Eine wichtige Erkenntnis aus diesem Vergleich ist, dass die Aufträge der Trauerbegleitung sowie jene der Sozialen Arbeit nicht konkret definiert sind. Dadurch lassen sich unter anderem Grenzen bei der Erreichbarkeit der Trauernden und den Zuständigkeiten ableiten. Daraus resultieren weitere Grenzen bezüglich der eigenen Trauer der Trauerbegleiter*innen sowie dem eigenen Bezug zu den Verstorbenen und der Trauerfamilie. Alle Interviewpartnerinnen sind sich ihrer individuellen Grenzen bezüglich der komplizierten Trauer bewusst und verweisen dabei an entsprechende Psycholog*innen.

Trauer stellt ein individuelles Erleben dar. Vor allem der gegenwärtige Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen hat einen grossen Einfluss auf die Trauer und die allfällige Trauerbegleitung. Es gibt eine Vielzahl von Gestaltungsmöglichkeiten der Trauerbegleitung. Dies kann von einer Einzelbegleitung bis hin zu Trauergruppen reichen. Aus der Analyse des empirischen Teils konnte die Erkenntnis gewonnen werden, dass sich die Begleitung und Unterstützung im Alltag als wichtiger Teil abzeichnen lässt. Der Trauerbegleitung sind Grenzen gesetzt, und es handelt sich stets um eine individuelle Lösung, die auf die Klientel abgestimmt werden muss.

Bereits mit dem Bewusstsein, dass Trauer ein Teil der Sozialen Arbeit ausmacht, kann ein Ansatz für die Trauerbegleitung geleistet werden. Dies kann mit einer Sensibilisierung im Rahmen des Studiums und den dazugehörigen Modulen erfolgen.

Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Arbeit

Bachelor-Thesis zum Erwerb
des Bachelor-Diploms in Sozialer Arbeit

Berner Fachhochschule
Soziale Arbeit

Vorgelegt von

Giannina Chiara Biner
Liliya Davtyan

Bern, Mai 2024

Inhaltsverzeichnis

1. EINLEITUNG	1
1.1 AUSGANGSLAGE	1
1.2 RELEVANZ DES THEMAS	2
1.3 EIN- ABGRENZUNG DES THEMAS	3
1.4 ZIEL UND VORGEHEN.....	4
1.5 THEORETISCHE GRUNDLAGEN UND FORSCHUNGSSTAND.....	4
2. TRAUER	6
2.1 WAS IST TRAUER?.....	6
2.1.1 <i>Trauersymptome</i>	7
2.1.2 <i>Komplizierte Trauer</i>	8
2.1.3 <i>Die anhaltende Trauerstörung</i>	10
2.2 DER TOD ALS VERLUST	11
2.2.1 <i>Die vier Traueraufgaben</i>	12
2.2.2 <i>Mediatoren der Trauer</i>	13
2.3 DIE ROLLE DER BINDUNG BEI TRAUER.....	18
3. TRAUER BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN	20
3.1 WAS IST LEBEN UND TOD?	20
3.1.1 <i>Todeskonzept</i>	21
3.1.2 <i>Kognitive Konzepte</i>	23
3.1.3 <i>Die Rolle der Bindung bei Kindern und Jugendlichen</i>	24
3.2 TRAUER BEI KINDERN	26
3.3 TRAUER BEI JUGENDLICHEN	27
3.4 STRESS.....	29
4. TRAUERBEGLEITUNG BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN	31
4.1 WAS IST TRAUERBEGLEITUNG?	31
4.1.1 <i>Die systemische Trauerbegleitung</i>	32
4.1.2 <i>Aufgaben und Möglichkeiten der Trauerbegleitung</i>	36
4.1.3 <i>Trauerbegleitung in der Praxis</i>	37
4.2 TRAUERBEGLEITUNG BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN.....	39
4.2.1 <i>Spezifische Trauerbegleitungsangebote</i>	42
4.2.2 <i>Trauerbegleitung in der Schule</i>	51
5. HANDLUNGSFELDER DER SOZIALEN ARBEIT	54
5.1 DIE SOZIALE ARBEIT	54

5.2 HANDLUNGSFELDER DER SOZIALEN ARBEIT	55
5.3 VERLUSTERFAHRUNG ALS THEMA ALLER SOZIALARBEIT	56
5.4 TRAUERBEGLEITUNG UND SOZIALE ARBEIT.....	56
5.4.1 Soziale Arbeit in der Hospiz- und Palliativarbeit.....	57
6. EMPIRISCHES VORGEHEN.....	59
6.1 INTERVIEW	59
6.2 AUSWERTUNG DER INTERVIEWS	61
6.2.1 Transkription	61
6.2.2 Codierung	61
6.2.3 Codierungstabelle	63
7. ERGEBNISSE.....	64
7.1 WISSEN ÜBER TRAUERBEGLEITUNG	64
7.2 TRAUERBEGLEITUNG ALS TÄTIGKEIT	65
7.3 PERSÖNLICHES	70
7.4 MÖGLICHKEITEN FÜR DIE SOZIALE ARBEIT.....	71
7.5 GRENZEN FÜR DIE SOZIALE ARBEIT	72
8. SCHLUSSFOLGERUNG.....	77
8.1 WIE SIEHT TRAUERBEGLEITUNG KONKRET IN DER PRAXIS AUS?.....	77
8.2 WIE KANN TRAUERBEGLEITUNG IN DEN HANDLUNGSFELDERN DER SOZIALEN ARBEIT INTEGRIERT WERDEN?.....	77
8.3 WELCHE GRENZEN ERGEBEN SICH DARAUS FÜR DIE SOZIALE ARBEIT?.....	78
8.4 BEANTWORTUNG DER FRAGESTELLUNG	80
LITERATURVERZEICHNIS.....	81

Anhang

I Interviewleitfaden BT

Gesonderter Anhang

I Transkription Interview A

II Transkription Interview B

III Transkription Interview C

IV Transkription Interview D

V Codierungstabelle

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1

Quelle. C. Killikelly & A. Maercker, Anhaltende Trauerstörung. In A. Maercker (Hrsg.), *Traumafolgestörungen*, Springer-Verlag, 2019, S. 63.

Abbildung 2

Quelle. J. Chomé, M. Hentges, A. Hück, S. Nicolas, G. Paulsen & H. Grün, Trauererleben, Trauerbewältigung und die professionelle Unterstützung bei Kindern und Jugendlichen. In A. Heinen, R. Samuel, C. Vögele & H. Willems (Hrsg.), *Wohlbefinden und Gesundheit im Jugendalter: Theoretische Perspektiven, empirische Befunde und Praxisansätze*, Springer VS, 2022, S. 561.

Abbildung 3

Quelle. P. Rechenberg-Winter, Der Lebenszyklus: Ein systemisches Modell zur Begleitung. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2014, S. 346-352.

Abbildung 4

Quelle. U. Kuckartz, *Qualitative Inhaltsanalyse: Methoden, Praxis, Computerunterstützung*, Beltz Juventa, 2018, S. 118.

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1

Eigene Darstellung.

1. Einleitung

Gemäss dem Bundesamt für Statistik starben in der Schweiz im Jahr 2023 in den ersten 43 Wochen, pro Woche durchschnittlich 1'313 Menschen (Bundesamt für Statistik, 2023). Von jedem Sterbefall sind durchschnittlich vier bis fünf Angehörige betroffen, die in der Trauer Unterstützung und in manchen Fällen durchaus auch professionelle Hilfe benötigen. Dies zeigt welche Dimension das Sterben auf die sozialen Berufe hat (Müller-Busch, 2021, S. 57). Der Verlust einer nahestehenden Person kann zu intensivem Erleben von Traurigkeit und psychischem Schmerz führen. Der normale Trauerprozess beinhaltet starke Gefühle von Traurigkeit, Sehnsucht und ist durch Trennungsschmerz gekennzeichnet. Die Todesumstände, die Beziehung zur verstorbenen Person sowie die intrapsychischen und sozialen Faktoren beeinflussen den normalen Trauerprozess (Wagner, 2013, S. 2).

«Trauern ist der Preis, den wir zahlen, wenn wir den Mut haben, andere zu lieben» (Yalom & Yalom, 2021. S. 8).

Kinder begegneten von Anfang an in vielfältiger Form der Gebrechlichkeit des menschlichen Daseins, in denen ihnen vertraute Personen jeglichen Alters mitten aus dem Leben gerissen werden. Dies besonders in Zeiten von Krieg, Hungersnot und Pandemien (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 75).

Die Todesvorstellungen von Kindern und Jugendlichen unterscheiden sich von denen der Erwachsenen. Die Todeskonzepte beispielsweise hängen von der jeweiligen Entwicklungsphase und der kognitiven Reife ab (Chomé et al., 2022, S. 558). Die Konfrontation mit existenziellen Grenzen und dem Tod verschaffen sich Kinder und Jugendliche in der virtuellen Welt. In Filmen und Computerspielen sind Sterbende, Verletzte und Getötete omnipräsent. Doch den Konsumenten wird durch die beliebige Erneuerbarkeit der Existenz, die Grundlage aller Erfahrungen mit der Begegnung des Todes genommen. Das virtuelle Sterben ist austausch- und wiederholbar (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 75).

1.1 Ausgangslage

Kinder lernen früh, dass über den Tod nicht gesprochen wird. Die Verdrängung des Todes durch die Gesellschaft führt dazu, dass Erwachsene nicht wissen, wie sie mit dem Verlust einer geliebten Person umgehen sollen (Gebhard, 2020, S. 263). Doch Kinder sind interessiert an der Welt und den damit verbundenen Themen, zu der auch die Trauer und der Verlust gehört. Ihr Interesse weisen die Kinder mit vielen Fragen aus. Damit sie die Welt verstehen können, sollten Erwachsene in der Lage sein ihre Fragen zu beantworten. Wie Kinder und Jugendliche

mit den Themen Tod und Verlust umgehen, wird durch die Reaktionen ihrer Umwelt beeinflusst (Winter, 2019, S. 91-92). Erwachsene sollen gute Vorbilder sein, indem sie sich mit der Endlichkeit des Lebens beschäftigen, sich selbst reflektieren und die Trauer als Selbstverständlichkeit ansehen und diese Selbstverständlichkeit so vermitteln (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 76).

Trauer ist eine Reaktion die Menschen auf den Verlust von nahestehenden Personen oder Verlusterfahrungen zeigen. Diese Trauer zeigt sich auf unterschiedliche Art und Weise und kann mit starken Gefühlen wie Schmerz, Traurigkeit und Wut einhergehen. Durch den Trauerprozess kann der Verlust verarbeitet werden und sich als gesunder Bewältigungsmechanismus etablieren (Chomé et al., 2022, S. 553-554). Die Todesumstände, die Beziehung zu der verstorbenen Person sowie die intrapsychischen und sozialen Faktoren beeinflussen den normalen Trauerprozess (Wagner, 2013, S. 2). Bei einem normalen Trauerprozess wird davon ausgegangen, dass die Trauersymptome im Laufe der Zeit abnehmen (S. 5).

Obwohl der Trauerprozess natürlich ist, gelingt es einigen Menschen nicht, die Trauer zu bewältigen. Sie hängen im Trauerprozess fest, was zu psychischen oder physischen Folgen führen kann (Kersting, 2010, S. 470).

Trauer kann zudem Auslöser verschiedener Umstände sein. Beispielsweise der Verlust des Arbeitsplatzes, Umzug, Krankheit, Auszug der Kinder oder Verlust eines Lebenspartners oder Freundes sein. Bleiben Betroffene in den Trauerphasen haften können Depressionen, Panik, Angstzustände oder auch andere psychosomatische und körperliche Beschwerden und Krankheiten auftreten (Wehner & Husi-Bader, 2014, S. 22)

1.2 Relevanz des Themas

Menschen in der Trauer beizustehen und Unterstützung zu bieten, gewinnt in unserer Gesellschaft an Bedeutung. Menschen, die sich in der Trauerphase befinden suchen oft Personen, welche sie in ihrer Trauer begleiten. Doch meist sind diese Personen selbst betroffen und mit der Bewältigung ihrer eigenen Trauer beschäftigt. Im vergangenen Jahrzehnt ist die Akzeptanz für eine neutrale und unbekannte trauerbegleitende Person gestiegen. Damals war Trauerbegleitung neben Familienmitgliedern kirchlich angesiedelt oder religions- oder kulturabhängig. Es hat sich ein Berufsbild, dass in Zukunft immer mehr an Bedeutung gewinnen wird, abgezeichnet. Mittlerweile gibt es zahlreiche Aus- und Weiterbildungen zur Trauerbegleitung. Trauerbegleiter*innen unterstützen Menschen bei Scheidungen, Trennung, Unfall, Krankheit, Tod, Verlust, Veränderung und vieles mehr. Berufsgruppen wie beispielsweise, Pfleger*innen, Pädagog*innen, Lehrer*innen, Polizist*innen usw. sind bewusst

oder unbewusst Trauerbegleiter*innen. Sie zeigen mögliche Wege der Trauerarbeit und unterstützen Betroffene vorhandene Ressourcen zu nutzen (Wehner & Husi-Bader, 2014, S. 22.).

Verlust und Abschied werden von Individuen und auch von der Gesellschaft verdrängt, da sie schmerzhaft sind (Diebold, 2013, S.9). Trauer kann als Form des Abschiednehmens gesehen werden. Nebst dem Bezug zu den Gefühlen, zeigt Abschiednehmen, die weiteren Ereignisse wie beispielsweise der Ausschluss einer sozialen Gruppe, die durch den Verlust eintreffen (Blank, 2023, S. 15). Der Tod stellt dabei die größte Form des Abschieds dar. Trauerereignisse können zudem soziale Beziehungen aufbauen und stärken (S. 16).

In der Sozialen Arbeit wird in vielen Handlungsfeldern mit Kindern und Jugendlichen gearbeitet. Da bereits Kinder und Jugendliche trauern können, sehen die Autorinnen die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen als Bestandteil der Handlungsfelder der Sozialen Arbeit. Beispielsweise hat die offene Kinder- und Jugendarbeit als Handlungsfeld der Sozialen Arbeit die Möglichkeit, Trauer im Lebenswelt bei Kindern und Jugendlichen wahrzunehmen. Zur Aufgabe der offenen Kinder- und Jugendarbeit gehört zudem die Unterstützung bei Krisensituationen. Die offene Kinder- und Jugendarbeit kann den Kindern und Jugendlichen freien Raum und geschützte Rahmenbedingungen bieten. Trauerbegleitung benötigt genau diesen freien Raum und diese geschützten Rahmenbedingungen. Gleichzeitig kann die offene Kinder- und Jugendarbeit ihren Auftrag der informellen Bildungsinstanz einsetzen und die Kinder und Jugendlichen über Themen wie Trauer und Tod aufklären (Diebold, 2013, S. 67-74).

Die Soziale Arbeit begegnet Verlusten, dennoch wird Trauer und Verlust in der Sozialen Arbeit kaum thematisiert. Beispielsweise treten durch Verluste Trauer sowie sozialpädagogische Interventionen auf. Dies geschieht durch das Einschneiden der Sozialen Arbeit in die Biografien ihrer Klient*innen (Krüger, 2022, S. 6).

Themen wie Verlust und Trauer treffen auf fast allen Handlungsfelder der Sozialen Arbeit zu (Krüger, 2022, S. 91). Da die Soziale Arbeit Verluste nicht rückgängig machen oder heilen kann, besteht ihre Aufgabe darin, den Umgang mit dem Verlust anzugehen und zu thematisieren (S. 99). Doch Trauer spielt im Studium der Sozialen Arbeit kaum eine Rolle (Krüger, 2022, S. 92).

1.3 Ein- Abgrenzung des Themas

Das Thema Trauer und Trauerbegleitung ist vielseitig und kann im Rahmen dieser Arbeit nicht vollumfänglich bearbeitet werden. Durch die Auseinandersetzung mit der Thematik, wurde der

Fokus auf die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen gelegt und somit die nachfolgende Fragestellung erarbeitet.

Wie gestaltet sich die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen und wo gibt es Möglichkeiten und Grenzen in den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit?

Damit die Hauptfragestellung beantwortet werden kann, wird diese mit drei Unterfragen ergänzt, die in dieser Arbeit beantwortet werden.

Wie sieht Trauerbegleitung konkret in der Praxis aus?

Wie kann Trauerbegleitung in den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit integriert werden?

Welche Grenzen ergeben sich daraus für die Soziale Arbeit?

1.4 Ziel und Vorgehen

Das Ziel dieser Arbeit besteht darin die oben erwähnte Fragestellung inkl. -Unterfragen zu beantworten. Zur Erarbeitung der Fragestellung wurde die nachfolgende Struktur definiert:

1.4.1 Theoretischer Bezug auf die Trauer sowie Trauerbegleitung

1.4.2 Theorie zur Trauer sowie Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen

- Erarbeitung eines geeigneten Fragebogen
- Durchführung Interview
- Beschreibung des empirischen Vorgehens
- Ergebnisse Interviews
- Beantwortung Fragestellung

Um die Frage zu beantworten, wurden in einem ersten Schritt die Theorien zu Trauer und Trauerbegleitung sowie Trauer und Trauerbegleitung spezifisch bei Kindern und Jugendlichen gelesen und festgehalten. Anhand der theoretischen Ansätze wurde ein Interviewleitfaden definiert, welcher für die Interviews verwendet wurde. Während dieser Zeit wurde das methodische Vorgehen erarbeitet. In dem letzten Kapitel sollen die gewonnen Erkenntnisse aus Praxis und Theorie verglichen und analysiert werden. Die gewonnen Erkenntnisse sollten die Fragestellung beantworten können.

1.5 Theoretische Grundlagen und Forschungsstand

Die Trauerforschung wird in die theoretische und empirische Trauerforschung aufgeteilt. Die empirische Trauerforschung erfasst die verschiedenen Formen der Reaktionen auf den Verlust. Die theoretische Trauerforschung beschreibt, weshalb und worum wir trauern (Lammer, 2014, S. 3).

Verlust ist ein Forschungsgebiet, welches emotional und kognitiv belastend ist. Eine geliebte Person zu verlieren ist eine der schlimmsten Erfahrungen, die ein Mensch machen kann. In den letzten Jahren wurde dem Thema Verlust viel Aufmerksamkeit geschenkt (Bowlby, 2006/1980, S. 17). Nach Bowlby (2006/1980) fehlen dennoch empirische Fakten über die Art des Trauerns während unterschiedlichen Altersspannen und Umständen (S. 17).

Viele Theorien der Trauer gehen davon aus, dass die intensive Trauerphase nach sechs Monaten zu Ende ist und die Trauer selbst nach zwei Jahren. Nach neueren Erkenntnissen ist Trauer kein Symptombild, das immer gleich abläuft. Die Symptome der Trauer können von den Theorien abweichen und dennoch normal sein (Lammer, 2014, S. 19). Das einheitliche Bild von der Trauer, die die früheren Modelle implizierten, wird heute durch die Diversität der Trauerreaktionen ersetzt (S. 20). Doch genau diese Diversität sorgt in der Forschung für Unsicherheiten. Viele frühere Theorien werden hinterfragt. Beispielsweise, ob sich frühere Theoretiker, die sich mit der Trauer befassten, getäuscht haben und welche Methoden oder Phasen als Richtlinie gelten. Lammer (2014) findet jedoch genau diese Diversität als ein entscheidender Befund der Trauerforschung (S. 21). Die Auswirkungen der Trauer werden durch die Diversität tiefgründiger wahrgenommen. Beispielsweise gewinnt die Trauerbegleitung dadurch an Bedeutung in der Gesundheitspolitik und der Volkswirtschaft. Genauso ist die Dauer der Trauerprozesse nach neueren Erkenntnissen länger als früher angenommen (S. 22).

2. Trauer

In diesem Kapitel wird auf die Bedeutung und Definition von Trauer eingegangen. Es wird aufgezeigt, dass Trauer nicht nur eine Zulassung der Gefühle, sondern eine psychische und intensive Auseinandersetzung mit dem Verlust ist (Goldbrunner, 1996, S. 21). Nebst der Definition der Trauer werden in Kapitel zwei, der Tod als Verlust und die Rolle der Bindung in der Trauer vorgestellt.

2.1 Was ist Trauer?

Trauer ist eine Verlustreaktion die sowohl positiv wie auch negativ gewertet werden kann. Im positiven Sinn wird die Funktion der Trauer, als die Bewältigung von Verlusterfahrung verstanden. Dabei kann Trauer bei vielen möglichen Verlusten wie beispielsweise bei einer Trennung, beim Verlust des Arbeitsplatzes, bei einem Todesfall oder beim Verlust der Heimat entstehen (Lammer, 2014, S. 2). Bei Trauer handelt es sich nicht um eine Krankheit, eine Fehlfunktion oder ein Zeichen von psychischen Schwächen. Trauer ist ein gesunder, notwendiger Prozess, um Verluste und Veränderungen verarbeiten zu können (S. 2-3). Veränderungen in den Bereichen der Psyche, dem Geist, dem Körper und dem Verhalten gehören zu den Erscheinungsformen der Trauer. Die Veränderungen der Bereiche zeigen sich beispielsweise durch Wahrnehmungsstörungen, Schlafstörungen, Erstarrung, Rückzug sowie durch das Empfinden von Schmerz, den Konsum von Suchtmitteln und dem Rückzug aus dem sozialen Leben (S. 3).

In der Definition der Trauer wird von einem engeren Sinn und einem weiteren Sinn der Trauer gesprochen. Der engere Sinn der Trauer beschreibt die emotionale Reaktion der Trauer auf den Tod einer geliebten Person. Der weitere Sinn bezeichnet die Trauer, die über den Tod hinausgeht. Dazu gehört beispielsweise die Verarbeitung des Verlustes nach einer Scheidung sowie Trennung, der Verlust der Jugendlichkeit oder dem Verlust der Gesundheit aufgrund einer chronischen Krankheit. Somit findet Trauer bei unbefriedigten Bedürfnissen statt, die mit der Verarbeitung von Enttäuschungen einhergeht (Goldbrunner, 1996, S. 16). Bereits Freud (1999) behauptete, dass Trauer eine Reaktion auf den Verlust eines geliebten Menschen oder an eine Abstraktion wie Freiheit, Vaterland oder Ideal ist (S. 428-429). Obwohl die Trauer eine schwerwiegende Veränderung von unserem Verhalten ist, wird die Trauer nicht als Krankheit gesehen und von einem Arzt behandelt (Freud, 1999, S. 429).

Die Trauer setzt einen Prozess voraus, der Aufgaben wie die Akzeptanz des Verlustes, das Erleben des Schmerzes und die Auseinandersetzung mit dem eigenen aktuellen Leben beinhaltet (Kersting, 2010, S. 468).

Für Trauernde besteht dennoch ein erhöhtes Erkrankungsrisiko, da der Verlust belastend ist und die Bewältigung oder Verdrängung viel Energie benötigt (Lammer, 2014, S. 25).

Die Reaktion der Trauer als Fähigkeit ist nach Canacakis (2002) angeboren und tritt bereits bei der Geburt auf und endet mit dem Tod (S. 23). Durch das Trauern ist ein gesunder Abschied vom Verlust möglich (S. 25). Zusammenfassend kann Trauer als spontane, natürliche, selbstverständliche Reaktion eines Individuums auf den Verlust verstanden werden (Canacakis, 2002, S. 24).

2.1.1 Trauersymptome

Trauer zeigt sich durch Emotionen, wobei Weinen die häufigste Reaktion auf einen Verlust ist. Emotionen wie Wut, Angst und Ärger können auch auf einen Verlust folgen. Genauso ist es möglich, dass auf einen Verlust keine emotionale Reaktion oder Gefühlsäußerung gezeigt wird (Znoj, 2012, S. 13). In der Trauer Schmerz zu erleben ist eine weitere Reaktion auf den Verlust. Das Gefühl von Schmerz in der Trauer kommt nicht nur seelisch-körperlich als Gefühl vor, sondern reicht hin bis zum körperlichen Schmerz (S. 15). Dadurch werden Trauernde mit einer ihnen fremden Wirklichkeit konfrontiert. Dabei ist der Schmerz nicht mehr greifbar, die zur Resignation und Verzweiflung beim Vergegenwärtigen des Verlustes führt. Trauer zeigt sich nicht nur auf der Ebene der Gefühle, sondern auch auf der kognitiven Ebene. Dabei kämpfen Trauernde mit den eigenen Gedanken, nehmen die Schuld auf sich, verurteilen sich selbst und andere, sind enttäuscht und zeigen Wut sowie Zorn gegenüber anderen, die vielleicht Schuld am Verlust tragen. All diese Gedanken lassen Trauernde grosse Verzweiflung gegenüber sich selbst und der Welt spüren. Ist der Schmerz tief und die Empfindung von Verantwortung gegenüber dem Verlust enorm, ist der Gedanke von Versagen bei Trauernden gross (Znoj, 2012, S. 16).

Freud (1999) behauptet, dass bei einigen Menschen, die einen Verlust erlebt haben, Melancholie statt Trauer auftritt (S. 429). Nach Freud (1999) zeigt sich die Melancholie durch psychischen Schmerz, durch Desinteresse, durch den Verlust zu lieben, durch mangelnde Leistungen und niedrigem Selbstwertgefühl (S. 429). Nach Freud (1999) unterscheiden sich Trauer und Melancholie darin, dass bei der Trauer die Störung des Selbstwerts wegfällt (S. 429). Trauer findet bewusst statt, wobei Melancholie auf einen unbewussten Objektverlust hinweist. Wie bei der Trauer finden auch bei der Melancholie eine innere Verarbeitung und Hemmung statt, nur ist die Verarbeitung und Hemmung bei der Melancholie rätselhaft. Zudem zeigt die Melancholie eine negative Eingrenzung des Ichs. Bei der Trauer ist beispielsweise die Welt traurig und leer, wobei bei der Melancholie das Ich arm und leer ist. Die ganzen Selbstzweifel, Vorwürfe und Beleidigungen sich selbst gegenüber können zu Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit und psychischen Beschwerden führen (S. 431-432).

Nach Lindemann (1944, zitiert nach Lammer, 2014) wird Trauer als eine Gruppe von psychischen und physischen Symptomen gesehen, die sich zu einem Krankheitsbild verbinden (S. 15). Zum Normalbild der Trauer gehören körperliche Beschwerden, Derealisation, Schuldgefühle, Aggressivität, Feindseligkeit, Verhaltensänderungen und

Symptombildung durch Identifikation mit den Verstorbenen (Lindemann, 1944, zitiert nach Lammer, 2014, S. 15).

Lindemann (1944, zitiert nach Lammer, 2014) unterscheidet vom Normalbild der Trauer gestörte Erscheinungsbilder, die übersteigerte Symptome aufweisen (S. 16). Dies geschieht bei Trauerreaktionen, die zu Beginn verhindert oder verzögert wurden und dadurch das Unterdrückte zu einem späteren Zeitpunkt verstärkt hervorbricht. Die Störungsbilder sollten nach Lindemann durch psychologische Unterstützung zur normalen Trauerreaktion und damit verbunden zu einem normalen Trauerprozess geführt werden (Lindemann, 1944, zitiert nach Lammer, 2014, S. 16). Trauer wird heute nicht mehr, wie Lindemann (1944, zitiert nach Lammer, 2014) definierte, als ein klar umrissenes Symptombild wahrgenommen (S. 19). Trauer verläuft sehr individuell ab, wobei die Trauernden verschiedene Veränderungen in den Bereichen des Körpers, der Psyche und des Verhaltens erleben können (Lindemann, 1944, zitiert nach Lammer, 2014, S. 19).

Die Trauer eines Menschen ist dennoch individuell. Es gibt keine Trauer, die genau gleich abläuft (Canacakis, 2002, S. 39).

Durch die biologische Perspektive kann zudem nachgewiesen werden, dass akute Trauer die Atmung, den hormonellen Haushalt, das Immunsystem und das Herz-Kreislauf-System beeinflusst. Somit kann durch die biologische Sicht erklärt werden, wieso körperliche Krankheiten beim Trauerprozess entstehen können (Goldbrunner, 1996, S. 22).

2.1.2 Komplizierte Trauer

Bei der normalen Trauer betreffen die Symptome die kognitiven, emotionalen, motorischen und physiologischen Bereiche. Nach einer gewissen Zeit nimmt die Intensität der Trauer ab und die Trauernden beginnen sich an die veränderten Lebensumstände anzupassen (Wagner, 2013, S. 2).

Komplizierte Trauerreaktionen können in Kombination mit psychischen Störungen entstehen. Genauso kann Trauer pathologische Symptome aufweisen, wobei dann eine psychologische Betreuung notwendig ist. Zudem können komplizierte Trauerreaktionen durch Traumata gefördert werden (Znoj, 2012, S. 55). Sollte die Trauer intensiv sein, werden emotionale und somatische Regulationen gestört, wobei dies bei langfristiger Dauer zu psychischen und somatischen Störungen führen kann (S. 57). Die Unterscheidung der komplizierten und normalen Trauerreaktion spiegelt sich im Verlauf, in der Symptomatik, in der Gesundheit und in den sozialen Folgen nieder. Beim Verlauf der einfachen Trauerreaktion findet eine Anpassung an die neue Realität statt, die auch gelingt. Die Intensität der Trauer nimmt ab. Bei der komplizierten Trauerreaktion haben Trauernde starke emotionale Reaktionen. Zudem verläuft die Trauerreaktion verlangsamt ab und die Trauerintensität nimmt nicht ab. Somit gelingt es den Trauernden nicht sich an die Realität im Leben anzupassen (S. 58). Die Symptomatik bei der normalen Trauerreaktion beinhaltet Weinen und Rückzug. Die

Symptomatik der komplizierten Trauerreaktion zeigt sich hingegen durch selbstverletzendes Verhalten, Depression, Reizbarkeit, Sinnlosigkeit und Panikattacken. Bei der normalen Trauerreaktion entstehen zudem langfristig keine gesundheitlichen Einschränkungen. Bei der komplizierten Trauerreaktion entstehen Schlafstörungen, Essstörungen und eine Anfälligkeit für Infektionserkrankungen. Als soziale Folgen der normalen Trauerreaktion wird der Rückzug aus dem sozialen Umfeld gezählt, die auch hier langfristig keine Folgen aufweisen. Bei der komplizierten Trauerreaktion wird das soziale Umfeld vernachlässigt und das berufliche Funktionieren eingeschränkt, was zur Vereinsamung führen kann (Znoj, 2012, S. 58). Um eine komplizierte Trauer diagnostizieren zu können, sollten Symptome wie emotionale Ausbrüche, das Gefühl der Leere, Schlafschwierigkeiten, Verlust der sozialen Teilnahme, der Wunsch nach der Anwesenheit des Verlostes und ungewollte Gedanken der letzten drei Monate täglich in einer massiven Intensität auftreten und gleichzeitig das Funktionieren im Alltag verhindern. Es kommt zudem vor, dass diese Symptome in einer normalen Trauerphase erlebt werden. Von einer komplizierten Trauer wird erst dann gesprochen, wenn die Symptomatik intensiv, lange und unverändert auftritt (S. 60).

Die Vermeidungssymptome nehmen bei der komplizierten Trauer zu (S. 65). Die Symptomatik des Trennungsschmerzes ist für die Trauernden intensiver. Gelingt die Regulation des Schmerzes nicht, können emotionale Zustände wie Angst, Panik oder unkontrolliertem Weinen entstehen. Wird der Schmerz immer grösser, beginnen Trauernde den Schmerz und Tätigkeiten zu umgehen, die sie mit dem Verlust verbinden (S. 67). Znoj (2012) meint, dass die normale Trauer durch die Phasen Schock, nicht Wahrhabenwollen, emotionaler Aufschrei und Dysregulation, klares Schmerzempfinden und Trauer verläuft. Die Verarbeitung und die Trauerarbeit bilden den Abschluss der Phasen. Bei der komplizierten Trauer vermehren sich die Phasen. Dabei entstehen durch den Schmerz dysfunktionale Kognitionen, die starke Emotionen auslösen und das Verlusterleben verstärken (S. 67). Znoj (2012) behauptet, dass die Verletzung des Grundbedürfnisses die Ursache für das Stresserleben ist. Bei der Trauer werden die Grundbedürfnisse Bindung und Sicherheit eingeschränkt (S. 69).

Die These, dass Trauer als Krankheit angesehen werden soll, bringt Vorteile mit sich. Sollte Trauer als Krankheit klassifiziert werden, können die Betroffenen in den Genuss der Arbeitsbefreiung und der finanziellen Beteiligung an therapeutischer Begleitung kommen. Die Trauer könnte dadurch auch ernster genommen werden (Lammer, 2014, S. 23). Nach Lammer (2014) sollte Trauer nicht als Krankheit, sondern als normal gesehen werden (S.23). Die Trauer sollte gemäss Lammer (2014) nicht nach 14 Tagen schon als pathologisch und anschliessend als Depression angesehen werden. Auch wenn dadurch Bewältigungshilfen finanziell tragbar wären, werden normale Trauerprozesse stigmatisiert und als krankhaft angesehen (S. 23). Lammer (2014) spricht von erschwerter Trauer, bei dem viele Risikofaktoren vorliegen (S. 25).

Trauerprozesse können durch Risikofaktoren wie die Unterdrückung sowie die Vermeidung der Trauer, traumatisierende Todesumstände, komplizierte Beziehungen zu den Verstorbenen, Lebensumstände die die Trauer behindern, wie eigene Krankheit oder Unterversorgung, weitere unbewältigte Verluste oder Krisen, Fehlen eines unterstützenden sozialen Umfelds, Fehlen von persönliche Ressourcen wie Reflexionsfähigkeit und psychische sowie physische Gesundheit und fehlender Zugang zu Hilfesystemen erschwert werden (Lammer, 2014, S. 26). Zu den Ressourcen der Trauer gehören die Gegenteile der Risikofaktoren wie die ungehinderte Trauerreaktion, normale Todesumstände, undramatische Beziehungen, Lebensumstände, die das Trauern ermöglichen, Freiheit von anderen Verlusten, Verfügbarkeit persönlicher Ressourcen und Zugang zu Hilfesystemen (S. 27).

2.1.3 Die anhaltende Trauerstörung

Eine Trauerreaktion kann pathologisch werden. Die ICD-11 definiert die anhaltende Trauerstörung, welche die Kernsymptome intensive Sehnsucht nach der verlorenen Person, das Verhaftetsein mit der verlorenen Person, emotionalen Schmerz sowie eine Beeinträchtigung im funktionellen Bereich beinhaltet. Die Diagnose der anhaltenden Trauerstörung wird gestellt, wenn die Trauerreaktion lange dauert und die kulturellen sowie sozialen Normen übersteigen (Killikelly & Maercker, 2019, S. 62). Die folgende Abbildung gibt eine genaue Übersicht über die Merkmale der anhaltenden Trauerstörung. Die anhaltende Trauerstörung zeichnet sich durch das Ereigniskriterium, durch die Symptome sowie akzessorischen Symptome und den Zeit- sowie Beeinträchtigungskriterien aus (Killikelly & Maercker, 2019, S. 63).

Abbildung 1

A. Ereigniskriterium	Tod einer nahestehenden Person vor mind. 6 Monaten
B. Mind. eines der folgenden Symptome	<ul style="list-style-type: none"> - Starke(s) und anhaltende(s) Verlangen und Sehnsucht nach der verstorbenen Person - Starkes und anhaltendes gedankliches Verhaftetsein mit der verstorbenen Person oder den Todesumständen
C. Einige der akzessorischen Symptome*	Begleitet von intensivem emotionalem Schmerz, z. B.: <ul style="list-style-type: none"> - Traurigkeit - Schuldgefühle - Wut - Vermeidung - Vorwürfe - Schwierigkeiten, den Verlust zu akzeptieren - Beeinträchtigt Identitätsgefühl oder Selbst(-konzept) - Unvermögen, positive Stimmung zu erfahren - Emotionale Taubheit - Schwierigkeiten, am sozialen Leben oder Aktivitäten teilzunehmen
D. Zeit- und Beeinträchtigungskriterien	Die anhaltende Trauerreaktion ist ausgeprägter, als gesellschaftliche oder kulturelle Normen dies erwarten lassen (mind. 6 Monate oder länger, abhängig von kulturellen und kontextuellen Faktoren), und führt zu deutlichen Beeinträchtigungen des persönlichen Funktionierens

Quelle. C. Killikelly & A. Maercker, Anhaltende Trauerstörung. In A. Maercker (Hrsg.), *Traumafolgestörungen*, Springer-Verlag, 2019, S. 63.

Die anhaltende Trauerstörung unterscheidet sich klar von der komplizierten Trauer. Die Unterscheidung der pathologischen Trauer und der komplizierten Trauer basiert auf die Art sowie die Anzahl der Symptome und auf der klinischen oder nicht klinischen Stichprobe (Killikelly & Maercker, 2019, S. 64–65). Die anhaltende Trauerstörung geht mit einer Intensität der Symptome, der Belastungen und der Dauer dieser Belastungen hervor (S. 65).

Wie bereits erwähnt, basiert die Diagnose der anhaltenden Trauerstörung auch auf kulturellen und sozialen Normen. Trauer ist zwar eine universelle Reaktion, dennoch muss der kulturelle Hintergrund der Trauernden bei der Stellung der Diagnose miteinbezogen werden, da kulturelle Unterschiede bei der Trauerreaktion und Symptomatik existieren. Genauer bedeutet dies, dass die Unterscheidung der normalen Trauer und der pathologischen Trauer sowie die Symptome, die Länge der Trauer und Beeinträchtigungen kulturell bedingt sind. Beispielsweise wird Trauer in westlichen Ländern als Gefühl wahrgenommen die mit Gedanken verknüpft sind. In anderen Kulturen ist Trauer eher eine Emotion und ein Gedanke, dabei ist der Zusammenhalt der Emotionen und Gedanken viel intensiver (S. 68).

2.2 Der Tod als Verlust

Das Erleben und die Bedingungen von Tod und Trauer haben sich in der westlichen spätmodernen Gesellschaft verändert (Lammer, 2014, S. 3). Die Lebenserwartung hat sich im Vergleich zu den letzten Generationen verdoppelt. Auch die Säuglings- und Kindersterblichkeit liegt unter einem Prozent. Der Tod gehört in der heutigen Zeit nicht mehr zum Alltag, dadurch verringert sich das Bewusstsein sowie das Erleben für Tod und Trauer. Genauso wird die Bewältigung von Tod und Trauer weniger geübt. Die Sichtweise auf den Tod änderte sich durch die verbesserte Lebensqualität anhand des medizinischen Fortschritts. Der Tod wird nicht mehr als positiv gewertet, um aus dem Leid des Lebens erlöst zu werden. Durch den medizinischen Fortschritt wird häufig die Frage gestellt, wie der Tod hinausgezögert werden kann, anstatt wie mit der menschlichen Endlichkeit und den damit folgenden Erfahrungen umgegangen werden kann (S. 4-5).

Der Tod einer geliebten Person sorgt dafür, dass ein Teil der Trauernden mitstirbt (Freud, 1999, S. 343). Auf den Verlust von geliebten Menschen folgen jeweils psychische Reaktionen, die einen schmerzvollen und langen Verarbeitungsprozess mit sich bringen. Trauer leistet eine Arbeit, die beinhaltet alle Libido aus den Erinnerungen und Verknüpfungen zum verlorenen Objekt zu löschen. Menschen jedoch wollen ungern ihre Libidoposition verlassen. Das Sträuben gegen diese Entfernung der Libido kann zu Psychosen führen (Freud, 1999, S. 430). Auch dieser Vorgang ist nach Freud (1999) normal und benötigt Zeit und Energie, um jede einzelne Erinnerung zu verarbeiten. Es kann nicht definiert werden, weshalb dieser Vorgang schmerzhaft ist (S. 430).

Sich von der geliebten Person trennen zu müssen, wird durch Trauernde nicht sofort akzeptiert und muss durch den Trauerprozess innerlich verarbeitet werden. Bei Trauernden entsteht

durch den Verlust ein inneres Loch, das zunächst zu gross ist, um direkt den Verlust verkraften zu können (Goldbrunner, 1996, S. 18).

Die Trauerarbeit umfasst beim Verlust eines geliebten Menschen, sich an Erlebnisse mit den Verstorbenen zu erinnern. Gleichzeitig werden Erinnerungen an Wünsche und Erlebnisse hervorgehoben, die Trauernde mit der verstorbenen Person erleben wollten. Die Vergangenheit gewinnt, während dem Trauerprozess an Bedeutung, während das Hier und Jetzt wie die Arbeit, das Essen sowie Schlafen, die Angehörigen und Freunde genauso wie das eigene Leben vernachlässigt werden. Nebst den positiven Erinnerungen an die Verstorbenen empfinden Trauernde auch starke negative Gefühle wie Wut, Vorwürfe und Ärger gegenüber den Verstorbenen. Vorwürfe machen Trauernde auch an Ärzte oder Gott, die beispielsweise den Tod der verstorbenen Person nicht verhindern konnten. Die Trauernden glauben, dass sie ohne die Verstorbenen ihr Leben nicht meistern können (Goldbrunner, 1996, S. 20).

2.2.1 Die vier Traueraufgaben

Nachfolgend werden Traueraufgaben erläutert, da Aufgabenmodelle im Vergleich zu Phasenmodellen Struktur und Orientierung bieten. Dabei werden die Trauerprozesse nicht schematisiert. Für die Trauer entsteht genug Raum, um individuelle Strategien oder Erfahrungen zu entwickeln (Lammer, 2014, S. 75). Durch Phasenmodelle kann Trauer besser verstanden und die damit verbundenen Reaktionen eingeordnet werden. Dennoch verläuft jede Trauer individuell. Die Phasenmodelle sollen nicht als lineare Konstrukte gesehen werden, die bei allen Menschen genau gleich verlaufen (Diebold, 2013, S. 17).

Worden (2011/2008) beschreibt vier Aufgaben, die im Trauerprozess bewältigt werden. Die Aufgaben können je nach Individuum unterschiedlich verlaufen. Die erste Aufgabe beinhaltet den Verlust als Realität zu akzeptieren. Beim Tod als Verlust gehört es zur Aufgabe zu akzeptieren, dass die geliebten Personen nicht mehr gesehen werden kann (S. 45). Viele Trauernde wollen beispielsweise beim Tod nicht wahrhaben, dass die geliebte Person verstorben ist und verleugnen dadurch den Verlust. Durch die Verleugnung stecken viele Trauernde während dem Trauerprozess bei der ersten Aufgabe fest. Nebst der Leugnung der Realität wird auch oftmals die Bedeutung des Verlustes geleugnet (S. 46) Zudem gehört die Leugnung der Endgültigkeit des Todes auch zu den Blockierungsgründen der ersten Aufgabe im Trauerprozess (S. 47). Den Verlust zu verarbeiten, geschieht hier auf der kognitiven sowie auf der emotionalen Ebene und braucht viel Zeit (S. 48).

Die zweite Aufgabe des Trauerprozesses beinhaltet den Schmerz zu verarbeiten, wobei der Schmerz körperliche und emotionale Komponenten aufweist. Dabei empfindet jeder Mensch den Schmerz unterschiedlich intensiv. Trauernde versuchen ihren Schmerz zu unterdrücken oder schmerzende Gedanken zu vermeiden (Worden, 2011/2008, S. 50). Auch versuchen sie

beispielsweise nur positive Erinnerungen von Verstorbenen aufzurufen, um die schmerzlichen Gedanken zu hintergehen und sich so von der zweiten Aufgabe des Trauerprozesses zu entziehen. Worden behauptet, dass eine Therapie angegangen werden muss, wenn die zweite Aufgabe nicht bewältigt wird (S.51).

Die dritte Aufgabe beinhaltet sich an eine Welt anzupassen, in der die geliebte Person nicht mehr da ist, wobei die Anpassung auf drei Bereiche aufgeteilt wird. Die drei Bereiche umfassen die externe, die interne und die spirituelle Anpassung. Die externe Anpassung zeigt auf, welche Auswirkungen der Verlust auf die Bewältigung des eigenen Alltags hat. Die Trauernden müssen nun Aufgaben übernehmen, die zuvor der Verstorbene gemeistert hat. Die interne Anpassung beschäftigt sich mit den Auswirkungen des Verlustes auf die Gefühle des eigenen Selbst. Mit dem eigenen Selbst sind das Selbstbild und die Selbstachtung gemeint. Die spirituelle Anpassung erläutert die Auswirkungen des Verlustes auf die eigenen Werte und Überzeugungen (S. 52-55). Die vierte Aufgabe besteht darin, einen Weg zu finden mit der verstorbenen Person in Verbindung zu bleiben und sich gleichzeitig dem eigenen Leben zu widmen (S. 56). Sollten Trauernde die Aufgabe vier nicht meistern, gelingt es ihnen nicht ihr Leben zu leben. Das Leben der Trauernden steckt dann seit dem Verlust in einem Stillstand fest. Die vier Aufgaben können nach Worden (2011/2008) jederzeit im Leben aufgegriffen werden und sollten nicht einer starren Abfolge folgen (S. 58).

2.2.2 Mediatoren der Trauer

Mit den Traueraufgaben allein kann der Trauerprozess nicht verstanden werden. Die Mediatoren als zweiter Aspekt ermöglichen den Trauerprozess zu verstehen. Die Mediatoren sind Faktoren, die die Traueraufgaben beeinflussen und uns aufzeigen, weshalb Menschen auf verschiedene Weisen die Traueraufgaben angehen (Worden, 2011/2008, S. 61). Worden (2011/2008) beschreibt sieben Mediatoren, die in diesem Kapitel erläutert werden (S. 61).

1. Mediator

Beim ersten Mediator stellt sich die Frage wer gestorben ist, um nachvollziehen zu können, wie Trauernde auf den Todesfall reagieren. Trauerreaktionen fallen bei dem Tod von Geschwistern durch einen Unfall anders aus, als beim Tod eines Grosselternteils der durch einen natürlichen Tod verstorben ist (Worden, 2011/2008, S. 61). Die Gefühle beim Verlust hängen von der Beziehung zur verstorbenen Person ab. Der Tod von Ehepartner*innen wird auch anders als der Tod eines Elternteils wahrgenommen. Zudem wird der Tod eines Elternteils beispielsweise von allen Kindern unterschiedlich empfunden. Alle Trauernden haben eine andere Beziehung und Erwartungshaltungen an die verstorbene Person (S. 62).

2. Mediator

Der zweite Mediator beschäftigt sich mit der Frage, welche Art von Bindung zur verstorbenen Person bestand. Dabei spielen die nachfolgenden Aspekte eine wichtige Rolle. Die Stärke der Bindung bezeichnet die Tiefe der Liebe, die gleichzeitig die Tiefe der Trauer ausmacht. Die Trauerreaktion fällt stärker bei intensiven Beziehungen aus. Der zweite Aspekt beschreibt die Sicherheit der Bindung. Sollte beispielsweise das eigene Selbstwertgefühl der Trauernden von der verstorbenen Person abhängen, erfolgt eine schwierige Trauerreaktion. In den meisten Beziehungen werden die Sicherheitsbedürfnisse durch die Partner*innen gedeckt, sollte ein Partner oder eine Partnerin sterben, verlieren die Trauernden ihre Ressource des Sicherheitsbedürfnisses. Der dritte Aspekt nennt die Ambivalenz der Beziehung. Die meisten Beziehungen sind von negativen und auch von positiven Gefühlen geprägt, wobei die positiven Gefühle überwiegen. Sollten die negativen Gefühle in der Beziehung überwiegen wird die Trauerreaktion auch schwieriger stattfinden. Der vierte Aspekt beschäftigt sich mit den Konflikten in der Beziehung. Dabei werden hauptsächlich ungelöste Konflikte gemeint, die Schuldgefühle auslösen können. Beim fünften Aspekt handelt es sich um die Abhängigkeit in der Beziehung. Besteht ein Abhängigkeitsverhältnis erschwert dies die Anpassung des Verlustes (Worden, 2011/2008, S. 62-63).

3. Mediator

Die Art und Weise des Todes kann auf verschiedene Trauerreaktionen zurückgeführt werden. Beim Unfall oder Suizid als Todesursache wird anders getrauert als bei einem natürlichen Tod im Alter. Aspekte wie Nähe, Plötzlichkeit, Trauma sowie Gewalt, mehrere Todesfälle, vermeidbare Todesfälle, ungeklärte Todesfälle, und stigmatisierte Todesfälle spielen eine wichtige Rolle für das Verständnis der Trauerreaktion. Bei der Nähe als Aspekt handelt es sich um die Frage, ob die verstorbene Person in der Nähe oder weit weg verstarb. Sollte die verstorbene Person in der Ferne verstorben sein, führt dies bei den Trauernden zu einer Unwirklichkeit. Die Trauernden glauben, dass die verstorbene Person noch in der Ferne ist, was zur Störung der Bewältigung der Traueraufgaben führen kann. Bei der Plötzlichkeit wird die Frage aufgeworfen, ob der Tod der verstorbenen Person erwartet oder unerwartet war. Unerwartete Todesumstände belasten die Trauernden mehr als erwartete Todesumstände. Genauso führen gewaltsame Todesumstände wie Mord oder Suizid oftmals zur komplizierten Trauer und zu posttraumatischen Belastungsstörungen. Der Aspekt von mehreren Todesfällen handelt von dem Verlust von mehreren Menschen auf einmal durch ein tragisches Ereignis oder in kurzer Zeit. In solchen Fällen kommt es zur Überlastung der Trauer. Dabei können die Trauernden die Traueraufgaben nicht bewältigen, da die Anforderungen der Traueraufgaben zu hoch sind. Bei vermeidbaren Todesfällen entwickeln die Trauernden gelegentlich Schuldgefühle und Selbstvorwürfe. Bei den ungeklärten Todesfällen wissen die Trauernden

nicht, ob ihre geliebten Personen noch am Leben sind oder nicht. Solche Umstände, bei denen vor allem keine Leichen geborgen wurden, führen bei den Trauernden zu einer unklaren Position, da sie nicht wissen, ob sie trauern oder an der Hoffnung festhalten sollen. Bei den stigmatisierten Todesfällen sind Todesursachen wie Suizid oder Aids gemeint, die die Gesellschaft nicht akzeptiert (Worden, 2011/2008, S. 63-67).

4. Mediator

Der vierte Mediator befasst sich mit den früheren Erfahrungen, das heisst, wie eine Person bereits Verluste verarbeitet hat. Dabei wird Bezug auf die Traueraufgaben genommen. Es stellt sich die Frage, ob eine Person bei einem früheren Verlust, die Traueraufgaben abgeschlossen hat oder ob die Traueraufgaben noch offen sind. Zudem wird die Frage aufgeworfen, wie die psychische Gesundheit der Trauernden bisher war (Worden, 2011/2008, S. 67).

5. Mediator

Der fünfte Mediator befasst sich mit den Persönlichkeitsvariablen Alter, Geschlecht, Bewältigungsstil, Bindungsstil und Denkstil. Bei den Variablen, Alter und Geschlecht, werden die geschlechterspezifischen Unterschiede zur Bewältigung des Trauerns untersucht, wobei die Unterschiede aufgrund der Sozialisation entstehen. Häufig erhalten Frauen mehr soziale Unterstützung im Trauerprozess als Männer. Frauen reagieren beim Trauerprozess besser auf problemlösende Interventionen und Männer auf affektstimulierende Interventionen (Worden, 2011/2008, S. 68). Beim fünften Mediator werden auch verschiedene Bewältigungsstile beschrieben, die bei jedem Menschen unterschiedlich auftreten. Bewältigung meint dabei, die Art und Weise, wie mit Problemen umgegangen wird, um eine Lösung zu finden, die zu einer Erleichterung führt. Der problemlösende Bewältigungsstil bezeichnet die Fähigkeit Lösungen für Probleme zu finden. Menschen, die diese Fähigkeit nicht haben, nutzen Strategien, die nicht funktionieren oder wenden nur eine Lösung an und geben danach direkt auf, falls diese Lösung nicht funktioniert (S. 69).

Der aktiv-emotionale Bewältigungsstil gehört zu der wirksamsten Methode für den Umgang bei Problemen und Stress. Dieser Bewältigungsstil beinhaltet die Fähigkeit in schlimmen Situationen etwas Positives herauszufiltern. Genauso ist Humor eine gute Strategie zur Bewältigung in schwierigen Lebenslagen. Zudem ist es geeignet, wenn positive und negative Gefühle zugelassen werden. Eine weitere Fähigkeit des aktiv-emotionalen Bewältigungsstiles ist nach Hilfe zu fragen und Hilfe anzunehmen (S. 69-70). Der vermeidend-emotionale Bewältigungsstil gehört zu dem am niedrigsten wirksamen Stil, da die Trauernden betreffend der Lösung ihres Problems wenig Gewinnbringendes mitnehmen können. Schuldzuweisungen, Ablenkungen, Leugnungen, sozialer Rückzug und der Missbrauch von Drogen sowie Alkohol helfen den Trauernden nur für eine kurze Zeit, bieten aber keine

langfristige Problemlösung. Eher verursachen diese Komponenten weitere Folgen. Beispielsweise kann der vermeidend-emotionale Bewältigungsstil zu einer Belastungsstörung oder auch zur komplizierten Trauer führen (S. 70-71).

Die Bindungsstile entstehen schon seit der Geburt durch die Eltern-Kind-Beziehung. Dabei wird die Nähe zu einer Bezugsperson hergestellt und bewahrt. Es spielt eine grosse Rolle wie Bezugspersonen auf die emotionalen Bedürfnisse von Kindern eingehen. Bindungsstile gehören zu den Persönlichkeitsmerkmalen von Menschen. Die Nähe der Bezugsperson als Faktor beeinflusst, ob sich jemand in der Abwesenheit der Bezugsperson sicher fühlt oder nicht. Obwohl Bindungsstile im Kindesalter entstehen, kommt es dennoch vor, dass Bindungen auch im Erwachsenenalter entstehen. Beim Verlust durch den Tod ist es der trauernden Person nicht mehr möglich die Nähe zur verstorbenen Person wiederaufzubauen. Die daraus resultierende Trennungsangst sorgt dafür, dass Trauernde die verlorenen Beziehungen wieder versuchen aufzunehmen, bis den Trauernden schliesslich klar wird, dass der Verlust dauerhaft ist (S. 71). Gelingt es den Trauernden die Realität des Verlustes im eigenen Leben einzubauen, kann die psychische Nähe die körperliche Nähe ersetzen und die trauernde Person emotional stärken. Bei den Bindungsstilen wird zwischen sicherem und unsicherem Bindungsstil unterschieden. Der sichere Bindungsstil entsteht bei vielen Menschen durch die früheren gesunden Beziehungen und der positiven Beziehung zur Bezugsperson. Beim sicheren Bindungsstil empfinden Menschen positive mentale Gedanken, sie fühlen sich wertgeschätzt und haben das Gefühl würdig zu sein, um Unterstützung und Zuwendung durch andere Menschen zu erhalten. Trauernde, die eine geliebte Person verloren haben, empfinden Schmerz, dennoch sind sie fähig ihre Trauer zu verarbeiten und eine gesunde Beziehung zur verstorbenen Person aufzubauen. Sollten Menschen problematische frühere Beziehungen sowie problematische Beziehungen zur Bezugsperson haben, können unsichere Bindungen entstehen. Durch die unsicheren Bindungsstile kann es zur komplizierten Trauer kommen. Zudem können die unsicheren Bindungsstile die Bewältigung der Traueraufgaben schwieriger gestalten. Es werden vier Bindungsstile unterschieden (S. 72).

Die ängstlich-rückversichernden Bindungen treten in Beziehungen auf, bei denen sich die Betroffenen unwohl fühlen und auf Vernachlässigungen empfindlich reagieren. Betroffene sind häufig unzufrieden mit sich selbst. Dabei wollen Betroffene, dass die Bezugsperson sie in ihrer Selbstachtung stärken. Beim Verlust der Bezugsperson sind Betroffene verzweifelt, haben mangelnde Fähigkeiten mit Stress umzugehen und vermeiden den Schmerz. Durch den Verlust fühlen sich Betroffene unfähig den Alltag, ohne die Bezugsperson zu meistern (S. 73). Bei ängstlich-ambivalenten Bindungen treten in Beziehungen Liebe und Hass miteinander auf. Betroffene denken, dass ihre Bezugsperson nicht zuverlässig ist. Sollte die Beziehung zwischen der Bezugsperson und den Betroffenen in Gefahr sein, kann bei den Betroffenen

grosse Wut entstehen. Die Wut ist ein Zeichen der Ängstlichkeit der Betroffenen. Beim Verlust der Bezugsperson verstärkt sich die Wut und die Angst der Betroffenen (S. 73-74).

Die vermeidend-abweisenden Bindungen entstehen bei Betroffenen, deren Eltern ihnen zu wenig Aufmerksamkeit schenken. Die Betroffenen verhalten sich als unabhängige und selbstständige Person. Beim Verlust einer Bezugsperson zeigen Betroffene kaum Symptome oder Reaktionen. Durch ihre vermeidende Haltung können die Betroffenen den Verlust und die damit verbundenen Traueraufgaben nicht meistern (S. 74). Bei vermeidend-ängstlichen Bindungen können die Betroffenen den Verlust am wenigsten bewältigen. Bei diesem Bindungsstil wollen die Betroffenen sich auf Beziehungen einlassen, reagieren jedoch mit äusserster Vorsicht auf neue Beziehungen, um nicht wieder den gleichen Verlust erleben zu müssen. Tritt dennoch ein Verlust ein, besteht bei Betroffenen eine hohe Wahrscheinlichkeit an Depressionen zu erkranken. Betroffene ziehen sich aus ihrem sozialen Leben zurück, um sich selbst zu schützen (S. 74-75).

Der fünfte Mediator beschreibt wie bereits erwähnt auch die Denkstile, die bei jeder Person individuell sind. Menschen die optimistisch sind tendieren eher dazu bei schlimmen Situationen Positives herauszufiltern. Pessimistische Menschen hingegen glauben die Trauer nicht bewältigen zu können. Das Grübeln zählt auch zu den Denkstilen, wobei Betroffene ihre negativen Gedanken und Emotionen kreisen lassen und keine Unternehmungen durchführen, um die Situation zu verändern (S. 75-76).

6. Mediator

Der sechste Mediator bezieht sich auf die sozialen Variablen. Die soziale und emotionale Unterstützung ist für den Trauerprozess wichtig. Die soziale Unterstützung mindert das Risiko an Depressionen zu erkranken, dennoch wird der Trauerprozess nicht beschleunigt. Bei der sozialen Unterstützung ist die Wahrnehmung der Trauernden betreffend der Unterstützung wichtig. Genauer genommen ob die Trauernden die Unterstützung als hilfreich empfinden. Die kulturellen und religiösen Normen gehören auch zum sechsten Mediator. Die meisten Menschen gehören religiösen Kulturen an, in denen unterschiedlich mit Trauer umgegangen wird. Das Wissen über die religiösen und kulturellen Leben der Trauernden kann helfen zu verstehen, wie sie genau trauern (Worden, 2011/2008, S. 78-79).

7. Mediator

Der siebte Mediator bezieht sich auf gleichzeitig auftretende Belastungen, die einen Einfluss auf den Trauerprozess haben. Treten nebst dem Tod der geliebten Personen, gleichzeitig weitere Verluste wie finanzielle Einbrüche statt, ist das Risiko eine Depression zu erleiden höher (Worden, 2011/2008, S. 80).

2.3 Die Rolle der Bindung bei Trauer

Trauer ist eine Aufgabe, die psychischen Energien der verstorbenen Person abzulösen, beinhaltet. Die Trauerarbeit setzt sich aus drei Phasen zusammen. Die erste Phase beinhaltet das Realisieren sowie Akzeptieren des Verlustes und die Bewältigung der Umstände durch den Verlust. Die zweite Phase beinhaltet das Auflösen der emotionalen Bindung. Die dritte Phase beinhaltet das Aufnehmen des emotionalen Lebens, wozu auch das Knüpfen von neuen Beziehungen gehört (Znoj, 2012, S. 17-18). Ein Verlust ist dann verarbeitet, wenn die emotionale Bindung zum Verlust komplett aufgehört hat zu bestehen. Durch die psychodynamische Auffassung kann aufgezeigt werden, wie es zu einer Trauerreaktion kommt, wie Trauerarbeit stattfindet und welche krankhafte Entwicklung entstehen kann (S. 18). Auch Freud (1917, zitiert nach Wagner, 2013) definierte in vier Phasen einen Trauerprozess. Als Grundlage behauptet er, dass Trauernde sich von dem geliebten Verlust psychisch ablösen müssen, um neue Bindungen eingehen zu können. Die erste Phase ist die Realisierung, dass der Verlust nicht mehr da ist. Die zweite Phase beinhaltet das komplette Loslösen von allen Erinnerungen des Verlustes. Die dritte Phase meint die Lösung der Libido des Verlustes. Zur vierten Phase gehört das Eingehen von neuen Bindungen (S. 5).

Kübler-Ross (2006, zitiert nach Wagner, 2013) hingegen definierte ein fünf-Phasen-Modell. Ihr Phasenmodell setzt sich aus den Stufen der nicht Akzeptierung und Isolation, des Zorns und Ärgers, des Verhandeln, der Depression und der Zustimmung zusammen (S. 6). Die erste Phase beschreibt die Verleugnung des Todes, wobei ein Schockzustand entsteht. In der zweiten Phase werden alle Gefühle freigesetzt und der Heilungsprozess beginnt (Kübler-Ross, (2006, zitiert nach Diebold, 2013, S. 17). Die dritte Phase umfasst Verhandlungen, die den Schmerz nicht spürbar machen. Die vierte Phase ist die Phase der Depression, wobei hier Trauernde den Verlust richtig realisieren. In der letzten und somit fünften Phase akzeptieren die Trauernden die Realität und lernen in ihrer neuen Welt zu leben (S. 18).

Menschen gehen Bindungen ein und zeigen eine starke emotionale Reaktion, falls diese Bindung nicht mehr da ist (Worden, 2011/2008, S. 21). Die Reaktion ist bei grösseren Verlusten stärker (S. 22). Die Trauer als natürliche und emotionale Gefühlsreaktion zeigt sich durch den Verlust der Bindung (Bender, 2019, S. 12). Die Bindungstheorie umfasst das Bedürfnis des Menschen, eine intensive Beziehung zu Mitmenschen einzugehen (Znoj, 2012, S. 19).

Bei einem Verlust wird die Beziehung des Trauernden zur verstorbenen Person beeinflusst. Bei den meisten Verlusten geschieht die Entbindung ungewollt. Für die Entbindungen werden verschiedene Arten unterschieden. Die physische Entbindung bezieht sich auf die fehlenden physischen Interaktionen, die mit dem Verlust der verstorbenen Person einhergehen (Eyetsemitan, 2023, S. 5). Die kognitive Entbindung bezieht sich auf die Anpassung und Akzeptierung der neuen Realität. Durch den Verlust der geliebten Person entsteht eine neue Umgebung, an die sich die Trauernden anpassen müssen, in dem sie kognitive Schemen

verändern. Die emotional/affektive Entbindung beschreibt die Verlagerung der Gefühle auf andere Beziehungen (S. 6). Zuletzt bezieht sich das Selbstkonzept auf die Entbindung der eigenen Überzeugungen, die an der verstorbenen Person verknüpft sind (S. 7).

Die Trauer als Grund ist nach der Bindungstheorie die Trennung der Bindungsperson. Als Aufgaben zählen das Realisieren des Verlustes und die Lösung der Bindung. Trauernde versuchen zu Beginn der Trauer die Bindung zur verstorbenen Person zu bewahren. Nach mehreren Versuchen die Bindungsperson wieder zu erlangen, lernen Trauernde, dass der Verlust nicht rückgängig gemacht werden kann. Die Trauernden erleben im Lernprozess den Verlust zu akzeptieren und sich an die neue Situation anzupassen (Lammer, 2014, S. 42-43). Bowlby (1982, zitiert nach Diebold, 2013) unterscheidet vier Phasen (S. 18). In der ersten Phase, die als Phase der Betäubung bezeichnet wird, verdrängen Trauernde ihre Gefühle. In der Phase der Sehnsucht als zweite Phase, suchen Trauernde nach der Bezugsperson, die sie verloren haben. Trauernde beginnen in dieser Phase den Verlust zu realisieren. In der dritten Phase sind Trauernde verzweifelt und desorganisiert. In der letzten vierten Phase können die Trauernden die Desorganisation von ihrem Leben in Reorganisation umwandeln (Bowlby 1983, zitiert nach Diebold, 2013, S. 18).

3. Trauer bei Kindern und Jugendlichen

Die Fragestellung bezieht sich auf die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen. Nachdem Trauer im vorherigen Kapitel allgemein definiert wurde, wird in diesem Kapitel die Trauer bei Kindern und Jugendlichen erläutert.

3.1 Was ist Leben und Tod?

Die Sicht auf die Trauer bei Kindern und Jugendlichen hat sich in den letzten drei Jahrzehnten verändert. Es wurde davon ausgegangen, dass Kinder wegen geringer emotionaler und geistiger Entwicklung nicht Trauer empfinden können. Auch Kinder haben Vorstellungen vom Tod, jedoch unterscheiden sich diese zu den Erwachsenen. Eine Unterscheidung von kindlichen Vorstellungen zu den der Erwachsenen liegt vor, weil die Todesvorstellungen von der Entwicklungsphase und der kognitiven Reife abhängen. Die Symptome zeigen sich bei Kindern und Jugendlichen auf der psychischen, physischen, sowie der somatischen Ebene und auf der Ebene der Wahrnehmung sowie des Verhaltens (Chomé et al., 2022, S. 558). Die Entwicklung von den kindlichen und den erwachsenen Todesvorstellungen werden durch äussere und innere Faktoren beeinflusst. Mit den Faktoren sind soziokulturelle, familiäre und individuelle Bedingungen gemeint. Das Verständnis über den Tod entwickelt sich nicht automatisch und ist auch nicht angeboren (Hopp, 2015, S. 98).

Piaget (1978, zitiert nach Gebhard, 2020) untersuchte, wie Kinder und Jugendliche den Begriff Leben definieren (S. 263-264). Er bildete vier Stadien, die das Begriffsverständnis der Kinder beschreibt (Piaget, 1978, zitiert nach Gebhard, 2020, S. 263-264). Das erste Stadium umfasst Kinder bis zum sechsten oder siebten Lebensjahr. Kinder glauben in diesem Stadium, dass Leben mit Aktivität verbunden ist. Das heisst, sie glauben, alles, was lebt, ist nützlich. In diesem Stadium haben Kinder ein egozentrisches Weltbild und glauben, dass alles Lebendige eine Kraft beinhaltet, die ein Ziel verfolgt. Im zweiten Stadium glauben die Kinder im Alter von sechs bis acht Jahren, dass das Leben mit Bewegung verbunden ist (S. 264). Piaget (1978, zitiert nach Gebhard, 2020) beschreibt dieses Stadium als einen Übergang, der durch die Unterscheidung zwischen passiven Bewegungen und Eigenbewegungen überwunden wird (S. 264). Daraus folgt das dritte Stadium, in der Kinder von neun bis zehn Jahren das Leben mit Eigenbewegung verbinden. Ab elf bis zwölf Jahren befinden sich die Kinder im vierten Stadium und denken, dass das Leben den Pflanzen und Tieren vorbehalten ist (Piaget, 1978, zitiert nach Gebhard, 2020, S. 264).

Kinder sind im Alltag mit Trennung, Verlust und Abschied konfrontiert. Schon ab der Geburt machen Menschen Verlusterfahrungen und empfinden Anwesenheiten sowie Abwesenheiten von Bindungspersonen (Fischinger, 2014, S. 440). Für den Umgang mit dem Tod spielen

bereits früh auf jeder Entwicklungsstufe drei Ebenen eine wichtige Rolle. Diese drei Ebenen umfassen: Das sachliche Interesse am Tod, der Tod als Spiel und die Unterscheidung von der vorübergehenden Trennung zum endgültigen Verlust (Mühle, 1995, zitiert nach Hopp, 2015, S. 96). Das Interesse der Kinder zur Begrenztheit des Lebens kann von vielen Erwachsenen nicht aufgenommen werden. Die meisten Erwachsenen reagieren mit Unsicherheit auf die Fragen der Kinder und glauben, dass die Gespräche über den Tod Kinder und Jugendliche überfordern sowie belasten könnten. Jedoch wollen Kinder nur ihren Wissensdurst stillen und entwickeln Ablehnung und Angst, wenn Erwachsene sie mit ihren Fragen allein lassen (Hopp, 2015, S. 96). Sollten Kinder bereits früh Begegnungen mit dem Tod machen, ist es wichtig, die Sachinformationen über den Tod den Kindern zu vermitteln. Dadurch können die Kinder zu einem gesunden Todesverständnis gelangen. Die erste Erkenntnis zum Tod bezieht sich auf die Bewegungsunfähigkeit, den Verlust der Sinne, sowie der Körperfunktionen, die eintreten, wenn eine Person stirbt (S. 97).

3.1.1 Todeskonzept

Bereits Kinder und Jugendliche beginnen ein Todeskonzept zu entwickeln, wobei es Unterschiede zwischen kranken und gesunden Kindern gibt. Wie Kinder den Tod empfinden, hängt von ihren eigenen Ängsten ab. Die Todeskonzepte der Kinder sind individuell (Zernikow & Bunk, 2021, S. 68). Unter dem Todeskonzept werden die kognitiven Bewusstseinsinhalte verstanden, die den Individuen zur Verfügung stehen, um den Tod zu beschreiben. Die Todeskonzepte weisen kognitive und emotionale Komponenten auf (Wittkowski, 1990, zitiert nach Zernikow & Bunk, 2021, S. 69). Die Bildung der Todeskonzepte bei Kindern und Jugendlichen wird durch Einflüsse wie das Alter, die intrapsychischen Faktoren, die Art und Weise wie Beziehungen gestaltet werden, die eigenen Erfahrungen mit Verlust, den kulturellen sowie sozialen Traditionen, der Meinung sowie Kommunikation der Eltern vom Tod und den Konsum von Medien geprägt (Zernikow & Bunk, 2021, S. 69).

Geburt - 1,5 Jahre

Von der Geburt bis 1.5 Jahren fühlen Kinder sich mit der Bezugsperson eng verbunden. Der Aufbau des Urvertrauens wird durch Unterbrechungen der Beziehung verhindert. Kinder in diesem Alter haben keine Objektpermanenz sowie kein Zeitverständnis (Zernikow & Bunk, 2021, S. 69). Objektpermanenz beschreibt das Wissen der Kinder über Objekte, die dennoch existieren, auch wenn sie diese Objekte nicht mehr wahrnehmen oder sehen (Siegler et al., 2021, S. 138).

Dadurch empfinden Kinder in diesem Alter die Abwesenheit nicht als endlich. Sie beginnen jedoch Lebendiges von Unlebendigem zu unterscheiden. Verlust erleben Kinder in diesem Alter indirekt, indem sie die Gefühle ihrer Bezugsperson spüren und zeigen dabei Reaktionen wie Schreien, Resignation, Apathie und Ess- sowie Schlafstörungen. Somit benötigen diese

Kinder viel Geborgenheit sowie Sicherheit. Zudem sollte eine Bezugsperson stets anwesend sein und ihre Grundbedürfnisse befriedigen (Zernikow & Bunk, 2021, S. 69).

1.5.- 3.5 Jahre

In diesem Alter beginnen Kinder ein Bewusstsein für sich selbst zu entwickeln und verstehen, dass sie unabhängig von der Bezugsperson leben können. Die Objektpermanenz ist in diesem Alter entwickelt und die Kinder können Abwesenheiten von materiellen Sachen und Personen begreifen. Obwohl Kinder in diesem Alter den Tod mit dem Schlaf vergleichen und die Endgültigkeit nicht verstehen, können sie nun klar Lebendiges von Unlebendigem unterscheiden. Die Reaktionen von Kindern in diesem Alter sind Trauer, Wut und Zorn. Diese Kinder benötigen auch viel Geborgenheit sowie Sicherheit. Zudem benötigen sie emotionale Zuwendung, Stabilität und Zeit. Kinder in diesem Alter können zudem Unterstützung durch Bilderbücher oder Spiele erhalten (Zernikow & Bunk, 2021, S. 69).

3.5 – 7 Jahre

In dieser Altersspanne haben Kinder eine grosse Fantasie und zugleich eine Ich-Bezogenheit, die sie glauben lässt, dass all ihre Wünsche erfüllt werden. Diese Allmachtsphantasien lassen die Kinder glauben, dass sie ihren eigenen Tod und den Tod von geliebten Menschen verhindern oder verursachen können. Dabei entwickeln die Kinder Schuldgefühle, wenn sie einen Verlust erleben. In diesem Fall müssen sie aufgeklärt werden, indem ihnen mitgeteilt wird, dass sie nicht schuld am Verlust und dem Leiden sind. Wird den Kindern erklärt, dass sie nicht für den Verlust verantwortlich sind, können sie mit der Zeit Todesursachen wie Alter oder Unfall verstehen. In diesem Alter benötigen die Kinder vor allem den offenen Umgang und die Gesprächsbereitschaft betreffend dem Verlust. Auch in diesem Alter können kreative Auseinandersetzungen unterstützend wirken. Genauso wie Lob und Anerkennung können auch Bilderbücher und Rollenspiele den Kindern helfen mit dem Verlust umzugehen (Zernikow & Bunk, 2021, S. 69-70).

7 – 10 Jahre

In diesem Alter entwickeln Kinder ein realistisches Todeskonzept und verstehen, dass der Tod den Verlust aller Funktionen des Körpers beinhaltet. Zudem beginnen die Kinder das Leben als Endlichkeit zu verstehen. Diese Erkenntnis führt bei einem Verlust von einem geliebten Menschen zu sozialem Rückzug, Wut, Trauer und zur Verschlechterung von Leistungen in der Schule. Die Angst vor dem Tod sollte mit den Kindern besprochen werden, um schlimme körperliche Folgen zu vermeiden (Zernikow & Bunk, 2021, S. 70). Kinder sollten in diesem Alter altersgerecht aufgeklärt werden. Dabei sollten Gespräche immer verlässlich sein, damit offen über Ängste vor dem Tod gesprochen werden kann. Die Kinder sollten Verantwortung

erhalten und ihre Gesprächspartner*innen immer freiwillig aussuchen. Zudem können auch in diesem Alter Rollenspiele und Bilder unterstützen (S. 72).

Ab 11 Jahren

Ab dieser Altersspanne besitzen Kinder und Jugendliche bereits ein realistisches Todeskonzept und verstehen den Tod als endgültigen Abbruch von den Beziehungen. Die Entwicklung eines philosophischen Weltbildes beginnt ab diesem Alter. Die Kinder und Jugendlichen werden selbstständiger und entwickeln einen Umbau- sowie Neuintegrationsprozess. Sie müssen sich dadurch mit dem Thema Gerechtigkeit in Zusammenhang mit schulischen, familiären, politischen oder sozialen Situationen auseinandersetzen. In diesem Alter wollen die Kinder und die Jugendlichen nicht über ihr Trauererleben sprechen und somit auch nicht ihre Emotionen preisgeben. Sie benötigen eine ethische Auseinandersetzung mit verschiedenen Themen der Moral. In diesem Alter dient die Peer-Gruppe für Gespräche. Die Kinder und Jugendlichen brauchen Freiraum, um ihre Verabschiedungsfeierlichkeiten zu entwerfen (Zernikow & Bunk, 2021, S. 73).

Die Todeskonzepte sind erst im Erwachsenenalter ausgeprägt und beinhalten die vier kognitiven Aspekte: Nonfunktionalität, Irreversibilität, Universalität und Kausalität. Die Nonfunktionalität bezieht sich auf das Verständnis der Aussetzung aller lebensnotwendigen Funktionen des Körpers. Dabei beschreibt die Irreversibilität die Grenze des menschlichen Daseins und zeigt auf, dass der Verlust nicht rückgängig gemacht werden kann. Die Universalität bezieht sich auf Verstorbene, deren Tod durch eine Kausalität begründet wird (Wittkowski, 1990 zitiert nach Hopp, 2015, S. 99).

3.1.2 Kognitive Konzepte

Wagner (2013) beschreibt kognitive Verständnisse und Verhaltensweisen, die nach den Altersgruppen von Kindern und Jugendlichen gestuft wurden (S. 73).

1-3 Jahre

In diesem Alter haben Kinder kein entwickeltes Konzept für den Tod (Wagner, 2013, S. 73). Sie reagieren nach Wagner (2013) sensibel auf die Trauerreaktionen ihrer Familienmitglieder. Auf der kognitiven Ebene können die Kinder die genauen Gründe für Emotionen in ihrem sozialen Umfeld nicht erklären und deuten. Zudem verstehen sie den Unterschied zwischen zeitlich begrenzter und permanenter Trennung nicht. Somatische Veränderungen gehören zu den Trauerreaktionen der Kinder in diesem Alter (S. 73).

4-7 Jahre

Bezugspersonen können Kindern ab vier Jahren helfen ein Verständnis für den Begriff Tod zu entwickeln. Mit fünf Jahren beginnen die Kinder dann zwischen permanenter und zeitlich begrenzter Trennung zu unterscheiden. Bereits ab sieben Jahren besitzen Kinder ein vollständiges Verständnis des Todes (Wagner, 2013, S. 73).

8-12 Jahre

Ab acht Jahren verstehen Kinder, dass der Tod auf alle Menschen zutrifft. Wichtig ist es, die Kinder über die Todesumstände aufzuklären, sie an den Aufgaben beteiligen zu lassen, die ein Tod mit sich bringt und vor allem den Kindern zu erlauben Abschied von den verstorbenen Personen zu nehmen. Wichtige Ressourcen der Kinder in dieser Altersspanne sind ihre sozialen Beziehungen wie Peers (Wagner, 2013, S. 73).

13-18 Jahre

In dieser Altersspanne erleben die Jugendlichen den Trennungsschmerz und verspüren Sehnsucht nach der Person, die sie verloren haben. Durch den Verlust haben Jugendliche Angst, nicht mehr in ihre Peergroups zu passen und ausgeschlossen zu werden. Die Jugendlichen wollen unabhängig von der Familie sein, was einen Konflikt mit der Trauer verursachen kann. Sie beginnen sich von der Familie zurückzuziehen und ihren Freizeitaktivitäten nachzugehen. Auch in dieser Altersspanne sind die Peers eine wichtige Ressource. Die Jugendlichen beginnen zudem die Aufgaben der verstorbenen Person zu übernehmen. Ab 16 Jahren beginnt sich das Trauerverständnis der Jugendlichen mit dem der Erwachsenen zu vergleichen (Wagner, 2013, S. 73).

3.1.3 Die Rolle der Bindung bei Kindern und Jugendlichen

Das Bindungsverhalten von Kindern bezieht sich auf die Abhängigkeit der Kinder zu ihrer Bezugsperson (Eyetsemitan, 2023, S. 7). Durch Bindungen können sich Kinder sicher fühlen und ihre Umgebung offen erkundigen. Diese Bindung ist für die spätere emotionale und soziale Entwicklung wichtig. Die Reaktionen der Bezugspersonen auf die Bindungsbedürfnisse der Kinder zeigt das Bindungsverhalten auf (S. 8). Bei einem Verlust entsteht Trauer, wobei die Trauernden die Nähe sowie Aufmerksamkeit der Bindungsfigur suchen. Der Sichere Bindungstyp beinhaltet genau diese akute Trauerreaktion (S. 10-11).

Sichere Bindung

Bei der sicheren Bindung fühlen Kinder sich wohl und sind positiv gestimmt, wenn ihre Bezugsperson anwesend ist. Auch ist ihr Interesse des Explorationsverhaltens grösser. Bei einer Trennung der Bindungsperson äussern Kinder ihren Kummer durch Weinen. Die Kinder versuchen die Nähe zur Bezugsperson nachzufolgen und wiederherzustellen. Ist die

Bezugsperson wieder anwesend, lassen sich die Kinder schnell beruhigen, nehmen sofort Kontakt zur Bezugsperson auf und sind wieder in ihrem Explorationsverhalten. Durch die Nähe der Bezugsperson können die Kinder ihre Gefühle regulieren (Kramer & Spangler, 2019. S. 307).

Unsicher-vermeidende Bindung

Bei einer Trennung von der Bezugsperson zeigen Kinder bei der unsicher-vermeidenden Bindung wenig Emotionen, nur ihre Spielqualität reduziert sich minimal. Diese Kinder zeigen bei der Anwesenheit der Bezugsperson und auch bei der Anwesenheit von fremden Personen Explorationsverhalten. Bei einer Rückkehr der Bezugsperson suchen diese Kinder keine Nähe und vermeiden sogar die Bezugsperson. Dadurch kommunizieren diese Kinder ihre betroffenen Emotionen nicht. Die Regulierung der Gefühle ist somit durch die Bezugsperson auch nicht möglich (Kramer & Spangler, 2019. S. 307).

Unsicher-ambivalente Bindung

Bei der unsicher-ambivalenten Bindung zeigen Kinder starke emotionale Reaktionen bei einer Trennung. Sie können sich jedoch nicht regulieren. Auch wenn die Bezugsperson anwesend ist, zeigen Kinder Angst und wenig Interesse am Explorationsverhalten. Dieses Verhalten wird verstärkt, wenn fremde Personen anwesend sind. Sollte die Bezugsperson zurückkehren, suchen die Kinder zwar Nähe, zeigen jedoch auch ihren Ärger und Widerstand. Auch durch die Bezugsperson lassen sich diese Kinder nicht beruhigen und finden nur schwer ihr Interesse des Explorationsverhaltens (Kramer & Spangler, 2019. S. 307).

Bei Kleinkindern bezieht sich die Bindung auf die Eltern oder anderen Bezugspersonen. Dies geschieht anhand von körperlicher Nähe und emotionaler Entlastung durch die Bezugsperson. Babys sind auf die Bezugsperson angewiesen, da diese ihre Bedürfnisse versorgen müssen. Mit ungefähr zwei Jahren haben die meisten Kinder eine stabile Bindung zu einer Person. Zu Beginn des Vorschulalters bezieht sich das Bindungsverhalten auf die Bedürfnisse der Kinder und wird aktiviert, wenn sie beispielsweise müde oder unsicher sind. Im Vergleich zu Säuglingen können sie ihre Bedürfnisse äussern und auch selbstständig die Nähe zur Bindungsperson suchen. Im Jugendalter verändert sich die Hierarchie zur Bezugsperson. Die Beziehung zur Bezugsperson wird symmetrischer. Das Bedürfnis nach körperlicher Nähe wird in der Adoleszenz geringer. Das Bindungsverhalten von Jugendlichen zeigt sich eher durch die Kommunikation zur Bezugsperson. Zudem werden Beziehungen und Bindungen zu Freund- und Partnerschaften wichtig. Auch durch die Entwicklung ihrer Autonomie benötigen sie weniger Hilfe beim Umgang mit Problemen. Zu sehen ist, dass durch das zunehmende

Alter die körperliche und emotionale Nähe zur Bindungsperson weniger für die Beruhigung des Bindungssystems benötigt wird (Bolten, 2021, S. 65-66).

3.2 Trauer bei Kindern

Durch den Verlust eines geliebten Menschen wird bewusst, wie das eigene Glück eines Menschen über die Beziehung zu anderen Menschen definiert wird. Früh erleben Kinder Angst bezüglich Beziehungsverlusten (Leist 2004, zitiert nach Hop, 2015, S. 123). John Bowlby (2006a, zitiert nach Hopp, 2015) zeigte durch Zusammenhänge von Trauer und Trennungsangst auf, dass auch bereits Kinder über Trauer durch Formen von Verlustempfindungen verfügen (S. 123-124). Die Verarbeitung eines Beziehungsverlustes wird als Trauerarbeit verstanden und kann nicht ohne ein realistisches Todeskonzept stattfinden (Hopp, 2015, S. 124). Die Rolle der Bindung von Kindern und Jugendlichen wurde im Kapitel 3.1.3 aufgezeigt.

Ein grosser Unterschied der Trauer von Kindern zu den der Erwachsenen ist, dass Kinder nicht allein trauern können. Kinder benötigen Zuwendung durch Erwachsene, die ihnen auch helfen den Tod zu verstehen und anzunehmen. Viele Kinder wissen zudem nicht, dass sie auch ohne Bezugspersonen leben können. Sie benötigen dementsprechend ein Umfeld das Verständnis zeigt und Hilfe anbietet, da viele Kinder von sich aus keine Hilfe anfordern können. Zudem wünschen Kinder Informationen über das Todesgeschehen und sind darauf angewiesen, dass die Erwachsenen offen mit ihnen kommunizieren. Sollten die Fragen der Kinder nicht beantwortet werden, können sie falsche Vorstellungen über den Tod entwickeln, da ihr Todeskonzept noch nicht vollständig ist (Hopp, 2015, S. 125). Durch die offene sowie ehrliche Kommunikation nehmen die Erwachsenen die Kinder ernst und unterstützen dadurch die Entwicklung des Todeskonzepts (S. 125-126).

Im Vergleich zu den Erwachsenen können die Kinder sich auch nicht aktiv bemühen den Verlust durch ein neues Liebesobjekt zu ersetzen. Umso mehr ist der offene Umgang und die Kommunikation über den Verlust und die Trauer für einen gesunden Trauerprozess wichtig (Hopp, 2015, S. 126). Die Trauerreaktionen von Kindern werden durch verschiedene Einflussfaktoren wie individuelle Variablen, Verlusterfahrungen, Umfeld bezogene Faktoren und situative Faktoren beeinflusst (Winter, 2019, S. 96-97). Die Reaktionen der Kinder auf Verluste, zeigen sich auf der psychischen und physischen Ebene sowie auf der Verhaltens- und Wahrnehmungsebene. Die folgende Abbildung zeigt mögliche Reaktionen auf (Chomé et al., 2022, S. 558).

Abbildung 2

<p>Emotionale Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trauer: weinen, schreien - Aggressionen: Wut, andere schlagen, beschimpfen oder sich selbst verletzen - Angst: Sorgen um Familie, Freunde, sich selbst - Schuldgefühle (magisches Denken: „Weil ich nicht brav war, ist Papa gestorben.“) - Schock, Erstaunen, Ohnmacht - Ungerechtigkeitserleben - Verbundenheit, Liebe - Erleichterung - Einsamkeit - Vertrauensverlust - Sinnverlust 	<p>Verhaltensebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verändertes Schlafverhalten - Isolation und Rückzug - Nähe und Bindung suchen - Regressives Verhalten - Verhaltensunsicherheit - Weiterführen gewohnter Handlungen wie fernsehen, malen oder spielen - Konsum von Alkohol oder anderen Drogen - Veränderungen des Essverhaltens - Risikofreudigeres Verhalten - Reden, Fragen stellen - Abwechselnde Über- und Untererregungszustände - Vermeidungsverhalten
<p>Somatische Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schmerzen, Bauch- oder Kopfweh - Taubheitsgefühl - Erschöpfung - Zittern, Schwindel 	<p>Kognitive Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unglauben, „Das ist nicht wahr!“, Derealisation - Konzentrationsschwierigkeiten - Verminderter Selbstwert - Erinnerungslücken - Alpträume

Quelle. J. Chomé, M. Hentges, A. Hück, S. Nicolas, G. Paulsen & H. Grün, Trauererleben, Trauerbewältigung und die professionelle Unterstützung bei Kindern und Jugendlichen. In A. Heinen, R. Samuel, C. Vögele & H. Willems (Hrsg.), *Wohlbefinden und Gesundheit im Jugendalter: Theoretische Perspektiven, empirische Befunde und Praxisansätze*, Springer VS, 2022, S. 561.

3.3 Trauer bei Jugendlichen

Jugendliche werden nicht mehr als Kinder wahrgenommen, da sie andere Fragen in Bezug zur Trauer stellen als Kinder. Auch die Jugendlichen bewältigen die gleichen Traueraufgaben wie Kinder und Erwachsene. Sie befinden sich in der Phase der Adoleszenz und zeigen andere Wünsche und Sorgen. Die Phase der Adoleszenz ist für alle Bezugspersonen, Freund- und Bekanntschaften genauso schwer wie für die Jugendlichen selbst. Die physischen und psychischen Veränderungen, die bei den Jugendlichen stattfinden sind belastend und können Verunsicherungen hervorrufen. Zumal die Jugendlichen ambivalente Verhaltensweisen zeigen, benötigen sie trotz der Rebellion gegenüber Bezugspersonen auch deren Schutz und

Nähe, sowie Sicherheit. In der Phase der Adoleszenz erfahren viele Jugendliche schmerzvolle Situationen. Die Adoleszenz als Entwicklungsphase kann in zwei Aspekte geteilt werden. Die Aspekte beschreiben die Entwicklung einerseits als eine Situation, die voraussetzt, dass Vertraute zu verlassen, Verlust der Sicherheit zu erleben sowie Risiken einzugehen und andererseits als einen Fortschritt, die neue Möglichkeiten und Wege offenhält. Genauer bedeutet dies, dass Jugendliche während der Pubertät sich mit den Themen Abschied und Neubeginn auseinandersetzen (Witt-Loers, 2014, S. 15). Zudem verändern sich viele Gewohnheiten der Jugendlichen, die sie als Kinder entwickelten. Sie entwickeln Gegensätze zwischen ihren Bedürfnissen und Wünschen. Beispielsweise wollen Jugendliche nicht als Kinder angesehen werden, vermissen dennoch frühere Zeiten. Da vieles für die Jugendlichen ein Umbruch ist, haben sie auch keine entwickelten Strategien, die ihnen helfen, mit den neuen Anforderungen umzugehen. Auch emotional erleben die Jugendlichen durch die Veränderungen Angst und Scham. Ihre Aufgabe ist es die eigenen Emotionen wahrzunehmen und zu regulieren. Eine weitere Aufgabe von Jugendlichen in der Adoleszenz ist die Suche nach ihrer Identität und den Werten, die sie vertreten wollen (S. 16). Alle Aufgaben, die in der Entwicklungsphase der Jugendlichen auftreten, können zur Überforderung und Verunsicherung führen (S. 17).

Ein Verlust ist für Jugendliche ein schweres emotionales Erlebnis. Sie beginnen die Veränderungen ihres Empfindens zu spüren. Genauso erleben die Jugendlichen Reaktionen wie Trauer oder Angst, Verhaltensweisen und zusätzliche Belastungen von Bezugspersonen intensiv. Der Verlust erfordert eine anstrengende Anpassung an die neue Lebenssituation, mit der auch die Jugendlichen konfrontiert sind (Witt-Loers, 2014, S. 18). Die bereits beschriebene Phase der Adoleszenz erschwert den Jugendlichen die Trauer. Bei einem Verlust trauern Jugendliche auf unterschiedliche Weise. Einige trauern ihrer Entwicklungsphase entsprechend und beginnen sich von Bezugspersonen abzugrenzen. Sie möchten selbst entscheiden, wie sie trauern wollen und nehmen keine Nähe an. Andere Jugendliche zeigen beispielsweise keine Emotionen bei einem Verlust und möchten nur «cool» wirken. Wiederrum andere erleben Stimmungsschwankungen, Angst und Verwirrung. Bei einem Verlust einer geliebten Person beginnen Jugendliche den Sinn des Lebens zu hinterfragen. Da es Jugendlichen schwer fällt in der Pubertät auf ihre Frage nach dem Sinn des Lebens Antworten zu finden, können einige zu Identitätskrisen und Suizidgedanken neigen. Durch die seelischen Auswirkungen des Verlustes entwickeln Jugendliche grosse Unsicherheiten und verlieren an Selbstvertrauen (S. 19). Die Jugendliche haben Mühe ihre Zukunft positiv zu gestalten, da sie glauben, dass der Tod alles vernichtet. Sie können nur erschwert neue Beziehungen eingehen und nur erschwert den Veränderungen ihrer Entwicklung gerecht werden. Viele Trauernde kommen an ihre körperlichen und seelischen Grenzen und haben nicht genug Energie um mit der neuen Lebenssituation zurechtzukommen. Jugendliche zeigen auf einen Verlust verschiedene

Trauerreaktionen. Sie können physische Symptome wie Kopf-, Bauchschmerzen, Übelkeit, Schlaf-, Konzentrationsstörungen und ein geschwächtes Immunsystem aufweisen (S. 20). Nebst den physischen Symptomen zeigen sich bei Jugendlichen unterschiedliche Gefühle. Beispielsweise empfinden sie Angst, Schuldgefühle, Hass, Wut, Scham und Schmerz. Genauso können sie auch Dankbarkeit, Liebe oder Erleichterung empfinden. Jugendliche können auch intensive Träume bei einem Verlust erleben (S. 20-21). Bei einem Verlust gehen den Jugendlichen viele Fragen durch den Kopf. Diese Fragen beziehen sich meistens auf den Sinn des Lebens oder auf dem Ereignis selbst. Durch die Trauer wird das Verständnis von der Umwelt, von Normen und von Werten verändert (S. 22). Auch Fragen und Sorgen zu der Existenz von sich selbst und der Familie können sie belasten. Zudem fühlen sich viele Jugendliche schuldig und glauben, dass sie für den Verlust verantwortlich sind (S. 23). Jugendliche können bei einem Verlust auch Rückschritte in der Entwicklung erleben. Beispielsweise können Jugendliche sich auch einnässen. Bei ihnen führen diese Rückschritte zu grosser Scham (S. 25).

Aggressives Verhalten kann auch ein Symptom des Verlustes von Jugendlichen sein. Wobei die Jugendlichen die Gefühle von Wut unterdrücken wollen (S. 26). Eine weitere Reaktion auf Verluste ist bei Jugendlichen Essstörungen. Einige Jugendliche essen mehr andere viel weniger als vor dem Verlust (S. 29). Selbstverletzendes Verhalten zählt auch zu den Symptomen eines Verlustes. Mit diesem Verhalten versuchen sie sich selbst wieder zu spüren. Oft tritt dieses Verhalten bei bestehenden psychischen Problemen auf, die durch den Verlust verstärkt werden (S. 30).

3.4 Stress

Stress wird durch Stressfaktoren ausgelöst. Der Tod zählt als Stressfaktor, wobei Trauernde sich bemühen müssen, um die Auswirkungen von den Stressfaktoren zu bewältigen oder zu verringern (Eyetsemitan, 2023, S. 43). Menschen reagieren auf Stressfaktoren mit einer Kampf- oder Fluchtreaktion. Kampfreaktionen werden hervorgerufen, wenn Stress als Herausforderung empfunden wird. Hingegen wird die Fluchtreaktion bei der Empfindung von Stress als Bedrohung aktiviert. Waren Trauernde abhängig von der verstorbenen Person, ist die Wahrscheinlichkeit grösser, dass der Stress als Bedrohung empfunden wird. Genauso nimmt eine pessimistische Person den Stress als Bedrohung wahr (S. 44).

Stress gehört auch bei Kindern zum Alltag (Domsch et al., 2016, S. 4). Es gibt verschiedene Ereignisse wie kritische Lebensereignisse, Entwicklungsprobleme und alltägliche Spannungen, die bei Kindern und Jugendlichen Stress auslösen. Kritische Lebensereignisse verursachen schwerwiegende Veränderungen im Leben. Diese können ein Umzug, die Scheidung der Eltern oder der Tod einer geliebten Person sein. Tritt ein kritisches Lebensereignis ein, müssen sich Betroffene an die neue Gegebenheit anpassen, was zu

Beginn zu einer starken Verunsicherung führt. Auch positive Ereignisse können zu Stressempfinden führen (S. 17). Kritische Lebensereignisse die plötzlich eintreten sind problematischer, da sich die Kinder und Jugendlichen nicht auf die Veränderung mental vorbereiten konnten. Die Entwicklungsprobleme hingegen sind vorhersehbar. Die Kinder und Jugendlichen können auf die Veränderungen vorbereitet werden. Dies kann beispielsweise der Eintritt in den Kindergarten sein. Alltäglicher Stress wiederum tritt wiederkehrend auf und kann über einen längeren Zeitraum bestehen. Dazu gehören zum Beispiel Geschwisterrivalitäten (S. 18). Sollten zum alltäglichen Stress kritische Lebensereignisse hinzukommen, wird das Belastungspotenzial erhöht und zu Instabilität im Alltag führen. Alltägliche Probleme können somit nur mit grosser Mühe bewältigt werden. Bei Kindern und Jugendlichen lösen mehrere stressige Ereignisse Erlebens- und Verhaltensveränderungen aus (S. 31). Stress zeigt sich bei Kindern und Jugendlichen durch physische und psychische Symptome (S. 36).

4. Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen

In diesem Kapitel wird auf die Trauerbegleitung eingegangen. Die Autorinnen werden spezifisch auf die systemische Trauerbegleitung, die Aufgaben und Möglichkeiten sowie auf die Anwendung und Bezug eingehen. Anschliessend wird der Fokus spezifisch auf die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen gelegt. Um einen genaueren Einblick in die Thematik zu erhalten, werden die Einzelbegleitung in der Kindertrauer, das systemische Modell «der Lebenszyklus», Trauergruppen sowie die Trauerbegleitung in der Schule vorgestellt.

4.1 Was ist Trauerbegleitung?

Trauerbegleitung ist die Unterstützung und Begleitung von aussen, also von anderen Personen (Diebold, 2013, S. 55). Trauerbegleiter*innen unterstützen Menschen bei Scheidung, Trennung, Unfall, Krankheit, Tod, Verlust, Veränderung und vieles mehr. Berufsgruppen wie beispielsweise, Pfleger*innen, Pädagog*innen, Lehrer*innen oder Polizist*innen sind bewusst oder unbewusst Trauerbegleiter*innen. Sie zeigen mögliche Wege der Trauerarbeit und unterstützen Betroffene dabei Ressourcen zu nutzen (Wehner & Husi-Bader, 2014, S. 22.) Die Trauerbegleiter*innen begleiten Trauernde durch den Trauerprozess und helfen bei der Bewältigung der Traueraufgaben nach Worten, die im Kapitel 2.2.1 bereits erläutert wurden. Die Begleitung zielt darauf ab, dass die Trauernden ihre Trauer akzeptieren und ein neues Verhältnis zu sich und der Umwelt aufbauen. Die Begleitung kann auf professioneller Ebene durch fachliche Kompetenz stattfinden. Dies kann auch durch Familie, Freunde oder Nachbarn auf mitmenschlicher Ebene erfolgen (Diebold, 2013, S. 55).

Trauerbegleitung vs. Trauerarbeit

Trauerbegleitung wird als Synonym von Trauerarbeit verwendet. Trauerarbeit ist einerseits die Begleitung und Tröstungen eines Trauernden (Franz, 2009, S. 85) und andererseits die persönliche Arbeit an der eigenen Persönlichkeit. Das bedeutet, dass in der Trauerarbeit die Selbsterfahrung über psychologische Konzepte der Emotionsarbeit und Persönlichkeitsentwicklung eine Rolle spielen. Dabei wird von einer individuellen Situationsbestimmung, in der das Trauergefühl definiert und lokalisiert wird, ausgegangen. Sodass die Zerrissenheit und der Schmerz überwunden werden können (Winkel, 2002, S. 84) Die Trauerarbeit bezieht sich auf das Verhalten des Trauernden. Es ist ein aktiver Prozess, der von innen geleistet werden muss. Das Bewältigungsverhalten des Trauernden entsteht in der Auseinandersetzung mit dem seelischen Schmerz, welcher Trauer äussert und durch einen endgültigen Verlust eines Menschen entsteht. Die Trauerarbeit zielt darauf ab, trotz Verlust, in Schritten zu einem sinnerfüllten, neuen Leben geführt zu werden. Trauerbegleitung meint die

Begleitung und Unterstützung in diesem Prozess durch andere Personen (Diebold, 2013, S. 54).

In der vorliegenden Arbeit differenzieren die Autorinnen die beiden Begriffe Trauerarbeit und Trauerbegleitung. Sie werden mit der eben erläuterten Bedeutung verwendet. Wenn von Trauerbegleiter*innen gesprochen wird, sind Personen gemeint, die auf professioneller Ebene arbeiten.

4.1.1. Die systemische Trauerbegleitung

Es wird davon ausgegangen, dass Veränderungen unabdingbar sind und dass Menschen dementsprechend ausgestattet sind, diese zu bewältigen. Diese Trauerfähigkeit bedeutet Verlustverarbeitung. Sie gehen davon aus, dass Trauerprozesse sowohl individuelle Reifungsprozesse als auch systemische Entwicklungszeiten sind (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S.55). Durch existenzielle Verlusterfahrungen verändert sich die ganze Welt der Hinterbliebenen, also das Selbst- und Weltbild, Sinnkonzepte, Lebensperspektiven und alle sozialen Kontakte (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 57).

In diesem Kontext wird davon ausgegangen, dass unter System ein biopsychosoziales Netzwerk miteinander verbundener Menschen, die wechselseitig aufeinander bezogen leben, verstanden wird. Ständig beeinflussen sie sich gegenseitig in ihren Einstellungen, Haltungen und Handlungen. In diesem lebendigen Miteinander bilden sie ein einzigartiges Gesamtes. Analog einem Mobile reagieren alle Elemente fein im Windspiel ihrer Umwelt. Im jeweils eigenen Rhythmus verhalten sie sich gemäss ihren Regeln und entsprechend ihrer aktuellen Belastbarkeit. Sie nutzen ihre spezifischen Kenntnisse und Fähigkeiten, um für ihren Lebenszusammenhang angemessen pragmatisch die Herausforderungen ihres Alltags zu beantworten und ihre Existenz zu sichern (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 20).

Spezifisch unter systemische Trauerbegleitung wird sowohl die Prozessgestaltung als auch die Prozessmitgestaltung verstanden. Den Trauerbegleiter*innen stehen bei der systemischen Trauerbegleitung eine breite Palette von Methoden zur Verfügung. Besonders bewähren sich dabei Rituale, methodische Zugänge wie Interventionen und der Praxistransfer. Die Entwicklungsprozesse der Veränderungen sollen begleitet und unterstützt werden (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 109).

Rituale

Mit rituellen Handlungen werden Hoffnungen auf Hilfe und Heilung verbunden. Die symbolischen Handlungen sind hoch emotional besetzt und werden von den Anwender*innen

sehr aufmerksam durchgeführt. Sie sind sinnvoll, haltgebend und bewähren sich als Energieträger, weil sie beruhigend und sichernd wirken. Sie vermitteln über den persönlichen Erlebnisbereich hinaus Gefühle der Zugehörigkeit. Dabei werden Überzeugungsmuster bestärkt oder verändert. Diese rituellen Handlungen sind eine Art von spirituellen Botschaftern (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 109).

Im Verlaufe des Reifungsprozesses erleben Menschen Zäsuren, die sicht- und spürbar sind. Beispiele sind der Übertritt vom Kindergarten in die Grundschule, oder die Gründung eines Haushaltes. Um gesellschaftliche Akzeptanz und um die Übergänge leichter zu machen, interpunktieren wir solche Ereignisse mit ritualisierten Aktivitäten. Das Basteln einer Schultüte oder eine Einweihungsparty in einer neuen Wohnung (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 109). Auch tiefgreifende Verluste werden von der Gemeinschaft rituell begleitet. Solche Leiderfahrungen lösen tiefes kollektives Erschrecken aus. Rituale machen es möglich anstehende Veränderung fokussiert wahrzunehmen. Am kollektivem Bewältigungswissen beteiligt zu sein bindet Ängste und bündelt vorhandene Ressourcen (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 110). Was auch im folgenden Beispiel verdeutlicht wird.

Beerdigungsbrauchtum im Zusammenhang mit der Kirche

Der Tod ist eine einschneidende Erfahrung, die besonders für nahestehende Angehörige, Rituale bedarf. Rituale sollen Struktur geben und Sinn im schmerzhaften Ereignis zu finden. Der Übergang von der Agrar- zur Industriegesellschaft im Laufe des 20. Jahrhunderts brachte im Wallis einen gesellschaftlichen Wandel des spirituellen Lebens und des Verhältnisses zur Kirche. Einstellungen zum Tod und verschiedenen Formen und Rituale der Trauer haben sich mitverändert. Der Tod im häuslichen Umfeld hat zur Verwaltung durch Spezialisten gewandelt. Beerdigungsfeiern, die damals von der Dorfgemeinschaft und der Kirche geprägt waren, sind zunehmend persönlicher geworden (Défayes, 2012, S. 2).

Heute wird der Tod eher als individuelles Erlebnis erlebt. Die Rolle der Kirche hat dabei an Bedeutung verloren. Rituale, die heute im Wallis noch gepflegt werden, sind beispielsweise das gemeinsame Aufsuchen des Todesortes, der Besuch in der Aufbahrungskapelle, die Begräbniszeremonie, das Geleit auf den Friedhof, ein Glas Wein oder ein Imbiss nach der Beerdigung und die Jahrzeitmessen. Diese Jahrzeitmessen finden jedes Jahr um den Todeszeitpunkt statt und sollen einerseits an die Verstorbenen erinnern und andererseits einen Moment der Einkehr und der Gemeinsamkeit bieten. Die Rituale dauern weit über den Todeszeitpunkt an. An Allerheiligen, dem ersten November, beispielsweise begeben sich viele Familien auf den Friedhof, um die Erinnerungen an die Verstorbenen aufrecht zu erhalten. Dort legen sie Blumen, meist Chrysanthemen nieder. Im Wallis ist es zudem gängig, dass in den Tageszeitungen, Le Nouvelliste und im Walliser Boten die Todes- und Erinnerungsanzeigen

sowie Danksagungen publiziert werden. Zudem werden Danksagungskarten an Personen, die ihr Beileid bekundet haben, versendet. Diese Danksagungen beinhalten eine Portraitaufnahme der verstorbenen Person, deren Lebensdaten und ein Zitat (Défayes, 2012, S. 9).

Bei den Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn kann man bei einem Todesfall ein Trauergespräch als Vorbereitung der Abdankung in Anspruch nehmen. Seelsorgende besprechen mit den Angehörigen und stehen ihnen in Schmerz und Trauer bei. Dabei können Erinnerungen, gemeinsame Erlebnisse und die Beziehung zum Verstorbenen geteilt werden. Zudem wird die Gestaltung der Abdankung und Trauerfeier besprochen. Dabei können eigene Wünsche berücksichtigt werden. Die Abdankungsfeier findet gewöhnlich vor oder nach der Beisetzung statt. Sie ist meistens ein öffentlicher Gottesdienst, bei dem im Licht der biblisch-christlichen Botschaft dem Verstorbenen angedacht wird. Dazu gehören in der Regel das Läuten der Kirchenglocken, Orgel-Musik, Gesang, Lesungen aus der Bibel, ein Lebenslauf, eine Predigt oder Traueransprache und der Segen. Diese Abdankung findet in der Kirche oder in der Abdankungshalle statt (Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn, 2017).

Interventionen

Bei ausgewählten methodischen Zugängen, wie Interventionen, werden Trauernde eingeladen, einen anderen Blickwinkel einzunehmen, neue Erfahrungen zu machen und Interaktionen zu erweitern. Interventionen werden offen angeboten, wodurch sie aufgenommen oder zurückgewiesen werden können. Es wird nicht eine bestimmte, sondern je nach bestehenden Strukturen variierende, erweiternde Interventionen angewendet (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 114).

Ein Beispiel einer Intervention ist die Klötzchenskulptur. Sie wurde von Wnuk und Wnuk-Gette (1979) entwickelt. Dabei symbolisieren die einzelnen Klötzchen jeweils ein Systemmitglied. Die erlebte Ausrichtung, Nähe und Distanz können damit dargestellt werden. Den Teilnehmer*innen werden gleichgrosse, neutral gehaltene Bauklötze in der Menge ihrer Bezugspersonen zur Verfügung gestellt. Dabei sollen sie die Klötzchen stellvertretend für die Systemmitglieder entsprechend ihrer Beziehung zueinander aufstellen (Nähe-Distanz, Blickrichtung), dabei wird nicht gesprochen. Zur Auswertung stehen die Teilnehmer*innen auf und betrachten aus der Vogelperspektive was auffällt und was zu spüren ist. Ähnlichkeiten und Unterschiede im System werden herausgearbeitet. Dabei wird gefragt welche Bedeutung den einzelnen Elementen zugeschrieben werden, also zum Beispiel liegende Person, grosse Nähe zwischen Einzelnen oder anderen Auffälligkeiten. Es gilt zu beachten, dass einerseits keine Korrekturen durch die Begleiter*innen angebracht werden und andererseits, dass auf den

Arbeitsauftrag und auf die bisherige Thematik geachtet wird. Die Begleiter*innen sollen erfragen was als wertvoll erlebt wird und nicht verändert werden sollte und was der Ansatzpunkt für gewünschte Veränderung bietet. Allenfalls kann noch analog eine Wunschskulptur erstellt werden. Die Klötzchenskulptur zielt darauf ab, Beziehungsgefüge bei Einzelpersonen oder Systemen zu erforschen, den persönlichen (verengten) Blickwinkel zu erweitern und Ansatzmöglichkeiten für Entwicklungen und Veränderungen zu erarbeiten (Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend et al., 1994, S. 278)

Konkret bedeutet das, dass die Trauerbegleiter*innen den Trauernden Interventionen im geschützten Rahmen anbieten, um eingebrachte Themen methodisch aufzugreifen, in einen systemischen Kontext zu stellen und Anregungen einzubringen. Dabei wird auf die nachhaltige Bedeutung der Arbeit mit allen Sinnen hingewiesen. Oftmals ist Trauernden in ihrer aktuellen Situation der Zugang zu ihrer körperlichen Wahrnehmung erschwert. Der Mensch trauert als Ganzes und so ist eine Begleitung auf allen Ebenen des Erlebens zu berücksichtigen und folgerichtig. Für sämtliche Interventionen ist die achtsame Kontaktgestaltung zwischen den Trauerbegleiter*innen und den Trauernden Voraussetzung. Dabei sollte nicht unterschätzt werden, dass es für Trauernde eine Hürde ist, sich Hilfe zu holen und einen ersten Kontaktversuch zu wagen (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 114).

Erst wenn sich Trauernde sicher fühlen, können sie sich den Begleiter*innen öffnen. Die Trauerbegleiter*innen sorgen für das sogenannte Joining, indem sie auf den zurückgelegten Weg, im wortwörtlichen Sinn, aufmerksam werden. Je höher die Anspannung und Aufregung des Trauernden, desto länger sollte die Joining-Phase dauern. Alle darauffolgenden Treffen sollten ebenso beginnen, mit dem Wissen, dass dieser Einstieg im Laufe der Zeit kürzer wird (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 115).

Es wurden von Rechenberg-Winter und Fischinger gute Erfahrungen gemacht, in einem der ersten Kontakte mit dem Genogramm nach Monika Mc Goldrick zu arbeiten und dieses im weiteren Verlauf der Begleitung zu ergänzen (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 115). Beim Genogramm geht es um eine entwickelte Darstellungsform des soziobiologischen Systems. Es ermöglicht es piktografisch Beziehungen und Wendepunkte der Systemmitglieder darzustellen. Es verschafft einen Überblick über den Lebenskontext und so lassen sich relevante Thematiken innerhalb des Systems erkennen (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 115).

Praxistransfer

Zur systemischen Begleitung gehört die Unterstützung der Trauernden in der Auswahl der passenden Begleitung, die für sie den besten Nutzen im Alltag aufweist. Es wird grundsätzlich davon ausgegangen, dass die Dinge nie so sind wie sie sind, sondern immer das sind, was man aus ihnen macht. Die Sitzungen bieten Impulse und bringen schwerpunktmässig Reflexionsraum. Es hat sich gezeigt, dass gute Begleitung von aussen wirkt und eine Nachwirkung mit sich zieht. Im Zusammenhang mit dem Praxistransfer wird von Hausaufgaben oder Experimenten gesprochen, zu denen die Trauernden angeregt werden. Eine Hausaufgabe kann zum Beispiel sein, dass sich die Trauernden alle Situationen notieren sollen, in denen ihnen Mitmenschen freundlich entgegengekommen sind. Ein weiteres Beispiel kann sein, dass sich die Trauernden pro Tag ganz bewusst eine Stunde Zeit für ihre Trauer nehmen und sich einen passenden Ort suchen, der eventuell entsprechend gestaltet ist, um sich dort dem Verlorenen in der eigenen Art und Weise zu widmen. Beim darauffolgenden Beratungstreffen werden die gesammelten Erfahrungen thematisiert. Es geht darum anhand kleiner Schrittabfolgen, wie ein roter Faden, eine Rückkehr ins Eigenleben zu entwickeln (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 121).

4.1.2 Aufgaben und Möglichkeiten der Trauerbegleitung

Die Situationen und die Trauernden selbst, sind so individuell, dass es kein allgemein gültiges Rezept für Trauerbegleitung gibt. Teilweise müssen individuelle Unterstützungsmöglichkeiten und Arten der Hilfestellung geboten werden (Reinthalter & Wechner, 2010, S. 60).

Die Trauerbegleiter*innen haben die Aufgabe sich auf die Trauernden einzulassen und ihre unterschiedlichen Bewältigungsstrategien zu erkennen, anzunehmen und zu fördern. Trauernde sollen befähigt werden, den eigenen, individuellen Trauerstil und Trauerweg zu finden und zu gestalten (Diebold, 2013, S. 55). Der Trauerprozess gestaltet sich als herausfordernd, weil organisierte Flexibilität und Orientierung an der Individualität gefordert sind (Specht-Tomann & Topper, 2011, S. 111).

Meyer et al. (2016) ist davon überzeugt, dass sich Trauerbegleiter*innen auf ihre Aufgaben vorbereiten müssen und nicht ohne Vorbereitungskurse eingesetzt werden dürfen (Meyer et al., 2016, S. 20).

In Deutschland hat der Bundesverband Trauerbegleitung e.V. (BVT) zur Qualitätssicherung in der Schulung zur Trauerbegleitung Standards zur Trauerbegleitungsqualifizierungen erarbeitet. Die neuen Erkenntnisse werden kontinuierlich festgehalten und allenfalls im Leitfaden ergänzt. Sie zielen darauf ab, eine erweiterte Handlungskompetenz in der Beratung und Begleitung durch Schulung der Fach-, Selbst- Methoden-, und Sozialkompetenz zu

erlangen. Der BVT ist überzeugt, um trauernde Menschen kompetent begleiten zu können, dass eine Qualifizierung unabdingbar ist (Bundesverband Trauerbegleitung e. V., 2023).

In der Schweiz können Trauerbegleiter*in entweder eine Zusatzqualifikation als Fachpersonen des Gesundheits- und Sozialwesens, der Bildung, der Seelsorge, Polizei und Feuerwehr absolvieren. Bei selbstständiger Tätigkeit mit Ausbildung im theologischen, beraterischen oder therapeutischen Bereich wird eine Zusatzausbildung in Trauerbegleitung oder Trauerberatung angeboten. Für ehrenamtlich Tätige und Angehörige gibt es Basiskurse (*Trauerbegleiter/in-berufsberatung.ch*, 2023).

Die Haut Ecole de Santé / Hochschule für Gesundheit Valais Wallis (HES-SO) bietet 2024 einen Lehrgang «Trauerbegleitung im beruflichen Alltag» an. Dabei werden diplomierte Fachpersonen des Gesundheits- und Sozialwesens, der Bildung, der Seelsorge, Polizei und Feuerwehr sowie Vorgesetzte in Unternehmen angesprochen. Diese werden im zehntägigen Kurs befähigt Trauer und Trauerprozesse zu erkennen und einzuschätzen, Menschen in Trauerprozessen professionell zu unterstützen, zu begleiten und sich selbst in der Beratung und Begleitung von trauernden Menschen zu reflektieren (HEVs, 2024a).

In der Schweiz gilt ein «Beruf als reglementiert, wenn die Ausübung der beruflichen Tätigkeit in der Schweiz durch Rechts- oder Verwaltungsvorschriften an den Besitz bestimmter Berufsqualifikationen gebunden ist.» Das Staatssekretariats für Bildung, Forschung und Innovation (SBFI) hat am 4. April 2024 eine Liste der reglementierten Berufe veröffentlicht, darauf ist Trauerbegleiter*in nicht zu finden (Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation, 2024).

4.1.3. Trauerbegleitung in der Praxis

Die unterschiedlichen Faktoren bezüglich des Todes und der Zeit davor nehmen auf den Schmerz und den Ausdruck der Trauer Einfluss. Die Art und Intensität der Beziehung sowie der Unfriede respektive Friede in der vorherigen Bindung und das verbliebene Umfeld spielen eine Rolle. Oftmals sind in Fällen, die besonders belastend sind, andere Probleme gleichzeitig akut (Bender, 2019, S. 29). Emotionale Spannungen, wie beispielsweise Ängste, dramatische Erfahrungen, Trennung ohne Abschied, ungeklärte und gewaltsame Todesumstände, Überlastung oder Trennung zu Unzeit können zu einer Erschwerung des Trauerverlaufs führen (Bender, 2019, S. 34). Dabei können Trauernde weltfremde Vorstellungen und Aussagen äussern. Diese sollten von den Begleiter*innen weder verneint noch kommentiert werden. Eigene Überzeugungen sollten den Trauernden nicht übergestülpt werden. Unterstützende Voraussetzungen des Trauerverlaufs können beispielweise Lebensmut, positive Lebenserfahrungen, Akzeptanz der Unabänderbarkeit, Zufriedenheit mit dem Glück des Gewesenen sein (Bender, 2019, S. 35).

Für Trauerbegleiter*innen gilt behutsam die Wahrheit herauszufinden, um sie von möglichen Interpretationen zu unterscheiden. «Lang gehegte Ängste im Vorfeld des Ereignisses neigen dazu, sich mit real Erlebtem zu vermengen. Der angesammelte Verlust oder die Frustereignisse beim Namen zu nennen, bedeutet auch, sie voneinander zu trennen.» (Bender, 2019, S. 29) Mit dieser Entwirrung kann jedes Thema, jedes Zerwürfnis dort eingeordnet werden, wo es hingehört und somit neu und möglichst positiv positioniert werden (Bender, 2019, S. 29).

Zu Beginn einer Beziehung zwischen Trauerbegleiter*innen und Trauernden stehen ein gegenseitiges Kennenlernen, aufeinander zugehen und gegenseitige Akzeptanz im Mittelpunkt. Die Trauerbegleiter*innen werden mit unterschiedlichen Gefühlen und Verhalten, wie beispielsweise Leid, Wut und Zorn, Ablehnung, Redeschwall oder Schweigen der Trauernden konfrontiert. Dabei sind der Selbstschutz und das Verständnis zentral. Damit der Selbstschutz genügend gewahrt werden kann, werden Supervisionen empfohlen. Begleiter*innen sollen stets unaufdringlich und behutsam sein. Sätze wie, «ich weiss, wie du dich fühlst», sollten stets vermieden werden. Denn das eigene Leiden, Fühlen, Erinnern ist ein intimes Geschehen. Die Trauerbegleiter*innen sollen begleiten, sich emotional beteiligen, aber nicht übergreifen. Mitfühlen, aber nicht bemitleiden. Es sollen Worte gewählt werden, die Empathie, Respekt und die notwendige Distanz zeigen. Eine Vielzahl der Trauernden haben ein grosses Mitteilungsbedürfnis. Um die Geschehnisse, bei denen gemeinsame Erleichterung stattfinden kann, herauszufinden, kann es hilfreich sein, möglichst die ganze Geschichte erzählen zu lassen. Begleiter*innen sollen aushalten, dass die Betroffenen ständig über die gleichen Begebenheiten der letzten Monate und Wochen berichten (Bender, 2019, S.28). Um den besten Zugang zu den Trauernden zu finden, hilft es möglichst die ganze Tragweite zu erkennen. Es ermöglicht den passenden Ansatz auszuwählen und herauszufinden welche nahestehenden Menschen zu Gesprächen oder anderweitig als Unterstützung hinzugezogen werden können (Bender, 2019, S. 29).

Der Tod gehört zum Leben und je mehr man sich mit dem Thema Sterben und Tod auseinandersetzt, desto mehr Halt entsteht, wenn der Fall eintritt (Bender, 2019, S. 30).

Trauerbegleitung in der Hospiz- Palliativarbeit

Die Trauerarbeit zählt zu einer wichtigen Aufgabe der Hospizarbeit und daraus sind eine Vielzahl von Angeboten, wie Einzelbegleitungen, Trauerkaffees, Trauergruppen und Trauerspaziergänge entstanden (Meyer et al., 2016, S. 17).

Hospiz- und Palliativarbeit

Die Hospiz- und Palliativarbeit legt Wert darauf, dass lebensbedrohliche Erkrankungen, Sterben, Tod und Trauer zur Lebenszeit zugehörig erlebt und verstanden werden sollen. Sie verpflichtet sich, die Bedürfnisse des Einzelnen zu berücksichtigen (NRW-Qualitätskonzept 2016, S.39). Viele Trauernde sind mit der Neuorganisation des alltäglichen Lebens überfordert, denn auch die Unterstützung des sozialen Umfelds nach dem Verlust reicht nicht immer aus. Ein Trauerprozess ist durch ständig wechselnde Emotionen, Orientierungslosigkeit und besonderer Verletzlichkeit geprägt. Um sich wieder im Alltag zurechtzufinden wird der emotionale Verlustprozess durch Trauerbegleitung unterstützt. Diese komplexe Dynamik macht eine kompetente Trauerbegleitung erforderlich (Fülbier & Goldmann, 2016, S. 40).

Trauerbegleitung versus Sterbebegleitung

Unter Sterbebegleitung wird die Begleitung aus dem Leben heraus verstanden. Die Begleitung eines Trauerprozesses wird als Trauerbegleitung bezeichnet. Diese verantwortungsvolle Aufgabe soll Begleiter*innen übernehmen, die sensibel und mit einem vielschichtigen Wissen ausgestattet sind. Sterbebegleiter*innen gehen gewollt eine Beziehung zu Sterbenden und Angehörigen ein und werden so selbst von Trauer betroffen und zu Trauernden. Deshalb ist es fragwürdig, wenn die Sterbebegleiter*innen auch noch die Trauerbegleitung leisten, also eine Doppelrolle, übernehmen. Dies kann zu Konflikten führen, denn in der Sterbebegleitung soll die Würde des Sterbenden vorrangig sein und bei der Trauerbegleitung die Angehörigen. Die Sterbebegleiter*innen werden in ihrer Rolle Teil des Familien- und Trauersystems (Meyer et al., 2016, S. 17). Der Abschied kann trotz Trauer ein Moment der Erleichterung sein, wenn eine gemeinsame, schrittweise Loslösung stattgefunden hat (Krenz, 2016, S. 41).

Es ist wichtig, dass Begleiter*innen ihre Erfahrungen und sich selbst immer wieder reflektieren, sich bewusstwerden, dass die erlebten Begegnungen für sie prägend sind. Sie sollten sich Zeit zur Trauer nehmen und gleichzeitig auch Unterstützung erhalten, um aufgefangen zu werden. Sterbebegleiter*innen können mit ihrer Arbeit in den betroffenen Familien den Grundstein für den Trauerprozess legen (Meyer et al., 2016, S. 18). Gute Sterbebegleitung ist die wichtigste Voraussetzung für gute Trauerbewältigung (Krenz, 2016, S. 41).

4.2 Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen

Um Kinder und Jugendliche in ihren Trauerreaktionen zu unterstützen, wird das Wissen um die kognitiven Voraussetzungen kindlichen Todesverständnisses benötigt. Es setzt zudem den Willen und die Bereitschaft zu Sich-in-Beziehung-Setzen voraus. Kognitive Prozesse können, ohne die Fähigkeit sich emotional berühren zu lassen, nicht angeregt werden (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 76).

Erwachsene wollen Kinder vor der harten Realität schützen, dies führt dazu, dass die eigene Verunsicherung, Überforderung und Ängste gemildert werden, anstatt im Interesse der Kinder gehandelt wird. Kinder sollen befähigt werden mit Veränderungen umzugehen. Dies geschieht durch reife erwachsene Vorbilder und deren Bewältigungsstrategien und wächst durch deren Aufmerksamkeit für die kindliche Resilienz und die damit verbundenen Selbstschutz- bzw. Selbsthilfemassnahmen (Meyer et al., 2016, S. 40). Doch auch umgekehrt wollen Kinder Erwachsene schützen. Wie im folgenden Beispiel «Joshua» von Donna L. Schuurman (2014) veranschaulicht wird.

Dem neunjährigen Joshua wurde gesagt, sein Vater, der Suizid begangen hatte, sei bei einem Autounfall gestorben. Während seiner ersten Gruppensitzung teilt er den anderen, ebenfalls trauernden Sechs- bis Zwölfjährigen mit, sein Vater habe sich umgebracht. «Aber sagt das nicht meiner Mama», wies er die Gruppe an. «Sie denkt es war ein Autounfall» (Schuurman, 2014, S. 266).

Die Antennen von Kindern sind sehr fein eingestellt Signale von ihrer Umgebung wahrzunehmen und sie wissen, hören, beobachten und verinnerlichen mehr als es sich Erwachsene bewusst sind. Nur weil sie nicht verbal ausdrücken, was in ihnen vorgeht, heisst es nicht, dass sie nicht trauern (Schuurman, 2014, S. 266).

Rechenberg-Winter und Fischinger sind der Meinung, dass Erwachsene gute Vorbilder sein sollen. Indem man sich mit der Endlichkeit auseinandersetzt, den persönlichen Standort reflektiert und Trauer als Selbstverständlichkeit teilt (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 76).

«In jedem Kind schlummert ein tiefes Wissen um die Vorgänge des Lebens und des Todes – und wir sollten uns zutrauen, uns bei der Auswahl der stützenden Angebote von den Kinder leiten zu lassen, damit sie ihre eigenen Seelenheilkräfte entfalten können» (Meyer et al., 2016, S. 40)

Den Kindern und Jugendlichen dient es nicht, wenn Krankheiten oder bevorstehende Abschiede verschwiegen werden. Sie haben einen Anspruch auf eine altersentsprechende Teilhabe an den Ereignissen und dürfen nicht vom Erleben ihrer Umgebung ausgeschlossen werden. Die seelischen Schutzmechanismen der Kinder erweisen sich meist als ausreichend stabil. Sie sind in der Lage in Momenten des gemeinschaftlichen Trauererleben mitzuweinen oder sich durch eine Abwehrstrategie unmissverständlich zu entziehen (Meyer et al., 2016, S. 41). Prioritär ist die Unterstützung der Stabilisierung des Kindes im gewohnten sozialen und

kulturellen Umfeld (Meyer et al., 2016, S. 43). Dazu wird erfragt welche Personen für das Kind wichtig sind. Dies können beispielsweise die erweiterten Verwandten, Pat*innen, Freund*innen, Nachbar*innen oder Lehrer*innen sein. Diese können von Ansprechpartner*innen eines Hintergrunddienstes durch persönliche Kontaktangebote, Ermutigungen und Informationen unterstützt werden (Meyer et al., 2016, S. 449).

In der Trauerphase verarbeiten Kinder den Verlust, jedoch fällt es ihnen schwer sich verbal über ihre Gefühle zu äussern. Sie wissen, hören, beobachten und verinnerlichen mehr, als es Erwachsene erwarten. Trauernde Kinder senden, in symbolischer Form, nichtsprachliche Signale. Die durch ihre Werkschau ihrer projektiven Tätigkeit wie, Bilder, Bastel- oder Tonarbeit und Geschenken zum Ausdruck kommen. Dies kann als methodisches Rüstzeug dieser intensiven Auseinandersetzung mit dem Ereignis und als Kommunikationsangebot verstanden werden. In dieser Zeit sollte ihrem Spielen, ihren kreativen Äusserungen und ihrem unmittelbaren Verhalten besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Dabei können ungewöhnliche (Verhaltens-) Reaktionen durchaus als normale Antwort auf eine ausserordentliche Herausforderung gewertet werden. Es ist jedoch ein end-pathologisierendes Verständnis erforderlich. Jedoch sollte zusätzliche Aufmerksamkeit auf charakteristische Hinweise bezüglich manifesten Belastungsreaktionen gelegt werden (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 73).

Grundlegend an einer professionellen Begleitung ist die Unterstützung für Kinder in ihrem Selbsthilfe- und Selbstheilungspotenzial und die Stärkung der Ressourcen der Familiensysteme und der privaten Netzwerke. Neben dem aktuellen Verlust, der unfreiwilligen und dramatischen Abschiede, können Kinder mit weiteren möglichen Trennungen von ihrem Bezugssystem konfrontiert werden. Selbst bei erhaltenem Lebensmittelpunkt verändern sich die ursprünglichen Beziehungsmuster zu den verbleibenden Bindungspersonen. Kinder können durch halt- und strukturgebende Unterstützung, besonders in der akuten Phase des Trauerschmerzes sowie durch reflektierenden Umgang von involvierten Erwachsenen zu adaptiver Trauer befähigt werden. Ältere Kinder, die eine höhere Resilienz aufweisen, werden in ihrer Trauer möglicherweise weniger überlagert als jüngere (Rechenberg-Winter & Fischinger, 2010, S. 74).

Donna L. Schuurman (2014) gilt als Expertin im Bereich Kinder und Tod. Folgende dutzend Lektionen, hat sie in ihrer Tätigkeit gelernt und sind für sie bedeutsam (S. 266-272).

1. Kinder wissen & verstehen viel mehr, als man ihnen zugesteht
2. Einer der grössten Hemmfaktoren in der Heilung von Kindern nach einem Trauerfall sind ... Erwachsene!

3. Trauernde Kinder muss man nicht HEIL machen.
4. Trauernden Kindern muss man nicht das Trauern beibringen, sondern man muss ihnen erlauben, zu trauern und dass sie dem Trauern ihre eigene Bedeutung zuweisen.
5. Kinder sind resilient, aber sie befinden sich nicht in einem Vakuum.
6. Theorien sind prima, aber wie C. G Jung sagt: «Lerne deine Theorien gut, aber lege sie beiseite, wenn du die Wirklichkeit der lebendigen Seele berührst».
7. Etiketten sind geeignet für Flaschen, Dosen und Schachteln- aber nicht so gut für Kinder
8. Der Trauer Ausdruck zu verleihen, hilft beim Heilungsprozess, aber die Form, in der dies geschieht, variiert enorm. Am wichtigsten ist, verstanden zu werden.
9. Wir wären besser beraten, wenn wir Gefühle als Botschaften unserer Seele annähmen, anstatt sie als Feind zu sehen, vor denen wir davonlaufen müssen.
10. Shakespeare war teils im Recht, wenn er predigte: «Gib dem Leiden Worte!»
11. Kinder brauchen, wollen und verdienen Ehrlichkeit, Wahrheit und Entscheidungsfreiheit.
12. Das Beste, was Eltern, Berater*innen, Therapeut*innen, Lehrer*innen, Sozialarbeiter*innen, Tanten, Onkel oder Nachbar*innen tun können, ist zuhören (Schuurman, 2014, S. 266-272).

4.2.1 Spezifische Trauerbegleitungsangebote

Einzelbegleitung in der Kindertrauer

Kraft (2014) bietet die Einzelbegleitung mit dem Kind oder Jugendlichen einmal pro Woche für 90 Minuten an. Dazu kommt ein monatliches Familiengespräch mit dem System, in dem das Kind lebt. Dabei unterscheidet sie drei unterschiedliche Aufgabenschwerpunkte, die in der Begleitung unterschieden werden sollten. Der erste Aufgabenschwerpunkt ist bei Kindern und Jugendlichen, die den Tod eines nahen Angehörigen durch eine Erkrankung, einen Unfalltod, Suizid oder durch Mord erlebt haben. Der zweite Aufgabenschwerpunkt liegt bei Kindern und Jugendlichen, die sich in einer Abschiedssituation von einem nahen Angehörigen befinden. Dies kann beispielsweise eine tödliche Erkrankung eines Geschwisters sein oder eine Krebserkrankung eines Elternteils. Der dritte und letzte Aufgabenschwerpunkt setzt sie bei Kindern und Jugendlichen, welche selbst vom Tod bedroht sind (Kraft, 2014, S. 333).

Die Einzelbegleitung bietet umfangreiche und individuelle Möglichkeiten, das zu begleitende Kind auf seinem Weg durch die Trauer zu unterstützen. Die vertrauensvolle Beziehungsgestaltung steht im Vordergrund jeder Begleitung, und es gilt, dem Kind unvoreingenommen, dadurch offen und wertschätzend zu begegnen. In der Einzelbegleitung geht es darum, das Kind in seinem eigenen Tempo, mit seinen eigenen inneren Bildern zu stärken, auch in Hinblick auf die Akzeptanz, dass all seine Gefühle in

Ordnung sind und sein dürfen. In dieser Atmosphäre der authentischen Begegnung lernt das Kind, zu seinen eigenen Gefühlen zu stehen und einen heilsamen Ausdruck, auch für schmerzhaft erlebte Verlusterlebnisse, zu finden (Kraft, 2014, S. 344).

Susanne Kraft (2014) unterstreicht zudem wesentliche Punkte, die bei der Begleitung eines einzelnen Kindes zu beachten sind. Der Fokus sollte im Hier und Jetzt liegen. Die Einzelbegleitung zielt auf eine Stabilisierung und Stärkung der momentanen Lebenssituation ab. Die Fragen sollen offen und ehrlich beantwortet werden. Allfällige innerpsychische Widerstände sollen benannt, doch nicht gebrochen werden. Die Trauerbegleitung soll eine Präventionsmassnahme sein, die den pathologischen Zuständen entgegenwirkt. Sämtliche innere Bilder und Fragen sollen akzeptiert und wertgeschätzt werden. Bei selbst- oder zerstörerischen Aspekten sollte die Hinzunahme einer therapeutischen Intervention abgewogen werden. Die Begleiter*innen sollen in direkte Beziehung treten, Übertragungsphänomene feststellen, diese aber nicht bearbeiten. Zudem gilt mit den Kindern alters- und entwicklungsgerecht zu sprechen (S. 345).

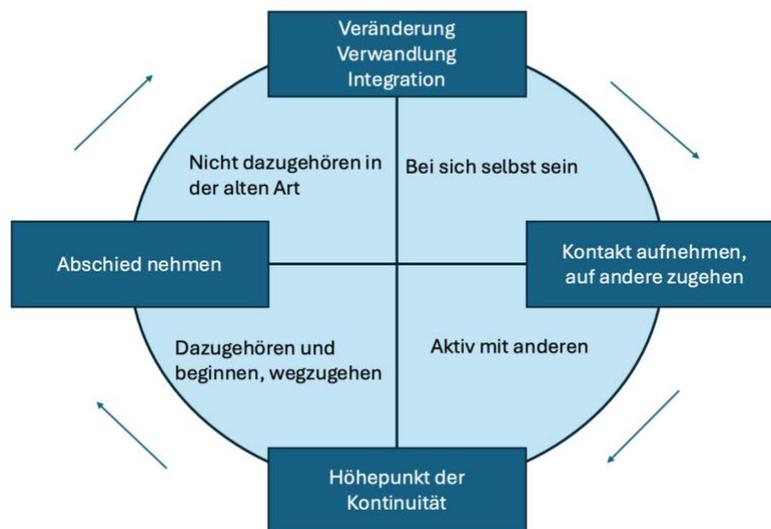
Der Lebenszyklus- das systemische Modell

Das systemische Modell und die daran orientierte Begleitung basiert auf dem Grundsatz, dass alle Mitglieder eines (Familien-) Systems wechselseitig aufeinander bezogen leben und sich in all ihrem Verhalten beeinflussen. In ihrem individuellen Erleben und Handeln prägen sie sich gegenseitig. Wie intensiv diese emotionale Bindung von den Einzelnen erlebt wird, ist unabhängig (Stierlin, 1976, zitiert nach Rechenberg-Winter, 2014, S. 346). Die einzelnen Systemmitglieder zeigen ihren individuellen Ausdruck und stimmen sich in ihren Bearbeitungsrythmen unbewusst derart fein ab, dass sie unterschiedlich reagieren. Das System bliebe nicht überlebensfähig, wenn all seine Mitglieder gleich reagieren würden. In Verbindung mit der Begleitung, Beratung und Therapie wirft diese Fragen auf. Fragen wie: Wer zeigt welches Verhalten? Wem hilft was? Was werden für Reaktionen über Empfinden und Gefühle gezeigt? Wer repräsentiert welchen Aspekt? (Rechenberg-Winter, 2014, S. 346).

Matthias Lauterbach (2007) entwickelte das Lebenszyklusmodell. Das Modell stützt sich auf den «soziometrischen Zyklus» von (Anne E. Hale, 1994, zitiert nach Lauterbach, 2007, S. 74) und den «Healing Circle» von (John R. Mosher, 1990, zitiert nach Lauterbach, 2007, S. 74). Gemäss Lauterbach treten im Lebenszyklus oft Ereignisse in den Vordergrund, welche die Dynamiken der gegenwärtigen Lebensphase betreffenden Ereignisse, die die Besonderheiten der Beziehungen, anstehenden Veränderungen und Entwicklungen sowie die Übergänge von einer in die nächste Phase aufzeigen (Lauterbach, 2007, S. 74).

Das Modell kann als räumliche Metapher eines Kreis- bzw. spiralförmig angelegten Prozesses interpretiert werden. Es symbolisiert den Prozess des Werdens, Wachsens, Erntens, Vergehens. Dabei werden Tag- und Nachtrhythmen, Jahreszeiten und Wachstumszyklen versinnbildlicht. Mit dem Lebenszyklus lassen sich existenzielle Themen erarbeiten und Themen wie Identität, Lebensbestimmung, Sinnfragen oder Prioritäten der Lebensführung in den Fokus nehmen. Die Stärke des Modells liegt daran, dass es sich wirksam und intensiv als Aktionsmethode einsetzen lässt (Rechenberg-Winter, 2014, S. 347).

Abbildung 3



Quelle: P. Rechenberg-Winter, Der Lebenszyklus: Ein systemisches Modell zur Begleitung. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien*, Vandenhoeck & Ruprecht, 2014, S. 346-352.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass mit dem Lebenszyklusmodell unterschiedlichste Themen inszeniert werden können, die in grössere Entwicklungszusammenhänge gebracht werden können, wodurch sich weitreichende Sinndimensionen bearbeiten lassen, welche über die sprachlichen Zugänge hinausweisen (Rechenberg-Winter, 2014, S. 352).

Trauergruppen

Trauergruppen können sowohl die einzelnen Familienmitglieder als auch indirekt die gesamte Familie unterstützen. Die familienorientierte Trauerbegleitung zielt darauf ab, ein Verständnis für den eigenen Trauerprozess und den der anderen Familienmitglieder zu entwickeln. Dieser Prozess führt häufig dazu, dass die Kommunikation über die Verstorbenen und die Trauer zunimmt (Henseler et al., 2014, S. 355).

Nachfolgend werden auf Jugend, Kinder- und Erwachsenentrauergruppen eingegangen. Sie alle sind im Aufbau, Gestaltung und Durchführung ähnlich. Für alle ist es bedeutsam mit Menschen, die ähnliches erlebt haben und ähnlich alt sind, zusammenzukommen. Sie bringen alle Voraussetzungen mit, Verständnis füreinander zu generieren und neugierig aufeinander zu sein (Traut, 2014, S. 369).

Kindertrauergruppen

Tauernde Kinder machen häufig die Erfahrung, dass sie in ihrem weiteren Umfeld die Einzigen sind, die einen nahestehenden Menschen durch den Tod verloren haben und mit der Verlust Erfahrung konfrontiert sind. Die meisten Kinder wünschen sich Normalität in der Schule, im Kindergarten und in den Vereinen. Denn zuhause ist nichts mehr so, wie es vorher war. Dabei möchten sie nicht anders behandelt werden, dennoch in ihrer Trauer wahrgenommen werden. Jedoch berichten viele Kinder, dass sie anders behandelt werden, dies unter anderem durch Abgrenzung oder Überbehütung durch Mitschüler*innen, Freund*innen und Lehrer*innen (Henseler et al., 2014, S. 354).

Kindertrauergruppen richten sich üblicherweise an Kinder zwischen fünf und 13 Jahren, welche einen nahestehenden Menschen durch den Tod verloren haben. Kinder die jünger sind werden üblicherweise in Einzelbegleitung oder indirekt durch die Begleitung der Eltern unterstützt, weil für sie die Trennung vom Elternteil in einer zunächst fremden Umgebung herausfordernd sein kann. Für Jugendliche und junge Erwachsene gibt es mehrheitlich eigene Gruppen, diese werden im nächsten Kapitel behandelt. Es gibt grundsätzlich die Möglichkeit zwischen offenen und geschlossenen Trauergruppen. Bei der offenen Gruppe ist eine flexible Aufnahme von Anfragenden ohne lange Wartezeit möglich. Wenn die Gruppen dann auch noch zeitlich offen sind, entscheiden in der Regel die Teilnehmer*innen wie lange sie das Angebot nutzen wollen. Bei geschlossenen Gruppen wird mit einer festen Auswahl von Teilnehmer*innen und häufig mit einer begrenzten Dauer gearbeitet. Bei der zeitlichen Länge der Gruppen gibt es grosse Differenzen. Dabei gibt es eine breite Palette von Möglichkeiten, die von Trauerwochenenden über Gruppen mit sieben bis zwölf Treffen bis hin zu Gruppen, die über ein Jahr oder länger andauern. Es gibt zudem Gruppen, die sich spezifisch an beispielsweise Geschwisterkinder oder für Kinder nach dem Tod eines Elternteils oder Suizid richten (Henseler et al., 2014, S. 356). Es ist auch möglich, dass in inhomogenen Gruppen gearbeitet wird. Da an vielen Orten kein flächendeckendes Angebot für die verschiedenen Verlustarten besteht, ist das Arbeiten mit inhomogenen Kindertrauergruppen zurzeit üblich (S. 357).

Kinder erhalten die Möglichkeit in Kindertrauergruppen andere Kinder kennenzulernen, die ähnliches erlebt haben. Dabei können sie ihre Gedanken, Gefühle und Erfahrungen im geschützten Rahmen teilen. In Kindertrauergruppen werden besondere Schwerpunkte

gesetzt. Beispielsweise eine Kommunikationsübung über die Verstorbenen und die zusammenhängenden Erlebnisse mit dem Verlust, oder die Anregung von möglichst vielfältigen Erinnerungen an die Verstorbenen und die Gestaltung einer veränderten Beziehung zu den Verstorbenen (Henseler et al., 2014, S. 354). Kinder schätzen es, wenn es sich um eine homogene Gruppe handelt, bei denen die anderen Kinder mit ähnlichen Herausforderungen konfrontiert sind (S. 356).

Ein Ziel der Begleitung von Kindern in der Kindertrauergruppe ist einen Beitrag zu leisten, damit Kinder den Verlust, eines ihnen nahestehenden Menschen, in ihre Lebensgeschichte integrieren und trotz dieser Erfahrung ein erfüllendes, emotional reiches Leben führen können. Die Gruppe soll die verlorene, nahestehende Person nicht ersetzen, sondern das Familiensystem beim Trauerprozess unterstützen. Dauerhaft bietet das Familiensystem den grössten Halt für Kinder und deshalb wird der Begleitung der Bezugsperson eine hohe Bedeutung zugeschrieben. Gemäss Melching (2012, zitiert nach Henseler et al., 2014) soll die Stabilisierung der Erwachsenen, als wichtigste Hauptbezugsperson für Kinder, eine der Hauptaufgaben der Trauerbegleitungsangebote sein (S. 355). Er ist der Meinung, dass Angebote, die ohne die Beachtung des familiären Systems zweifelhaft einzuschätzen sind. Kindertrauerbegleitung findet vermehrt unter Einbezug eines oder mehrerer erwachsener Familienmitglieder statt. Nicht selten finden Kindertrauergruppen und Gruppen für Mütter, Väter sowie andere Bezugspersonen oder Elterngespräche zeitlich parallel statt. Hier können Eltern, die eine Doppelrolle als Trauernde und Begleiter*innen ihrer Kinder zu bewältigen haben, sich während des Gespräches auf ihre eigenen Trauerprozess fokussieren, ohne dass sie sich zusätzlich um ihre Kinder und deren Trauerprozess zu kümmern haben. Sie können sich mit anderen Teilnehmer*innen austauschen, reflektieren und ein Verständnis für die Trauer ihrer Kinder entwickeln und so ihre Kinder besser unterstützen (Henseler et al., 2014, S. 355).

Für eine fundierte Begleitung von Kindern ist eine Qualifizierung im Bereich Trauerbegleitung und im Besonderen der Kindertrauerbegleitung essenziell. Der Bundesverband der Trauerbegleitung e. V. in Deutschland setzte diesbezüglich 2013 Qualitätsstandards fest (Bundesverband Trauerbegleitung e. V., 2023).

Jugendtrauergruppen

In der Adoleszenz bieten beispielsweise Vater, Mutter, Geschwister, Freund*innen oder Sporttrainer*innen Orientierung, Rückhalt und Verständnis. Sie dienen ihnen als Vorbild oder können sich an ihnen messen und die Grenzen ausloten. Stirbt eine solche nahestehende Person, kann dies zu einem stark veränderten Weltbild führen. Der Verlust eines nahestehenden Menschen kann zu Orientierungslosigkeit führen, in der sie einen Teil der Kontrolle einbüßen, die gerade in der Pubertät bedeutend ist. Für trauernde Jugendliche ist

es mehr denn je wichtig, den jugendlichen Kontakt mit dem sozialen Umfeld ausserhalb der Familie normal weiterzuführen. In der Pubertät gewinnt der Bezug zu Freund*innen, Sportgruppen, Trainer*innen und Klassenkamerad*innen an Wichtigkeit und dies nach der Verlusterfahrung durch den Tod eines nahstehenden Menschen um ein Vielfaches mehr. Grösstenteils wollen die Jugendlichen schnell wieder in ihre vertrauten Gruppen gehen. Sie erleben, neben allem, was sie emotional und existenziell zutiefst verunsichert, ihre Normalität und können ihre sozialen Bedürfnisse ausleben (Traut, 2014, S. 367).

Wie bereits in den vorherigen Kapiteln erläutert, ist das Todeskonzept bei Jugendlichen zunehmend ausgereift. Sie verfügen grösstenteils über das erwachsene, begriffliche Verständnis zu Sterben und zum Tod (Traut, 2014, S. 367). Sie verstehen den Tod in seiner ganzen Dimension und sind an den biologischen Zusammenhängen interessiert. Dabei machen sie sich ihr eigenes Bild, welches nicht selten gegensätzlich zu den Bildern und Vorstellungen der Eltern sind. Eltern sind häufig überrascht mit welcher «Coolness» die Jugendlichen über das Aussehen der Leiche, den Prozess des Sterbens und des Verfalls sprechen. Jugendliche legen manchmal ein rebellisch daherkommendes Verhalten an den Tag, was die Erwachsenen womöglich verletzt. Unter dem rebellisch daherkommenden Verhalten wird beispielsweise der Rückzug aus dem familiären Kontakt, besonders lautes, stundenlanges Musik hören im Zimmer oder abwertende Bemerkungen über die häufigen Tränen der Mutter verstanden. Doch hinter all diesem Verhalten, den Fragen nach Fakten, der vordergründigen «Coolness» verbergen sich zum einen tiefe Gefühle der Trauer, der Sehnsucht, der Verunsicherung und des tiefen Bedürfnisses trotzdem alles zu kontrollieren. In ihrem Verhalten zeigt sich die verzweifelte Suche nach Ausdrucksmitteln dessen, was sie zutiefst beschäftigt (Traut, 2014, S. 368).

Jugendliche sind oftmals nach einem Tod eines nahstehenden Menschen verunsichert und haben das Bestreben die Kontrolle zu bewahren. Es fällt ihnen schwer sich um die Unterstützung und Begleitung zu kümmern oder solchem Bestreben der Eltern oder anderen Personen zuzustimmen. Daher stimmen die Jugendlichen dem Erstgespräch mit der Trauerbegleitung oftmals nur widerwillig zu. Bei diesem Gespräch ist ihre Unsicherheit deutlich spürbar, dies kann sich durch lässige Körperhaltung, Nervosität, «Coolness» oder langes Schweigen ausdrücken. In solchen Momenten sind die Empathie und die Professionalität der Trauerbegleiter*innen erforderlich. Sie sind gefordert den Jugendlichen die entsprechende Zeit einzuräumen und ihnen diese Verhaltensweisen nicht zu verbieten, weil sie ihnen zunächst helfen überhaupt anwesend zu sein. Bei Jugendlichen ist ein sensibler erster Kontakt eine wichtige Voraussetzung für einen positiven Verlauf der Begleitung und die mögliche selbstständig Auswahl für eine Gruppe. Damit die Jugendlichen sich für eine Gruppe entscheiden können, möchten diese möglichst viele Informationen über die Trauergruppe

sammeln. Gemäss Maria Traut (2014) eignet sich die selbsternannte Regel «drei Mal kommen» in der Entscheidungsphase der Jugendlichen. Unter dieser Regel versteht sie die Abmachungen zwischen ihr und den Jugendlichen, dass sie zunächst drei Mal an einer Sitzung teilnehmen. Viele Jugendliche haben rückwirkend Maria Traut versichert, dass sie ohne diese Abmachung nicht wiedergekommen wären. Sie aber im Nachhinein froh waren, dass sie weitere zwei Mal teilnehmen mussten. Falls die anfängliche Hürde überwunden und die Jugendlichen wirklich in einer Gruppe angekommen sind, können sie die Möglichkeiten der Begleitung in hohem Masse für sich nutzen (S. 369). Sie beeindrucken immer wieder in ihrer Klarheit, ihrer hohen sozialen und emotionalen Kompetenz und ihrer Offenheit, andere an ihrem Inneren teilhaben zu lassen (Traut, 2014, S. 370).

Gruppen für verwitwete Eltern

Unter verwitwete Eltern wird die Situation verstanden, dass ein Elternteil eines minderjährigen Menschen verstorben ist, dabei macht sich der überlebende Elternteil Sorgen um die Trauer des Kindes, obwohl der Elternteil selbst den Verlust des Partners oder der Partnerin zu verarbeiten hat (Dobroschke-Bornemann, 2014, S. 372).

Jede Situation bedarf der ganzheitlichen Sicht und ist einzigartig. Aus der Situationsanalyse folgen reflektierte, individuell geplante Beratungen, Begleitungen, Unterstützung und allenfalls Psychotherapie. Idealerweise wird die Intervention mit Hilfe des zirkulären Problemlöseprozess stetig reflektiert und neugestaltet. Die handlungsleitenden Konzepte müssen dem Alter und der Lebenslage angepasst werden. Arbeitsprinzipien wie Mündigkeit, Mehrperspektivität und Förderung der Hilfe zur Selbsthilfe müssen benannt werden (Dobroschke-Bornemann, 2014, S. 373).

Das verwitwete Elternteil und die Kinder stehen beim Verlust von jungen Menschen vor besonderen Situationen und Herausforderungen. Denn der Tod dieses jungen Menschen tritt unerwartet ein und kann zu potenziell traumatisierenden Umständen und Bildern führen. Weitere Herausforderungen können das Familiengefüge, das Fehlen des Gegenübers, die Sorge und Trauer der halbverwaisten Kinder, die Wechselwirkungen zwischen verwitweten Eltern und halbverwaisten Kindern, Sekundärverluste oder die Schwiegerfamilie sein (Dobroschke-Bronemann, 2014, S. 373).

Bei der Trauerbegleitung von verwitweten Eltern und ihren Kindern ist die Wahrhaftigkeit in Gefühlen, Handlungen und Kommunikation bedeutsam. Ängste bezüglich weiterer Verluste, Wünsche und Bedürfnissen sollten explizit geäussert und das Gemeinsam-Sein in Trauer und Freude beachtet werden (Dobroschke-Bronemann, S. 381).

In der Arbeit mit trauernden Kindern ist es unerlässlich die Eltern begleitend zu unterstützen. Neben Elternberatungen werden in der systemisch orientierten Familientrauerbegleitung

Elterngruppen angeboten. Das durch den Tod eines Familienmitglieds entstandene Ungleichgewicht in der Familie, hat Auswirkungen auf die einzelnen Mitglieder und das Familiensystem. Sie stehen dabei vor Neuorientierung und grossen Herausforderungen. Alle müssen sich an die neue Realität anpassen (Fürbier, 2014, S. 382).

Entwicklungspsychologisch betrachtet, ist für ein Kind die Bearbeitung eines Verlustes eines Elternteils die grösste Anpassungsleistung, die es zu bewältigen hat (Oerter u Montada, 1998, zitiert nach Fürbier, 2014, S. 382).

Wie bereits in Kapitel 2.2 ausgeführt, definiert Worden in den Aufgaben der Trauerarbeit drei Bereiche, bei denen die Anpassung an die neue Situation stattfinden sollte. Anhand dieser Bereiche werden die Gruppenarbeiten inhaltlich gerahmt. Sie setzen sich wie folgt zusammen:

- Externe Anpassung – die Auswirkungen des Verlusts auf die Bewältigung des Alltags
- Interne Anpassung – die Auswirkungen des Verlusts auf das Gefühl für das eigene Selbst
- Spirituelle Anpassung – die Auswirkungen des Verlusts auf die Überzeugungen, Wertvorstellungen und Annahme über die Welt (Worden, 2011/2008, S. 52)

Damit Kinder keine Störungen in ihrer Entwicklung erleiden, sind die alleinlebenden Elternteile wichtige Stützen. Die hinterbliebenen Elternteile sind sich dessen bewusst, doch nicht selten fühlen sie sich hilflos, nicht ausreichend unterstützend und physisch und psychisch derart belastet, dass sie Angst vor der Zukunft und dem richtigen Miteinander haben. Hinzukommen oft finanzielle Ängste. Diese und andere Belastungen beeinflussen den Zugang zur Trauer zusätzlich. Von Worden (2011/2008) werden diese Belastungen Mediatoren der Trauer benannt und wurden ebenfalls bereits ausgeführt (S. 61-82)

In den Gruppen für verwitwete Eltern geht es einerseits um die Erkenntnis, das Verständnis und Reflektion des Verhaltens, die Bedürfnisse und die Trauerformen der Kinder und andererseits dem trauernden Elternteil auch eine Chance zu geben, der eigenen Trauer nachzuspüren. Dabei gelten zwei Reaktionsformen der zurückgebliebenen Elternteile zu berücksichtigen: Entweder nehmen sie die Bedürfnisse der Kinder, ihrer eigenen Einschätzung zufolge, aufgrund ihrer eigenen Trauer, nicht ausreichend wahr, oder sie stecken alle Kraft in die Begleitung und haben so keine Möglichkeit ihre eigene Verlusterfahrung zu bearbeiten (Fürbier, 2014, S. 383).

«Trau dich Trauern»

Die Autorinnen haben das folgende Forschungsbeispiel «Trau dich Trauern» mit Impulsen für die Praxis zu Trauergruppen von Kindern mit Ihren Eltern ausgewählt. Dazu wurde eine

qualitative Untersuchung, im Rahmen des Bonner Familientrauerbegleitungsangebotes «Trau Dich Trauern» (TDT) zum Erleben von geschlossenen Trauergruppen von Kindern und deren Müttern und Vätern durchgeführt. Die Untersuchung zielte darauf ab, die Motivation zur Teilnahme und die Zuschreibung der Wirkung der Trauergruppe aus Sicht der Teilnehmenden herauszufinden. In der Regel waren die Kinder zwischen sieben und 13 Jahre alt. Die Familien wurden sechs Wochen nach der Teilnahme der Trauergruppen anhand von Fragebögen mit offenen Antwortmöglichkeiten befragt. Nach zwei Jahren wurden eine begründete Auswahl interviewt. Die Fragebögen und die transkribierten Interviews wurden inhaltsanalytisch ausgewertet (Röseberg, 2014, S. 392).

Es konnte festgestellt werden, dass sowohl trauernde Kinder als auch trauernde Erwachsene, das Gefühl haben, aus der Norm herausgefallen zu sein. Sie schrieben sich selbst zu, anders als andere zu sein. Denn auch das Verhalten der anderen, zeigte den Betroffenen deutlich, dass sie anders sind. Sie empfanden sich für andere als emotionale Belastung. Die emotionale Situation der Familien wurden mit Kategorien wie Angst, Probleme, Trauer, Schmerz, Kummer, Hilflosigkeit, Einsamkeit und das Gefühl, nicht verstanden zu werden, benannt. Kinder machten Aussagen, die darauf schliessen lassen, dass sich manche von ihnen nach aussen emotional besonders stabil zeigten und vermehrt Verantwortung in der Familie übernahmen. In den Aussagen der Erwachsenen zeigten sich Unsicherheiten. Unsicherheiten bezüglich des Umgangs mit Trauer und Gefühlen, den neuen Rollen, den Finanzen und dem Umgang und der Organisation mit den Kindern. Die Untersuchung zeigte dass sich die Kommunikation innerhalb und ausserhalb der Familie veränderte. Es scheint, dass das Sprechen über den Verstorbenen und dessen Tod für eine Familie eine besondere Herausforderung ist. Häufig zeigte sich diesbezüglich eine unterschiedlich stark ausgeprägte Sprachlosigkeit in Bezug auf Gefühle und Erlebnisse. In manchen Familien war die Kommunikation zum sozialen Umfeld gestört. Was dazu führte, dass sich die Betroffenen bei Verwandten und Freunden einsam oder unverstanden fühlten. Bei anderen Familien zeigten sich familieninterne Kommunikationsstörungen. Dies konnte teilweise sogar zum völligen Fehlen der Kommunikation über die Verstorbenen oder die dazugehörigen Erlebnisse im Zusammenhang mit dessen oder deren Tod führen. Diese hatte zur Folge, dass die Möglichkeit dazugehörige Gefühle zu äussern nicht bestand (Röseberg, 2014, S. 398).

Zusammenfassend lässt sich aus der Untersuchung sagen, dass sowohl für Kinder als auch für Erwachsene, die Trauergruppe Unterstützung, sich an die neuen Lebenssituationen anzupassen bot. Die Trauergruppe schuf ein Gemeinschaftsgefühl, einen Raum für die eigene Trauer und eine bedürfnisorientierte Regulation der Emotionen, sie reduzierte Unsicherheiten,

liess Reflexionen von Funktionen und oder Verhaltensweisen zu und bot Orientierung (Röseberg, 2014, S. 398-400).

4.2.2 Trauerbegleitung in der Schule

Schüler*innen geben in ihrem Schulalltag Informationen über sich selbst, ihr Umfeld und über ihre Lebensumstände preis. Mitschüler*innen und Lehrer*innen reagieren auf solche Informationen. In jeder Schule und bei allen Lehrer*innen gibt es eine Schwelle die Informationen als besonders oder tragisch kennzeichnen. Beispielsweise Nachrichten über Todesfälle können eine solche Schwelle überschreiten. Wenn der Erfahrungsschatz und die Fähigkeiten der einzelne Lehrer*innen nicht genügend ausgeprägt sind, oder wenn sie dies wünschen, wird eine schulische Krisenintervention oder eine Fachberatung durch Experten herbeigezogen. Dies bietet den Lehrer*innen Handlungssicherheit. Geschulte Notfallseelsorger*innen oder das Projekt schulische Kriseninterventionen bieten kompetente Hilfe von aussen. Wesentlicher Faktor ist dabei, dass sie kurzfristig intervenieren können und über eine Bandbreite an Kompetenzen, Erfahrungen und Interventionsmöglichkeiten verfügen (Langer, 2014, S. 324).

Die schulische Krisenintervention besteht aus vier grundsätzlichen Schritten. Die sich aus Aufmerksamkeit und Information, Empathie und Ausblick, Struktur und Fachberatung und Zutrauen und Nachhaltigkeit zusammensetzt (Langer, 2014, S. 324).

In akuten Trauersituation benötigen Kinder und Jugendliche folgendes:

- Aufmerksamkeit und gute Informationen.
- Empathische Ansprechpartner*innen, die offen sind für ihre Trauer, ihre Verunsicherungen und ihre Fragen.
- Eine verlässliche Struktur der Hilfe, die Unterstützung sichert, Gespräche und Hilfen anbietet und sicherstellt.
- Begleiter*innen die ihnen etwas zutrauen (auch die Bewältigung der Trauer), ohne dass die Begleiter*innen sie durch eine problemorientierte Sichtweise weiter verunsichern und durch ihr Mitleid bedrücken.
- Eine stabile Alltagsstruktur, die ihnen in den schwierigen Wochen, Monaten und Jahren weiterhilft (Langer, 2014, S. 329-330).

Das Heft «Tod und Trauer in der Schule»

Hiller (2018) hat ein Heft herausgegeben, dass sich mit dem Thema Tod und Trauer in der Schule auseinandersetzt. Dabei wird festgehalten, dass ein plötzlicher Todesfall eine Herausforderung darstellt. Schulen können, um Kinder und Jugendliche bei der Bewältigung eines Verlustes zu unterstützen, einen wesentlichen Beitrag leisten (Hiller, 2018).

Das Heft richtet sich an Erwachsene und dient als Wegweiser für die Mitteilung einer Todesnachricht, den Trauerprozess und die Verlustbewältigung (Hiller, 2018, S. 6).

Auf eine Todesnachricht sind unterschiedliche Reaktionen zu erwarten. Heftige Belastungsreaktionen können sofortige professionelle Hilfe erfordern. Eine klare Kommunikation der Verantwortlichen der Schule ist wichtig. Zielführend sind hohe Transparenz und ein Informationsgleichstand. Im Heft werden der Trauerprozess und die dazugehörigen Phasen ausgeführt. Dabei wird festgehalten, dass Kinder und Jugendliche je nach Entwicklungsstand unterschiedlich mit Verlust umgehen und dass bei der Trauerbegleitung auf den Entwicklungsstand geachtet werden muss. Über alle Alters- und Entwicklungsstufen hinweg soll Zeit und Gelegenheit zum Abschiednehmen geboten werden. Es sind Trauerrituale anzuwenden und je nach Stufe sollen Schwerpunkte und Akzente gesetzt werden. Durch die unterschiedlichen kulturellen Hintergründe, Religionen und Glaubensrichtungen der Familien ist Vorsicht geboten. Damit nichts Unpassendes durch Lehrpersonen bezüglich Trauerarbeit und Abschied unternommen wird, kann ein Austausch mit den Angehörigen hilfreich sein. Ungeachtet von religiösen und kulturellen Besonderheiten wird die Bekundung der Anteilnahme geschätzt. Ein Beispiel, wie eine Lehrperson bei Bekanntgabe und Verarbeitung eines Todesfalls vorgeht, wird ebenfalls festgehalten (Hiller, 2018, S. 3).

Wichtige Aspekte der Trauerbewältigung sind einerseits der Umgang mit den Angehörigen oder Hinterbliebenen, die Rolle der Klassenlehrperson unter Einbezug von Schulleitung, Schulsozialarbeit und Schulhausteam. Je nach Situation kommt der Umgang mit der Öffentlichkeit und im Speziellen jener mit den Medien dazu, der ganz klar in der Verantwortung der Schulführung liegt (Hiller, 2018, S. 3).

Grenzen der Trauerarbeit innerhalb der Institution Schule

In der Institution Schule ist die Trauerbegleitung und die Trauerarbeit äusserst individuell. Einerseits durch die unterschiedlichen Ressourcen und der Einbindung und Vernetzung an die lokalen Versorgungs- und Unterstützungssysteme und andererseits innerhalb eines spezifischen Trauergeschehens durch die Wandel- und Veränderbarkeit. Daraus resultiert, dass die Grenzen der Trauerarbeit weder allgemeingültig noch abschliessend ausgewiesen werden können. Grenzen sind dort erreicht, wenn das psychologische und physiologische Wohl aller Beteiligten, nicht mehr, oder nur noch unzureichend erreicht werden kann. Oder diesem Ziel gar entgegengewirkt und kontraproduktiv gehandelt wird (Bernard & Scholer, 2021, S. 165).

Es konnten zudem Grenzen auf institutioneller als auch auf professioneller Ebene ausgemacht werden. Zum Beispiel bezüglich der formellen Strukturen innerhalb einer Institution für den

verbindlichen Umgang mit Trauer- und Krisensituationen. Also ob dieser Umgang bereits im Vorfeld definiert wurde und welche konzeptuellen Vorgaben der Schulbehörde existieren und welche Spezialisten hinzugezogen werden können (Bernard & Scholer, 2021, S. 165).

Klassenlehrer*innen oder Vertrauenslehrer*innen werden für Schüler*innen zu wichtigen Bezugspersonen. Sie sollten sich deshalb im Klaren sein, dass die Unterstützung und Begleitung der Trauernden Bestandteil ihres Berufsbildes sind. Trotzdem sollte die Belastbarkeit, die Individualität und die persönlichen Grenzen der Pädagoginnen und Pädagogen berücksichtigt werden. Die Trauerbegleitung und die Auseinandersetzung mit der Trauer muss dem Willen der Lehrer*innen entsprechen und sollte nicht gefordert werden. Es kommt auf die Situation an, besonders hinblickend eigener Betroffenheit und ob diese ein rational-empathischer Umgang erschwert oder gar verunmöglicht. Falls Belastungsgrenzen erreicht werden, sollten diese in jedem Fall zwingend ernstgenommen werden und möglichst zeitnahe Handreichungen und Lösungsvorschläge geboten werden (Hinderer & Kroth, 2005).

Eine wichtige Voraussetzung von professioneller Krisen- & Trauerinterventionen in Institutionen, wie der Schule, ist strukturiertes und koordiniertes Vorgehen. Dafür erfordert es entsprechende institutionelle Strukturen. Strukturen bezüglich Informationsverarbeitung, Kompetenz- und Aufgabenverteilung, Kontakt zu betroffenen Angehörigen, Begleitung und Information der betroffenen Schüler*innen und Kolleg*innen, Gestaltung des schulinternen Abschieds, Elternabend sowie die Ermöglichung von Orte und Zeiten der Erinnerung und das Finden von Ritualen (Witt-Loers, 2015 zitiert nach Bernard & Scholer, 2021, S. 169).

Die Schule sollte bei den akuten Krisen- und Grenzsituationen zudem ihre internen Kompetenzträger wie die Sozialarbeiter*innen hinzuziehen. Damit die mittelfristige Verarbeitung der Trauer und deren Auseinandersetzung mit deren Folgen proaktiv und steuernd gestaltet werden kann. Darüber hinaus soll eine Kooperation mit den externen Partner*innen und Expert*innen erfolgen, um auch bei ausserschulischen Herausforderungen und Belangen sowie das psychosoziale Wohlbefinden anzusprechen und konkrete Unterstützung anzubieten. Auf diese Weise können die Aufgaben hinsichtlich Sterben, Tod und Trauer der Schule gesamthaft wahrgenommen werden und bei Bedarf basierend auf Erfahrung und Wissen vermittelt, beraten und begleitet werden (Maywald, 2015, zitiert nach Bernard & Scholer, 2021, S. 169-170).

5. Handlungsfelder der Sozialen Arbeit

In diesem Kapitel werden die Handlungsfelder der Sozialen Arbeit vorgestellt und der Bezug der Sozialen Arbeit zur Trauerbegleitung hergestellt.

5.1 Die Soziale Arbeit

Die Soziale Arbeit wird in der Schweiz in Sozialarbeit, Sozialpädagogik und Soziokulturelle Animation dreigeteilt (Husi & Villiger, 2012, S. 12).

Die Berner Fachhochschule (BFH) beispielsweise bietet gar einen generalistischen Abschluss «Bachelor of Science in Sozialer Arbeit» an. Solche Fachpersonen der Sozialen Arbeit beraten, begleiten und unterstützen einzelne Personen, Gruppen oder Teams. Für anspruchsvolle Lebenssituationen entwickeln sie gemeinsam mit Fachpersonen aus anderen Disziplinen vollumfängliche Lösungen. Sie sind in vielen Bereichen tätig beispielsweise in der Schulsozialarbeit, in Beratungsstellen, in Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigungen, in der offenen Kinder- und Jugendarbeit, in Beschäftigungsprogrammen oder in der Migrationsarbeit (Berner Fachhochschule, 2024).

Orientiert man sich an den Grundsätzen der Sozialen Arbeit und den zehn Zielen und Verpflichtungen der Sozialen Arbeit, so scheinen für diese Bachelorarbeit die folgenden vier Themenfelder relevant (Berufskodex Avenir Sozial 2010, S. 7)

- Soziale Arbeit soll soziale Notlagen von Menschen und von Gruppen verhindern, beseitigen oder lindern.
- Sie soll Menschen begleiten, betreuen und schützen, sodass sie deren Entwicklung fördern, sichern oder stabilisieren können.
- Die Soziale Arbeit zielt unter anderem darauf ab, Lösungen für soziale Probleme zu erfinden, entwickeln und zu vermitteln.
- Die Sozialen Arbeit ist ein gesellschaftlicher Beitrag insbesondere für Menschen oder Gruppen, die in der Verwirklichung ihres Lebens illegitim eingeschränkt oder deren Zugang zu und Teilhabe an gesellschaftlichen Ressourcen ungenügend sind, zu leisten (Berufskodex Avenir Sozial 2010, S. 7)

Die Soziale Arbeit ist widersprechenden Interessen und Zielsetzungen ausgesetzt. «Einerseits sollen im staatlichen wie kommunalen Auftrag die soziale Integration spezifischer Adressaten in die Gesellschaft gefördert werden, andererseits operiert die Soziale Arbeit parteilich für Benachteiligte im Kampf gegen ungerechte in Staat und Kommune verankerte Strukturen» (Homfeldt & Schulze-Krüdener, 2003, S.3). Das Tripel Mandat nach Silvia-Staub Bernasconi

beschäftigt sich noch tiefgründiger mit der Thematik und handelt nicht nur die Ansprüchen von Staat und Klient*innen, also Hilfe und Kontrolle, sondern auch noch auf die eigene Fachlichkeit als Profession ab (Socialnet, (o.D.).

Der Begriff Soziale Probleme wird in den Medien und in der Alltagssprache oft verwendet, zeigt jedoch keine klaren Konturen auf. Die Begrifflichkeit beschreibt sehr unterschiedliche Phänomene, die in irgendeiner Weise als Störung, Missstand, Krise, Leiden, Schaden und Ungerechtigkeit wahrgenommen werden. Eine klare Definition existiert nicht (Albrecht & Groenemeyer, 2013, S. 18).

Der Verlust einer nahestehenden Person kann aus Sicht der Autorinnen zu sozialen Problemen führen. Beispielsweise wenn ein Elternteil stirbt, der für die finanzielle Sicherheit der Familie gesorgt hat. Die Witwenrente ist niedriger als das vorherige Erwerbseinkommen. Diese Differenz kann eine Familie in finanzielle Schwierigkeiten bringen. Die Schwierigkeiten können dazu führen, dass Menschen in der Verwirklichung ihres Lebens eingeschränkt werden, und den Zugang an der Teilnahme am gesellschaftlichen Leben verlieren. Es kann beispielsweise sein, dass die hinterbliebene Familie einen Statusverlust erleidet und der Zugang zur Teilhabe des gesellschaftlichen Lebens verliert. Somit ist es wichtig, dass die Soziale Arbeit Trauerarbeit leisten soll.

5.2 Handlungsfelder der Sozialen Arbeit

Gemäss Farrenberg & Schulz ist die Soziale Arbeit auf den ersten Blick eine vielgestaltige und dynamische Praxislandschaft. Um zu präzisieren und zu sortieren, um welche einzelnen Zielgruppen, Problembereiche, Hilfeformen und Arbeitsbedingungen es sich handelt, werden Handlungsfelder unterschieden. Der Begriff Handlungsfeld wird uneinheitlich verwendet (Farrenberg & Schulz, 2020, S. 11). Im Praxiszusammenhang lassen sich durch unterschiedliche Gruppen von Aufgaben, Akteur*innen, Institutionen und Angebotsformen, Handlungsfelder sortieren, die sich permanent verändern (Farrenberg & Schulz, 2020, S. 18). Kennzeichnend für sämtliche Handlungsfelder sind die unterschiedlichen Interventionsgrade, die beispielsweise von der offenen bis hin zu vollstationären Einrichtungen reichen. Die historische Betrachtung der Entwicklung der Sozialen Arbeit zeigt, dass sich die Handlungsfelder aus vier verschiedenen Strängen entwickelt haben. Heute lassen sich folgenden vier Handlungsfelder, mit quantitativ unterschiedlich gewichteten Schwerpunkten identifizieren (Farrenberg & Schulz, 2020, S. 68).

1. Kinder und Jugendhilfe, (Kindertageseinrichtungen, Offene Kinder- und Jugendarbeit und stationäre Jugendhilfe)
2. Soziale Hilfen in besonderen Lebenslagen (Wohnungslosenhilfe und Suchthilfe)

3. Behinderten- und Gesundheitshilfe
4. Soziale Altenhilfe (Offene Altenarbeit, ambulante, teilstationäre und stationäre Altenhilfe) (Farrenberg & Schulz, 2020, S. 69).

5.3 Verlufterfahrung als Thema aller Sozialarbeit

Im Kern ist die Sozialarbeit Krisenarbeit. Was bedeutet, dass sich ihre Qualität durch die Befähigung zu einem angemessenen Umgang mit kritischen Lebensereignissen oder Lebenskrisen erweist. Grösstenteils handelt es sich dabei um Verlustkrisen. Deshalb sollten in der elementarischen Ausbildung, oder zumindest im Hinblick auf die Sozialarbeit im Gesundheitswesen spezifische methodische Befähigungen erworben werden. Krankheiten an sich können zu Verlustkrisen führen. Die Krankheit zu bewältigen, bedeutet mit dieser Verlufterfahrung angemessen umzugehen, also Trauerarbeit zu leisten. Daraus resultiert, dass Sozialarbeit Trauerberatung und -begleitung anbieten können (Worden 2011 & Achenbach 2019 zitiert nach Student et al, 2020, S. 97).

Bereits Ursachen von Krankheiten sind oftmals mit Verlusten verknüpft. Unbewältigte Verlufterfahrungen können Risiko- oder Genesungsfaktor für bestimmte Krankheiten sein. Verluste können und sollen nicht vermieden werden, die Unterstützung bei der Bewältigung von Verlusten dient als Prävention. Die Soziale Arbeit kann ihr von multiplen Verlufterfahrungen betroffenem Klient*innen zur gesünderen Bewältigungsformen führen. Dazu sind fundierte Kenntnisse von Trauerprozessen und die Fähigkeit zu Trauerbearbeitung und Krisenintervention notwendig. Das Wissen, das methodische Können und eine gesicherte emotionale Basis sind dafür Voraussetzung. Sozialarbeiter*innen können durch Verluste der Klient*innen an ihren eigenen Erfahrungen erinnern und wenn jemand unbewältigte Krisenerfahrungen hat, kann dies zu rigidem oder aggressivem Verhalten führen. Somit ist bedeutsam, dass Begleiter*innen ihre eigenen bewältigenden Umgangsformen mit Verlustkrisen erlernen. Als Basis dazu dient die Beziehungsfähigkeit zu sich (Student et al, 2020, S. 98).

5.4 Trauerbegleitung und Soziale Arbeit

In den Fachbereichen, in denen Menschen miteinander arbeiten, findet vermehrt eine Auseinandersetzung mit menschlichen Verlufterfahrungen statt. Trauerbegleitung rückt verstärkt in den Fokus interdisziplinärer Bemühungen. Professionelle Dialoge über die Trauer nehmen zu, Trauerprozesse werden untersucht und wirksame Unterstützungsmöglichkeiten werden entwickelt (Rechenberg-Winter & Fischinger 2010, S. 11).

5.4.1 Soziale Arbeit in der Hospiz- und Palliativarbeit

Die Soziale Arbeit im Hospiz- und Palliativbereich trägt dazu bei, dass ein einzelner Mensch das eigene Leben in Würde und Selbstbestimmung zu Ende führen kann. Sie fördert die Begleitung der Sterbenden und deren Angehörigen. In dem sie sich durch Beratung, Begleitung und Betreuung für die Belange und Bedürfnisse des einzelnen einsetzt. Dabei bilden die zutiefst ethischen Werte, Fürsorge, Gerechtigkeit, Toleranz, Empathie und Wahrhaftigkeit weitere Säulen Sozialer Arbeit (NRW-Qualitätskonzept 2016, S. 11).

Psychosoziale Fachkräfte unterstützen Personen, die sich in einer Krisensituation befinden, bei der Bewältigung der vielfältigen und komplexen Anforderungen. Sie zielen darauf ab, die Betroffenen die eigenen Ressourcen erkennen zu lassen, die eigenen Interessen selbstbestimmt und eigenverantwortlich zu vertreten, ohne deren Autonomie einzuschränken (NRW-Qualitätskonzept 2016, S. 11).

Am Lebensende können schwierige Fragen zu Themen wie Spannungen zwischen Autonomie und Abhängigkeit, Lebenserhaltung, Lebensverlängerung, Sterbenlassen, Umgang mit Sterbewünschen, Umgang mit Verantwortung beziehungsweise Schuld und mit palliativer Sedierung auftauchen (NRW-Qualitätskonzept 2016, S. 11). Durch die Unterschiedlichkeit und den hohen Respekt vor dem individuellen Lebensentwurf, und der Wertepluralität gibt es kaum standardisierte Arbeitsabläufe. Dies erfordert ein hohes Mass an Reflexionsfähigkeit der Fachkräfte. Die Soziale Arbeit nimmt hier die Vermittlerrolle ein (NRW-Qualitätskonzept 2016, S. 12). Die Sozialarbeiter*innen können durch Gespräche mit den Erkrankten und den Angehörigen auf die vorgezogene Trauer eingehen. Dabei kann ein konstruktiver Umgang erarbeitet werden. Oft weichen Beteiligte dem offenen Umgang mit den Gefühlen und der Trauer aus, weil sie unsicher und ängstlich sind. Begleiter*innen können dabei aufklärend beraten und unterstützen (Krenz, 2016, S. 41).

Schon während der Begleitung im Hospiz kann das Team sich austauschen und sich mit den Angehörigen ganz offen über mögliche begleitende Angebote unterhalten. Solche Angebote können durch die Soziale Arbeit erfolgen. Es ist sinnvoll, dass das stationäre Hospiz eine Trauerberatung anbietet. Dabei sollen auch noch in den Monaten nach dem Tod einer erkrankten Person, für die Hinterbliebene die Kontaktmöglichkeiten aufrechterhalten werden. So können diese beispielsweise zu Erinnerungstreffen eingeladen werden, oder es können Grusskarten versendet werden, um die Kontaktaufnahme zu erleichtern. In den daraus resultierenden Gesprächen können mögliche Begleitungsangebote angesprochen und empfohlen werden. Bei weiterem Bedarf können Trauercafés, Trauergruppen, Einzelbegleitung und Beratungsstellen vermittelt werden (Krenz, 2016, S. 44).

Durch die Vernetzung der psychosozialen Fachkräfte und der Kenntnisse über Unterstützungsmöglichkeiten können Betroffene vermittelt werden. Die Beratungstätigkeit der Sozialen Arbeit geht dabei oft über den Tod hinaus. Zum Beispiel in Form von Trauerbegleitung (NRW-Qualitätskonzept 2016, S. 12).

Die Soziale Arbeit ist neben der Einzelbetreuung für alle Tätigkeiten zuständig, die die Verknüpfung zum Gemeinwesen deutlich macht. Sie trägt deutlich dazu bei, dass die Kommunikation zwischen Hospizorganisationen und Gemeinwesen gelingt. Allgemein trägt die Hospizarbeit durch Öffentlichkeitsarbeit dazu bei, die Themen Sterben, Tod und Trauer zu enttabuisieren und rekrutiert durch den Öffentlichkeitsdialog ehrenamtliche Mitglieder (NRW-Qualitätskonzept 2016, S. 12).

6. Empirisches Vorgehen

Die Autorinnen haben sich dazu entschieden eine empirische Arbeit zu verfassen. Zu Beginn haben sich die Autorinnen mit sachkundiger Literatur in den Bereichen Trauer, Kindertrauer, Trauerbegleitung von Kindern und den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit auseinandergesetzt. In diesem Kapitel wird das empirische Vorgehen erläutert.

6.1 Interview

Die Interviews als qualitative Analyse­methode helfen den Autorinnen die formulierte Fragestellung zu bearbeiten. Die gewählte Fragestellung der Autorinnen ist eine Frage, deren Beantwortung nicht skaliert werden kann und somit eine alternative Strategie für die Beantwortung benötigt wird (Dresing & Pehl, 2013, S. 6-7). Mithilfe der Interviews als Strategie können Kommunikationsstrukturen, Bedeutungskonstruktionen und Sinnzusammenhänge analysiert werden. Dadurch können auch Aspekte, Rückschlüsse sowie Deutungen erkennbar werden (S. 7).

Strübing (2018) unterscheidet zwischen dem Leitfadeninterview, dem Experteninterview, dem narrativen Interview und dem ethnografischen Interview. Die Autorinnen haben sich für die Durchführung von Leitfadeninterviews entschieden. Diese Interviewform ermöglicht die Interviews einerseits strukturiert und andererseits offen zu gestalten. Die Interviewfragen werden auch in dieser Form geordnet, dennoch besteht die Möglichkeit, dass während dem Interview die Fragen nicht der Reihenfolge entsprechend gestellt werden müssen. Das Interview soll durch die Interviewer*innen moderiert werden. Die Aufgabe der Fragesteller*in besteht darin, den Gesprächsfluss zu erhalten und gleichzeitig alle geplanten Fragen im Überblick zu behalten, damit keine Frage ausgelassen wird (Strübing, 2018).

Als empirisches Vorgehen führten die Autorinnen Interviews mit Fachpersonen aus der Trauerbegleitung im Kanton Wallis und Kanton Bern. Betreffend der Wahl der Interviewpartnerinnen grenzten die Autorinnen die Suche auf Trauerbegleiter*innen bei Kindern und Jugendlichen ein.

Interviewpartnerinnen

Aus Datenschutzgründen werden die Interviewpartnerinnen nicht vorgestellt. Im siebten Kapitel wird auf die Ausbildungen der Interviewpartnerinnen eingegangen, die die Interviewpartnerinnen selbst im Interview erläutert haben. Alle Interviewpartnerinnen sind weiblich.

Interviewleitfaden

Die Einleitung des Interviewleitfadens diente den Autorinnen als Start des Interviews. Gemäss Dresing & Pehl (2013, S. 12) kann eine Einleitung als gute Möglichkeit genutzt werden, um eine angenehme Atmosphäre bei der Eröffnungsphase des Interviews zu generieren. Die Autorinnen gliedern den Interviewleitfaden in die Einleitung und in drei weitere Kapitel.

Kapitel 1: Informationen über die Trauerbegleitung

Im ersten Kapitel werden beispielsweise Fragen zum Werdegang, zu den Unterschieden der Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen, zu den verwendeten Methoden sowie Theorien und den Bedingungen der Trauerbegleitung wie die Finanzierung gestellt.

Kapitel 2: Persönliche Sichtweisen

Im zweiten Kapitel beziehen sich die Fragen auf die persönlichen Sichtweisen der Trauerbegleiterinnen zu Themen wie Glaube und dem eigener Umgang mit Verlust.

Kapitel 3: Trauer und Soziale Arbeit

Im dritten Kapitel beziehen sich die Fragen auf den Zusammenhang zwischen Trauer und Soziale Arbeit. Beispielsweise sind Fragen, wie Trauerbegleitung in der Sozialen Arbeit stattfinden kann und wo die Grenzen sind.

Bei der Formulierung der Fragen für den Leitfaden nutzten die Autorinnen die Checkliste von Dresing & Pehl (2013, S. 9). Als hilfreiche Fragestellungen werden gemäss der Checkliste textgenerierende, aufrechterhaltende, prozessorientierte, offene, kurze und verständliche Fragen gesehen (S. 10-11).

Durchführung der Interviews

Bei allen vier Interviews waren beide Autorinnen anwesend, dennoch wurden die Interviews jeweils von einer Autorin geführt. Die Interviews starteten mit der Einleitung und der Einholung der Einverständniserklärungen, sowie der Installierung der Audioaufnahme. Von allen vier Interviewpartnerinnen wurde eine Einverständniserklärung eingeholt. Alle Angaben und Ergebnisse, die aus den Interviews verwendet werden, wurden von den Autorinnen anonymisiert. Die Audioaufnahmen werden nach Abgabe der Forschungsarbeit direkt gelöscht. Am Schluss der Interviews bedankten sich die Autorinnen bei den Interviewpartnerinnen. Die Interviewpartnerinnen wünschen alle eine Kopie der Arbeit, um diese zu lesen. Die Einverständniserklärungen werden im Anhang aus Datenschutzgründen nicht aufgeführt.

6.2 Auswertung der Interviews

Die Auswertung der Interviews erfolgt durch die Transkription und Datenanalyse (Kuckartz, 2014, S. 110).

6.2.1 Transkription

Nach dem die Interviews durchgeführt wurden, sollten die Interviews nach Kuckartz und Rädiker (2020, S. 1) in einem ersten Schritt transkribiert werden. Mit Transkription ist die Verschriftlichung der Interviews gemeint (S. 1). Die Autorinnen führten die Transkriptionen manuell durch und verwendeten keine Software als Hilfe.

Die Transkription hat zum Ziel als Erinnerungsstütze zu funktionieren. Dennoch ist auch ein Transkript nicht in der Lage die Gesprächssituation vollständig wiederzugeben (Dresing & Pehl, 2013, S. 17). Dresing und Pehl (2013) unterscheiden einfache und detaillierte Transkripte (S. 17-18). Die einfachen Transkripte weisen keine Angaben zu para- und nonverbalen Geschehnissen auf. Dadurch liegt der Fokus und die Priorität beim einfachen Transkript auf der guten Lesbarkeit und dem Inhalt des Interviews. Bei den detaillierten Transkripten wird beispielsweise auf die Lautstärke, die Tonhöhe oder die Gesprächsgeschwindigkeit geachtet (S. 18). Die Wahl der Transkriptionsform bedarf der guten Überlegung, wofür und für welche Art der Analyse ein Transkript erstellt wird (S. 20).

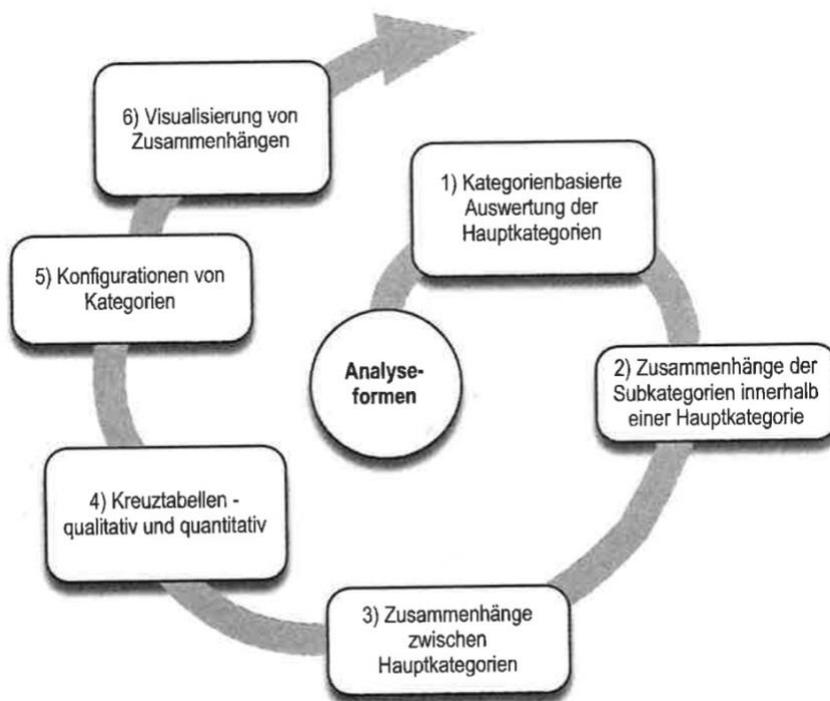
Die Autorinnen haben sich für die einfache Transkription entschieden, da für die Analyse der Interviews die Aussagen der Interviewpartnerinnen eine grössere Rolle spielen als die nonverbalen Aspekte (Dresing & Pehl, 2013, S. 20). Die Autorinnen haben sich beim Transkribieren an das Regelsystem des einfachen Transkriptionssystem von Dresing & Pehl (2013) orientiert (S. 21-22).

6.2.2 Codierung

Die Autorinnen orientieren sich beim Analyseprozess an den sieben Phasen von Kuckartz (2018, S. 101). Aufgrund der beschränkten Zeit wurde die Codierung nur von einer Autorin übernommen und von der anderen Autorin geprüft. In der ersten Phase werden die Transkripte präzise gelesen, wichtige, relevante Textstellen für die Beantwortung der Fragestellung hervorgehoben. In der zweiten Phase werden Kategorien formuliert, die für die Codierung verwendet werden. Die Kategorien ermöglichen eine inhaltliche Strukturierung der Daten. Mit den Kategorien sind Themen gemeint, die aus der Forschungsfrage gebildet werden (Kuckartz, 2018, S. 101). Nach der Bildung der Kategorien erfolgt in der dritten Phase der erste Codierungsprozess. Dabei wird der Text von Beginn bis zum Ende durchgegangen und Textabschnitte den gebildeten Kategorien zugeordnet. Textstellen, die für die Beantwortung der Fragestellung nicht relevant sind, werden nicht codiert, d.h. diese Textstellen werden keiner Kategorie zugeordnet (S. 102). In der vierten Phase werden alle Textstellen mit der gleichen

Kategorie in einer Tabelle zusammengeführt. In der fünften Phase werden die Kategorien ausdifferenziert, indem Subkategorien aus den Kategorien gebildet werden. Die Subkategorien werden zunächst in einer Liste gesammelt (S. 106). In der sechsten Phase findet der zweite Codierungsprozess statt. In dieser Phase werden die Subkategorien den Hauptkategorien mit den codierten Textstellen zugewiesen (S. 110). In der siebten Phase findet die Analyse statt (S. 111). Zudem wird die Präsentation der Ergebnisse erarbeitet (S. 117). Kuckartz (2018) unterscheidet sechs verschiedene Auswertungsformen. Die folgende Abbildung visualisiert die genannten und beschriebenen Phasen (S. 117).

Abbildung 4



Quelle. U. Kuckartz, *Qualitative Inhaltsanalyse: Methoden, Praxis, Computerunterstützung*, Beltz Juventa, 2018, S. 118.

Die Autorinnen haben für die Analyse die erste Form der Inhaltsanalyse gewählt. Bei dieser Form basiert die Auswertung entsprechend den Hauptkategorien. Dabei werden die relevanten Ergebnisse der Hauptkategorien und der Subkategorien in der Forschungsarbeit erläutert. Der Aufbau der Ergebnisse erfolgt auf einer logischen Reihenfolge (Kuckartz, 2018, S. 118). Bei der Erläuterung der Ergebnisse aus den Kategorien dürfen auch beispielsweise Vermutungen und Interpretationen eingebaut werden. Genauso können Beispiele der Interviewpartner*innen zitiert werden (S. 118-119).

6.2.3 Codierungstabelle

Die nachfolgende Tabelle zeigt die formulierten Haupt- und Subkategorien auf. Beispiele der codierten Aussagen wurden in der aufgeführten Tabelle nicht aufgezeigt. Die vollständige Codierungstabelle ist im abgesonderten Anhang zu finden.

In einem ersten Schritt wurden alle Transkripte von einer Autorin gelesen. Wichtige Aspekte Ergebnisse wurden markiert. Nachdem die erste Markierung vorgenommen wurde, wurden Hauptkategorien gebildet. Daraufhin wurden die Aussagen der Interviews in einem nächsten Schritt den Hauptkategorien zugeteilt. Anschliessend bildete die Autorin Subkategorien. Nun wurden die Aussagen passend zu den Subkategorien geordnet.

Die Wahl der Haupt- und Subkategorien basiert auf den Bezug zu der Hauptfrage und den Unterfragen. Die Kategorien wurden so gewählt, dass die Haupt- und Unterfragen beantwortet werden können.

Tabelle 1

Darstellung der Haupt- und Subkategorien

Hauptkategorie	Subkategorie
Wissen über Trauerbegleitung	Tabuthema
	Theorie
	Verständnis der Kinder
	Trauerbegleitung als Angebot
Trauerbegleitung als Tätigkeit	Methodik
	Unterschiede Kinder und Jugendliche
	Finanzierung
	Aufgabenbereich
	Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen
	Gründe
	Vorgehensweise
Persönliches	Ausbildung
	Glauben und eigener Umgang mit Verlusten
Möglichkeiten für die Soziale Arbeit	Auftrag
	Handlungsfelder
Grenzen für die Soziale Arbeit	Ausbildung
	Einstellung
	Ressourcen
	Zuständigkeiten

Quelle. Eigene Darstellung.

7. Ergebnisse

In diesem Kapitel werden auf die in Kapitel 6.2.3 definierten Haupt- und Subkategorien eingegangen. Dabei werden nur die Aussagen der Interviewpartnerinnen aufgeführt, welche sich zu den einzelnen Fragen vom Interviewleitfaden äussern.

7.1 Wissen über Trauerbegleitung

Nachfolgend wird aufgezeigt, wie viel Wissen über Trauerbegleitung vorhanden ist und beinhaltet vier Subkategorien Tabuthema, Theorie, Verständnis der Kinder und Trauerbegleitung als Angebot.

Tabuthema

Trauer ist gemäss der Interviewpartnerin A noch ein Tabuthema. Es gibt gemäss der Interviewpartnerin A grosse Unterschiede je nach Kanton und auch je nach Stadt (Interview A, 45-47). Gemäss der Interviewpartnerin B ist Trauer ein Tabuthema geworden, da Traditionen im Laufe der Zeit verloren gingen und somit auch die Berührungen (Interview B, 62-67).

Trauerbegleitung als Angebot

Die Interviewpartnerin A glaubt, dass Angebote in der Stadt niederschwelliger und leichter zu erreichen sind (Interview A, 47-51).

Theorie

Die Interviewpartnerin B gab an, dass es viele verschiedene Modelle in der Theorie gibt. Sie findet jedoch nur zwei für sich logisch. Diese sind das duale Trauermodell und das Trauermodell nach Worden (Interview B, 201-206 & 210-215). Zudem findet sie das Todeskonzept betreffend den Entwicklungsstufen zu den unterschiedlichen Altersstufen wichtig (Interview B, 227-229).

Auch die Interviewpartnerin C gab an, mit den Traueraufgaben von Worden zu arbeiten. Zudem arbeitet Interviewpartnerin C mit dem Trauerteleskop von Petra Paul (Interview C, 236-238). Die Interviewpartnerin D arbeitete genauso mit den Traueraufgaben von Worden (Interview D, 158-161). Zudem arbeitet sie mit dem Kaleidoskop von Chris Paul (Interview D, 162-166). Das Kaleidoskop des Trauerns besteht aus Facetten, die alle von Beginn an gleichzeitig bestehen. Die Facetten können sich mischen und neu gewichten. Paul ordnet allen Facetten eine Farbe zu. Orange steht für das Überleben, Dunkelgrau für die Begreifung der Wirklichkeit, Rosa für die Gefühle, Grün für die Anpassung, Gelb für das verbunden bleiben und Blau für das Einordnen (Leu, 2019, S. 20).

Verständnis der Kinder

Gemäss der Interviewpartnerin A verstehen die Kinder die Begrifflichkeiten zum Thema Trauer nicht gleich wie die Erwachsenen (Interview A, 110-112). Erwachsene müssen lernen, dass Kinder andere Begrifflichkeiten haben. Sie glaubt, dass Kinder ein grosses Wissen haben (Interview A, 119-122). Um herauszufinden, wie viel Kinder verstehen, fragt sie die Kinder, wie viel Wissen sie haben (Interview A, 320-322). Es ist wichtig den Kindern alles auf der Ebene der Sinne zu erklären und Emotionen aufzugreifen. Dabei sollte den Kindern erklärt werden, was die Emotionen genau bedeuten (Interview A, 354-357).

Zusammenfassend kann behauptet werden, dass die Trauerbegleitung doch bekannt ist, auch wenn dies eher in Städten niederschwelliger erreichbar ist. Zahlreiche Theorien werden in der Trauerbegleitung verwendet, auch solche die in dieser Arbeit erläutert wurden.

Bei Kindern und Jugendlichen besteht auch bereits viel Wissen, nur sollte die Trauerbegleitung an ihrem Wissensstand angepasst werden.

7.2 Trauerbegleitung als Tätigkeit

Gründe

Trauerbegleitung findet statt, wenn eine Person nicht allein mit der Trauer zurechtkommt. Dabei spielt es keine Rolle, wann die Trauerbegleitung wahrgenommen wird (Interview A, 60-63). Dabei muss Trauerbegleitung nicht direkt nach einem Ereignis stattfinden, sondern kann auch nach Jahren in Anspruch genommen werden (Interview A, 60-63).

Gemäss der Interviewpartnerin A muss der Grund für die Trauer nicht nur ein Mensch sein. Sie nennt die Partnerschaft, den unerfüllten Kinderwunsch und den Verlust der Arbeitsstelle als Grund für Trauer. Dennoch ist häufig der Verlust eines Menschen ein grosses Thema bei der Trauerbegleitung (Interview A, 77-81).

Doch zum Glück braucht gemäss der Interviewpartnerin A nicht jeder Mensch eine Trauerbegleitung (Interview A, 436-437).

Vorgehensweise

Trauerbegleitung allgemein

Alle Interviewpartnerinnen erläuterten grob, wie die Trauerbegleitung bei ihnen stattfindet. Die Vorgehensweisen werden in diesem Abschnitt aufgezeigt.

Die Interviewpartnerin A erzählt, dass sie direkt beim Erstkontakt klärt, um was es geht. Anschliessend vereinbart sie ein Treffen (Interview A, 66-70).

Bei Kindern finden die Sitzungen bei Interviewpartnerin in der Familie statt. Die Kinder fühlen Sicherheit und Hald in ihrem privaten Umfeld. Ihr ist zudem wichtig, dass sich Kinder sicher und geborgen fühlen. Auch dass sie eine Rückzugsmöglichkeit haben. Erwachsene hingegen kommen oft für Sitzungen zur Trauerbegleiterin.

Finden die Sitzungen am Arbeitsort von Interviewpartnerin A stattf, führt sie oftmals Gespräche, um herauszufinden, wann der Verlust stattgefunden, was der Verlust ist oder was passiert ist (Interview A, 70-77).

Weiter arbeitet die Interviewpartnerin A mit Ritualen. Hier müssen die Trauernden selbst einen Ort für das Ritual aussuchen. Gemeinsam überlegen sie sich jedoch was für ein Ritual sie machen und führen dies daraufhin am ausgesuchten Platz durch. Dabei führt die Interviewpartnerin A ein Ritualtagebuch für die trauernde Person. Die Interviewpartnerin erläutert, dass sie während den sechs bis sieben Konsultationen Fragen an die Trauernden stellt und diese anschliessend im Ritualtagebuch transkribiert (Interview A, 81-100). Bei Kindern bezieht sie die fünf Sinne mit ein. Sie erklärt den Kindern warum die verstorbene Person kalt ist oder das Herz nicht mehr schlägt. Anschliessend geht sie auf die Gefühlsebene über (Interview A, 104-110).

Beispielsweise hat sie mit einer Mutter und den drei Kindern den Sarg der verstorbenen Person besucht. Am Sarg hat die Interviewpartnerin erklärt, weshalb der Vater im Sarg ist, weshalb er seine Farbe geändert hat, weshalb er sich so anfühlt und warum er anders riecht. Obwohl bei sechs- bis siebenjährigen Kindern die Aufmerksamkeitsspanne bei 15 Minuten liegt, berichtet Interviewpartnerin A, dass sie Stunden am Sarg verbracht haben. Die Mutter der Kinder benannte den Tod als etwas Natürliches. Daraufhin hat die Interviewpartnerin A der Mutter erklärt, dass der Tod etwas Natürliches ist. Durch die Erklärungen können die Trauernden die Bilder vom Verlust besser verstehen und den Verlust akzeptieren (Interview A, 144-155).

Die Freiwilligkeit spielt gemäss der Interviewpartnerin A eine grosse Rolle und muss gegeben sein (Interview A, 160-163). Genauso empfindet sie die Wertschätzung und die Akzeptanz als sehr wichtig (Interview A, 174-176).

Wichtig ist den Trauernden während dem Trauerprozess ihre Handlungsfähigkeit aufzuzeigen (Interview A, 204-217). Genauso den Trauernden zu zeigen, welche Fortschritte sie seit dem Verlust gemacht haben. Sie macht beispielsweise verschiedene Aussagen und sagt den Trauernden, dass sie einen Schritt nach vorne machen können, wenn die Aussage auf sie zutrifft. Die Trauernden machen dann Schritte vorwärts und können visuell sehen, dass sie Fortschritte gemacht haben. Durch die Visualisierung der Fortschritte wird den Trauernden

eben aufgezeigt, dass sie nicht am gleichen Ort stehen bleiben, sondern handlungsfähig sind (Interview A, 223-239).

Die Interviewpartnerin B teilt mit, dass die Kontaktaufnahme durch die Eltern der betroffenen Kinder erfolgen muss (Interview B, 97-98).

Sie besucht die Kinder in ihrem Zuhause und erklärt den Kindern beim Erstkontakt, wer sie ist. Zudem zeigt sie auf, dass die Trauerbegleitung freiwillig ist. Beim ersten Treffen ist es wichtig authentisch zu sein. Sollten die Kinder nach dem ersten Treffen die Trauerbegleitung wünschen, definiert sie mit ihnen, wie sie fortfahren wollen. Sie erzählt, dass sie meistens weiterhin in die Familien geht. Ausser wenn mehrere Kinder der gleichen Familie betroffen sind. Da macht sie Einzelsitzungen bei ihr ab. In den ersten Sitzungen findet sie heraus welche Ressourcen die Kinder oder Jugendlichen besitzen. Sie füllt gemeinsam mit den Trauernden einen Ressourcennotfallpass aus. In diesem Pass wird beispielsweise festgehalten, was den Individuen in der Trauerphase hilft. Sollte die Trauer wieder hervorkommen, können sie dann den Ressourcennotfallpass verwenden. Des Weiteren gestaltet sie mit den Kindern eine Erinnerungskiste für die verlorene Person. Wichtig ist keine Erwartungen zu stellen und offen für die Vorschläge und Ideen der Trauernden zu sein (Interview B, 101-139).

Auch die Interviewpartnerin C führt das erste Treffen in der Familie durch und stellt sich zudem direkt vor (Interview C, 107-117). Hauptsächlich arbeitet sie mit Kindern und Jugendlichen in ihrem Zuhause. Die gewohnte Umgebung gibt den Kindern Sicherheit (Interview C, 131-136).

Die Interviewpartnerin D führt Trauerbegleitung auch durch, bevor ein Verlust stattfindet. Beispielsweise bei der Begleitung von Betroffenen bei denen eine Person im Sterben liegt. Die Trauerbegleitungen finden nach dem Verlust solcher Fälle anders statt als bei Trauernden, die eine Person plötzlich verloren haben (Interview D, 75-85). Der Erstkontakt findet während einem Telefongespräch statt. Sie klärt beim Telefongespräch die Erwartungen und Anliegen der Trauernden. Anschliessend vereinbart sie ein Ersttreffen, das häufig bei Kindern zusammen mit den Eltern stattfindet (Interview D, 99-108). Auch sie arbeitet mit Bilderbüchern. Sie erklärt den Trauernden, was ein Verlust ist und was ein Verlust mit sich bringt (Interview D, 113-127).

Zudem verwendet sie Handschuhe, die die Seele verkörpern und in den Himmel steigen. Basteln ist eine weitere Methode, die die Interviewpartnerin D verwendet (Interview D, 128-135). Auch pflanzt sie mit den Betroffenen Samen am Grab, um den Werdegang der Pflanze zu beobachten. Zudem stellt sie Erinnerungsboxen gemeinsam mit den Trauernden zusammen (Interview D, 128-135).

Trauerbegleitung an Schulen

Trauerbegleitung in der Schule führt die Interviewpartnerin A durch, wenn beispielsweise eine Lehrerin verstorben ist oder die Kinder der Klasse einen Verlust erlebt haben. In solchen Fällen arbeitet sie mit der ganzen Klasse zusammen. Sie entlastet das Lehrersystem und die Lehrer*innen können den Unterricht wie gewohnt durchführen. In den Klassen arbeitet sie je nach Alter der Kinder auch mit Bilderbüchern (Interview A, 249-263).

Methodik

Während der Trauerbegleitung verwendet die Interviewpartnerin Skalierungsmethoden. Dabei verteilt sie farbige Blätter auf den Boden und stellt Fragen, die die Kinder von eins bis zehn beantworten sollen. Die Beantwortung visualisieren die Kinder auf den farbigen Blättern. Dabei bedeutet eins schlecht und zehn gut (Interview B, 222-227).

Genauso arbeitet sie auch mit Farben. Beispielsweise ordnet sie jedem Gefühl eine Farbe zu und zeigt dadurch auf, dass die Trauer viele verschiedene Farben aufweisen kann. Eine weitere Methode, die sie gerne verwenden möchte, aber noch nicht dazu kam, ist mit Legos zu arbeiten. Auch hier werden die Farben der Legos einem Gefühl zugeordnet (Interview B, 242-249).

Unterschiede Kinder und Jugendliche

Gemäss der Interviewpartnerin B trauern Kinder anders als Erwachsene. Kinder können in einem Moment sehr traurig sein und weinen und in einem nächsten Moment wieder glücklich spielen. Jugendliche hingegen haben durch die Pubertät schon ein Gefühlschaos und deshalb verschieben sie oft die Trauer und behaupten, dass alles in Ordnung ist. Dennoch wollen sie gesehen werden. Wichtig ist, dass den Jugendlichen vermittelt wird, dass sie nicht allein sind und sich bei den Bezugspersonen melden können, wenn sie Nähe brauchen. Zudem sind für die Jugendlichen die Kolleg*innen wichtiger als Erwachsene. Jugendliche können beispielsweise auch beginnen, die Aufgaben der verstorbenen Person zu übernehmen. Kinder beispielsweise können Rückschritte in der Entwicklung zeigen (Interview B, 145-176).

Kinder können sich auch nicht selbst Informationen holen. Deshalb ist es gemäss der Interviewpartnerin B wichtig, dass die Fragen der Kinder ernst genommen und beantwortet werden. Bei den Jugendlichen, die nicht viele Fragen äussern oder sprechen wollen, können beispielsweise Websites vermittelt werden, bei denen sie sich informieren oder Hilfe holen können (Interview B, 182-191).

Gemäss der Interviewpartnerin C sind für Jugendliche eher die Gleichaltrigen wichtiger (Interview C, 149-152). Mit Kindern kann beispielsweise mit Bilderbüchern gearbeitet werden. Sie verwendet spezifische Bilderbücher zum Thema Tod und Trauer (Interview C, 212-221).

Gemäss der Interviewpartnerin D gibt es Unterschiede bei der Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen. Sie findet es wichtig auf die Kinder einzugehen und deren Entwicklungsstand in der Begleitung miteinzubeziehen. Obwohl sie nicht die gleichen Methoden bei Kindern anwendet, wie bei Erwachsenen, ist es für sie wichtig, gegenüber den Kindern ehrlich zu sein. Beispielsweise erklärt sie den Kindern anhand von Kinderbüchern, dass die verstorbene Person Depressionen hatte.

Bei Jugendlichen arbeitet sie mit Musik und Liedtexten. Sie analysiert beispielsweise die Liedtexte gemeinsam mit den Jugendlichen (Interview D, 173-185).

Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen

Mit weiteren Fachpersonen arbeitet Interviewpartnerin A zusammen, wenn Suizidgedanken bei Trauernden vorhanden sind. Sie leitet die Trauernden dann an Psycholog*innen weiter (Interview A, 191-197). Die Interviewpartnerin B ratet den Trauernden bei der Annahme von komplizierter Trauer zu einer Therapie (Interview B, 310-315). Gemäss der Interviewpartnerin C ist es wichtig, die eigenen Grenzen zu kennen und gut vernetzt zu sein (Interview C, 232-333).

Finanzierung

Gemäss allen Interviewpartnerinnen finanziert die Krankenkasse die Trauerbegleitung nicht (Interview A, 403-410, Interview B, 343-352, Interview C, 274-275, Interview D, 191-197).

Die Interviewpartnerin A stellt die Erstintervention nicht in Rechnung. Die weiteren Trauerbegleitungen werden von den Trauernden finanziert. Sie teilt zudem mit, dass sie beispielsweise für Studierende Sonderpreise verrechnet (Interview A, 403-410).

Die Interviewpartnerin B erzählt, dass viele Trauernde die Trauerbegleitung nicht finanzieren können und dadurch psychisch krank werden. Sie arbeitet teilweise ehrenamtlich. Ihr Verein kann zudem mit Spenden finanziert werden (Interview B, 343-352). Auch die Interviewpartnerin C kann die Trauergesprächsgruppe über Sponsoren wie Palliativ Bern finanzieren (Interview C, 168-172). Sie erzählt, dass viele Menschen die Seelsorge nicht finanzieren wollen. Vorzugsweise finanzieren sie Autos und den damit verbundenen Service. Doch leider meint sie, ist dies unser System. Sie erzählt, dass sie einen Fall hatte, in der eine Pensionskasse des Arbeitgebers die Trauerbegleitung mitfinanziert hat (Interview C, 280-298). Die Interviewpartnerin D teilt mit, dass eine Stunde bei der Trauerbegleitung CHF 120.- kostet.

Die Tätigkeit Trauerbegleitung findet bei verschiedenen Arten von Verlusten statt. Die Vorgehensweise unterscheidet sich bei den Interviewpartnerinnen, basiert jedoch viel auf

kreative Methoden. Für Trauerbegleiterinnen ergibt sich die Möglichkeit, sich mit anderen Fachpersonen zu vernetzen. Doch Trauerbegleitung als Tätigkeit wird durch die Krankenkassen nicht finanziert und unterstützt.

7.3 Persönliches

Ausbildung

Die Interviewpartnerin A hat Sterbebegleitung ehrenamtlich ausgeübt (Interview A, 26-27). Anschliessend hat sie die Ausbildung zur Sterbebegleitung und zwei Jahre später die Ausbildung zur Trauerbegleitung absolviert (Interview A, 29-31).

Die Interviewpartnerin B hat ihre Weiterbildung zur Sterbebegleitung beim Roten Kreuz absolviert. Sie hat danach eine zweijährige Ausbildung namens Sterbeamee in Deutschland abgeschlossen. Sie wollte sich auf Kinder und Jugendliche spezialisieren und hat somit noch eine Lehre als Kinder- und Jugendlichentrauerbegleiterin gemeistert (Interview B, 39-47). Auch die Interviewpartnerin C hat die Ausbildung zur Sterbebegleitung absolviert (Interview C, 88-92). Später hat sie die Ausbildung zur Trauerbegleitung gemeistert (Interview C, 96-101). Die Interviewpartnerin D hat die Ausbildung zur Trauerbegleitung absolviert (Interview D, 52-60).

Glauben und eigener Umgang mit Verlusten

Für die Interviewpartnerin A ist Spiritualität wichtig, unabhängig von der Religion oder dem Glauben, geht sie davon aus, dass alle Spiritualität haben. Sie findet zudem Rituale wichtig, da sie Ordnung und Struktur vermitteln (Interview A, 443-447). Die Interviewpartnerin B hat die Hoffnung die verlorenen Menschen wiederzusehen (Interview B, 281-285). Auch die Interviewpartnerin D glaubt an ein Leben nach dem Tod. Sie weiss nur nicht in welcher Form dies sein wird (Interview D,

Die Interviewpartnerin A erzählt, dass sie selbst fest trauert. Sie weiss durch ihre Tätigkeit als Trauerbegleiterin, dass sie Menschen um sich hat, die sie unterstützt. Sie erzählt, dass sie auch handlungsfähig bleibt. Sie nimmt sich Zeit zum Trauern und kommuniziert ihre Trauer auch offen gegenüber Anderen (Interview A, 634-646).

Die Interviewpartnerin B erzählt, dass sie sich bewusst Zeit genommen hat, um zu weinen. Sie zählt zu ihren Trauerressourcen die Natur sowie das Musikhören (Interview B, 265-276). Die Interviewpartnerin D erzählt, dass in ihrer Familie immer offen mit Trauer umgegangen wurde. Trauer war nie ein Tabuthema. Den offenen Umgang mit Trauer hat sie für die eigene Bewältigung mitgenommen (Interview D, 236-248).

7.4 Möglichkeiten für die Soziale Arbeit

Auftrag

Die Interviewpartnerin A sieht die Möglichkeit der Sozialen Arbeit darin, das Angebot der Trauerbegleitung niederschwelliger erreichbar zu machen. Es stellt sich die Frage wie wird Trauerarbeit organisiert und wie erreichen die Betroffenen die Angebote. Beispielsweise liegt der Auftrag der Sozialen Arbeit darin, den Betroffenen zu zeigen, wie sie zu dieser Hilfestellung finden (Interview A, 387-391) und früher zu intervenieren. Das heisst bevor eine Person eine Verlustsituation erlebt (Interview A, 482-489). Vor allem sieht sie den Auftrag der Sozialen Arbeit darin ressourcenorientiert zu arbeiten (Interview A, 496-498). Genauso Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung bezüglich der Trauer zu sensibilisieren (Interview A, 504-507). Gemäss der Interviewpartnerin A, leistet die Soziale Arbeit bereits viel Trauerbegleitung. Sie erklärt, dass die Soziale Arbeit ein Bewusstsein für die Trauerarbeit im Alltag entwickeln müsste. Somit wäre es nicht notwendig die Trauerbegleitung in die Soziale Arbeit einzugliedern, da es bereits ein Bestandteil wäre (Interview A, 524-532). Sie erklärt, dass Sozialarbeitende oftmals mit Trauer im Arbeitsalltag konfrontiert sind. Beispielsweise bei der Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde, wo Familiensysteme verändert werden (Interview A, 572-581).

Die Interviewpartnerin B findet, dass Trauerbegleitung ein Thema in der Sozialen Arbeit sein soll, da Sozialarbeitende immer mit Personen in Kontakt kommen, welche Verluste erleben. Sie findet, dass ein Modul zum Thema Trauer im Studium angeboten werden sollte (Interview B, 375-379).

Die Interviewpartnerin C sieht den Auftrag der Sozialen Arbeit darin, Menschen zu unterstützen die einen Verlust erlebt haben. Beispielsweise den Betroffenen zu zeigen, wie sie sich Trauerbegleitung leisten können oder wie sie ihre Arbeitsstelle nicht verlieren, wenn sie eine geliebte Person verloren haben (Interview C, 388-393). Dabei sollen Sozialarbeitende Betroffenen helfen die äusseren Umstände zu bewältigen. Das heisst, zu überprüfen, ob sie Unterstützung haben und gegebenenfalls an Fachpersonen zu vermitteln (Interview C, 388-393). Auch die Interviewpartnerin D sieht die Soziale Arbeit sehr nahe am Thema Trauer und den Gefühlswelten von Kindern. Eine Aufgabe der Sozialen Arbeit ist den Betroffenen zu helfen Konflikte zu lösen (Interview D, 310-313).

Handlungsfelder

In den Interviews wurde die Schulsozialarbeit sehr schnell als Handlungsfeld der Sozialen Arbeit für Trauerbegleitung genannt (Interview B, 359) (Interview C, 359) (Interview D, 291).

Schulsozialarbeit

Der Schulsozialarbeit werden viele Möglichkeiten zugeschrieben, besonders weil Interviewpartnerin B davon ausgeht, dass die Lehrpersonen oftmals überfordert sind. Sie ist der Meinung, dass wenn ein Kind sich eine Auszeit nehmen kann von einer Lektion und die Schulsozialarbeiter*innen Ahnung von Trauerarbeit haben, kann das gut übernommen werden (Interview B, 359-365).

Für die Interviewpartnerin C ist es wichtig, dass die Schulsozialarbeiter*innen die Kinder und Jugendlichen dort abholen, wo sie sind, wo sie jetzt stehen und was sie am meisten beschäftigt. Auch stellt sich die Frage, ob sie von der Schulsozialarbeit begleitet werden wollen (Interview C, 359-366).

In der Schule gibt es immer wieder Kinder, die trauern, weil sie Familienangehörige verlieren oder diese im Spital sind. Da besteht viel Potenzial, dem sich die Schulsozialarbeit annimmt. Schulsozialarbeiter*innen können mit Schulklassen Trauer spielerisch oder mit Bilderbüchern thematisieren. Gefühlskarten können verwendet werden, um herauszufinden wie es den Kindern geht. Auch können in dem Bereich Fragen gestellt und beantwortet werden. Schulsozialarbeiter*innen können Eltern zudem Unterstützung bieten. Die Wichtigkeit, dass es kein Tabuthema ist, wird von der Interviewpartnerin herausgestrichen (Interview D, 291-297).

Die Möglichkeiten für die Soziale Arbeit ergeben sich durch den Auftrag und die Handlungsfelder. Ein oft genanntes Handlungsfeld ist die Schulsozialarbeit.

7.5 Grenzen für die Soziale Arbeit

Ausbildung und Qualifikation

Interviewpartnerin B ist einerseits der Meinung, dass Trauerbegleitung eine Weiterbildung bedarf, oder aber, dass selbst so ein Schicksal durchlebt werden müsse, damit ein Verständnis aufgebaut werden kann. Sie ist der Meinung, dass es nicht zwingend Trauerbegleiter*innen sein müssen, die Trauerbegleitung leisten. Eigene Erfahrungen und die Auseinandersetzung mit der Thematik legen den Grundstein für Trauerbegleitung. Das Wissen ist wichtig aber der grösste Teil ist die Menschlichkeit (Interview B, 394-401).

Aus den uneinheitliche Ausbildungen der Interviewpartnerinnen und ihren Aussagen lässt sich ableiten, dass Trauerbegleitung zwar nicht nur durch ausgebildete Trauerbegleiterinnen erfolgen sollte, es aber sinnvoll ist eine Ausbildung zur Trauerbegleitung zu absolvieren. Für die Soziale Arbeit heisst das also, dass es auch für sie nicht zwingend eine Ausbildung zur Trauerbegleitung bedarf. Somit kann behauptet werden, dass alle Fachpersonen der Sozialen Arbeit Trauerbegleitung leisten können, sofern sie verständnisvoll und menschlich sind.

Einstellung

Mit Einstellungen wird die persönliche Haltung der Trauerbegleiter*innen verstanden. Dabei spielt einerseits die eigene Trauer der Fachpersonen eine wichtige Rolle (Interview A, 572-590). Andererseits sollen Begleiter*innen sich bewusst sein, dass sie niemand retten können. Sie sollen den Trauernden mit der Einstellung, dass man jemandem lediglich die Hand reichen oder begleiten kann, begegnen (Interview B, 404-407). Dabei sollten sie frei von Erwartungen sein und das eigene Ego und Vorstellungen bezüglich des Ablauf zurückstellen und dennoch authentisch sein (Interview B, 420-437). Bei der Begleitung ist die Erkennung der Grenzen des eigenen Handelns elementar (Interview C, 325-328, Interview B, 404-407). Damit man an entsprechende Fachpersonen verweisen kann, ist eine gute Vernetzung hilfreich (Interview C, 325-437). Auch die Grenzen der Klientel sollen berücksichtigt werden, um ihnen dort Unterstützung anzubieten, wo sie diese gegenwärtig benötigen (Interview C, 352-359).

Es lässt sich festhalten, dass es Grenzen bezüglich den Einstellungen der Begleiter*innen gibt. Trauerbegleiter*innen müssen sich mit sich selbst auseinandersetzen, sich der eigenen Trauer bewusst sein und sich die Grenzen des eigenen Handelns vergegenwärtigen. Sobald sie erkennen, dass sie an ihre persönlichen Grenzen stoßen, sollen die nötigen Schritte eingeleitet werden. Den Grenzen der Trauernden soll Beachtung geschenkt werden und ihnen soll unvoreingenommen, offen, authentisch und ohne erwartende Haltung begegnet werden. Wichtig scheint, dass Begleiterinnen nicht davon ausgehen sollen andere retten zu wollen. Sie sollen den Trauernden lediglich die Hand reichen.

Ressourcen (Finanzen / Personal / Fachstellen)

Aufmerksamkeit/Medien/Bekanntheit

Über Trauer wird nicht oft und gerne gesprochen, da, das häufig als ansteckend, empfunden wird (Interview A, 51-56). Sterben, Tod und Trauer ist nicht attraktiv. Weinen wird als leid und als schmerzhaft wahrgenommen und wird so nicht mit Reinigung und mit Klärung konnotiert. Wenn jemand weint ist es einfacher wegzuschauen als hinüberzugehen und zu fragen, ob sie irgendetwas brauchen (Interview A, 513-517). Dennoch ist Trauer kein Tabuthema (Interview A, 45-57, Interview D, 291-297). Beispielsweise im November werden häufiger Berichterstattungen bezüglich Kindertrauer ausgestrahlt. Ein aktuelles Beispiel sind die Berichterstattung rund um die Krebserkrankung der Prinzessin Kate. Damit werden in der Gesellschaft die Auswirkungen thematisiert, mit denen ihre Kinder konfrontiert sind. Das ist gute Publicity für Trauerbegleitung (Interview C, 306-314).

Finanzierung

Gemäss Interviewpartnerin C beläuft sich der Stundenansatz von Trauerbegleiter*innen auf CHF 120.- und werden nicht von der Krankenkasse getragen (Interview A, 403-410, Interview B, 343-352, Interview C, 274-275, Interview D, 191-197). Das hat zur Folge, dass sich nicht alle Menschen Trauerbegleitung leisten können und somit Grenzen gesetzt werden.

Viele Aspekte der SA

Die Soziale Arbeit deckt sehr viele Bereiche ab und begegnet so komplexen Themen (Interview C, 396-398). Dabei gilt die Zeit als wichtige Komponente (Interview D, 211-213). Beispielsweise hat man bei der kirchlichen Sozialarbeit viel mehr Zeit sich mit dem Thema zu befassen und sich dem anzunehmen, als wenn man bei einem Sozialdienst arbeitet. Auf einem Sozialdienst kümmert man sich um dutzende Fälle und somit sind die zeitlichen Ressourcen für die Einzelnen begrenzt. Beispielsweise wenn das Kind einer Frau gestorben ist, aber die Sozialarbeiter*innen sich um die Einrichtung der Wohnung kümmern müssen so können sie sich in ihrem Auftrag nicht auch noch um die Trauerbegleitung kümmern. Interviewpartnerin B verweist somit auf strukturelle Grenzen (Interview B, 408-414).

Für die Interviewpartnerinnen war es teilweise schwierig die Grenzen der Sozialen Arbeit zu benennen (Interview D, 318-324).

Zuständigkeiten

Erreichbarkeit:

Trauernden stehen im Oberwallis das Psychiatrie Zentrum Oberwallis (PZO) und einzelne Trauerbegleiter*innen zur Verfügung (Interview A, 45-56). Als Erstintervention existiert nur im Mattertal ein Care Team (Interview A, 370-385) und ist somit nur einer bestimmten Gruppe zugänglich.

Folgende Aussage zeigt auf, dass man im Oberwallis über ein gutes Beziehungsnetz verfügen muss, um Angebote zu erreichen «Also dann sind wir darauf angewiesen, dass irgendjemand weiss, dass irgendjemand gibt, wo man irgendwie über 175 ecken organisieren kann und wo vielleicht noch Schwein hat, das der Einte, wo man organisiert, gerade Zeit hat.» (Interview A, 370-385).

Der Kanton Bern verfügt gemäss Interviewpartnerin A über ein wunderbar funktionierendes Care Team. Das Care Team wird kantonal geregelt und finanziert. Sie verfügen über Care Gifers die von einer Fachstelle, die mit Psychologinnen und Psychologen und Sozialarbeiter arbeiten, aufgeboden werden. Das funktioniert vorbildlich Ein Care Team auch in den anderen

Regionen im Oberwallis anzubieten, ist wünschenswert und wird angestrebt. Ein Care Team ist eine Erstintervention die Anschlusslösung wird in Bern gerade aufgebaut (Interview A, 370-385).

Pathologisch / Psychiatrie

Sobald pathologische oder komplizierte Aspekte auftauchen, verweisen die Interviewpartner*innen die Trauernden an Fachpersonen (Interview A, 191-197, Interview B, 310-315, Interview C, 316-333), weil sie selbst nicht therapeutisch ausgebildet sind (Interview C, 330-339).

Interviewpartnerin C arbeitet gelegentlich mit der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern (UPD) zusammen. Beispielsweise durch WohnAutonom wurde Interviewpartnerin C eine Familie durch Sozialarbeiter*innen vermittelt. Zwischenzeitlich kommt es vermehrt vor, dass Beratungsstellen sowie Psychologen und Psychologinnen, die lange Wartelisten haben, Trauernde an Interviewpartnerin C vermitteln. So können in der ersten Akutphase nach einem Tod die Angehörigen, die therapeutische Begleitung benötigen, von Trauerbegleiterinnen unterstützt werden. Hier erkennt die Interviewpartnerin klar ihre Grenzen. Für sie ist es von Bedeutung mit anderen Fachleuten, wie Ergotherapeut*innen, Körpertherapeutinnen zusammen zu arbeiten. Mit Sozialarbeiter*innen kommt sie dann in Kontakt, wenn Trauernde über den Sozialdienst von einer Gemeinde vermittelt werden (Interview C, 316-333).

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass den Trauerbegleiter*innen bezüglich therapeutischer Fachkenntnissen Grenzen gesetzt sind. Die Vernetzung zwischen den unterschiedlichen Akteuren ist sehr bedeutsam.

Keine Normalität

Die Soziale Arbeit kann nicht ohne Trauerbegleitung sein und ist ein grosser Teil der Arbeit (Interview A, 549-595)

Leider ist es noch nicht so, dass bei einem Ereignis eine Fachperson beigezogen wird und mit dem Kind auf eine völlig normale Art über das Thema redet und Kinder dort abholt, wo sie tatsächlich stehen. Es soll vorgehoben werden, dass Trauer ein völlig normaler Prozess ist (Interview A, 620-624).

Bedarf

Angebote für Trauernde bestehen begrenzt, werden aber auch nur begrenzt benötigt (Interview A, 45-56). Auch Interviewpartnerin B geht davon aus, dass der Mensch, wenn er in

einem gesunden Umfeld ist, in einer gesunden Gesellschaft lebt ohne Trauerbegleitung auskommt. Doch in der aktuellen Situation geht sie davon aus, dass der Bedarf hoch ist. Es hat sich in unserer Gesellschaft verändert es ist nicht mehr so wie früher als man sich auf die Dorfgemeinschaft verlassen konnte. Heute muss man sich seine Gemeinschaft allein zusammensuchen und wenn man gut aufgehoben ist dann braucht es nicht unbedingt eine Trauerbegleitung (Interview B, 324-332). Interviewpartnerin C und D unterstreichen, dass es durchaus Familien gibt, die keine Begleitung benötigen (Interview C, 270-274) (Interview D, 197-201).

Alle Interviewpartnerinnen sind davon überzeugt, dass nicht alle Trauernden Trauerbegleitung benötigen. Dadurch zeigt sich klar, dass es nur eine begrenzte Nachfrage nach Trauerbegleitung gibt.

Wo und wie die Soziale Arbeit Trauerbegleitung etablieren, könnte konnten die Interviewpartnerinnen nur teilweise beantworten. Sie haben das teilweise sogar selbst als schwierig zu beantworten bezeichnet (Interview D, 309-310). Einerseits weil sie die bestehenden Angebote und andererseits die Möglichkeiten der Sozialen Arbeit nicht genau kennen. Interviewpartnerin C geht davon aus, dass die Soziale Arbeit eine Vermittlerrolle einnehmen kann (Interview C, 368-372). Interviewpartnerin D geht davon aus, dass die Sozialarbeiter*innen sehr nahe dran sind und darum ist es eine der wichtigsten Stellen (Interview D, 310-313).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich unterschiedliche Grenzen für die Soziale Arbeit ergeben. Trauer ist kein Tabuthema, dennoch wird nicht so gerne darüber gesprochen. In den Medien wird darüber berichtet, was zu stärkerem Bewusstsein und einer Sensibilisierung in der Gesellschaft führt. Da nicht alle trauernden Menschen auf Trauerbegleitung angewiesen sind, ergeben sich Grenzen hinsichtlich des Angebots. Auch bei der Zugänglichkeit der Angebote konnten Grenzen ausgemacht werden. Beispielsweise spielen finanzielle und zeitliche Ressourcen eine Rolle.

8. Schlussfolgerung

Für die Beantwortung der Fragestellungen werden die theoretischen Bezüge und die Auswertung der Interviews verwendet. In einem ersten Schritt werden die drei Unterfragen erläutert, um anschliessend die Hauptfrage beantworten zu können.

8.1 Wie sieht Trauerbegleitung konkret in der Praxis aus?

Durch die interessanten Gespräche mit den Interviewpartnerinnen haben die Autorinnen einen kurzen Einblick in deren Tätigkeiten erhalten. Sie haben aufgezeigt, wie die Trauerbegleitung abgehandelt wird. Eine Interviewpartnerin stellte die Behauptung auf, dass den Personen, welche bei ihr Trauerbegleitung in Anspruch nehmen, die Fähigkeit, allein mit der Trauer zurechtzukommen, fehlt. Die Befragten stellten zudem fest, dass Trauerbegleitung nicht ausschliesslich bei Todesfällen beansprucht wird. Weitere Gründe für eine Trauerbegleitung können Verluste von Partnerschaften, der eigenen Heimat oder bei einem unerfüllten Kinderwunsch sein.

Der Ablauf der Betreuung läuft bei allen Interviewpartnerinnen ähnlich ab, so besuchen die ausgewählten Trauerbegleiterinnen die Familien beim Erstkontakt zuhause. Da dies vor allem für Kinder die perfekten Voraussetzungen darstellen: Weniger Fremdeinwirkungen und dass der Rückzugsort im eigenen Heim vorhanden ist. Für die Durchführung der Trauerbegleitungen arbeiten alle Interviewpartnerinnen mit kreativen Methoden. Die Interviewpartnerin A arbeitet mit Ritualen und führt für die Trauernden unter anderem ein Ritualtagebuch. Bei Kindern baut sie die Sinne mit in die Trauerbegleitung ein. Bei ihnen werden oftmals Farben zur Veranschaulichung der Trauer verwendet. Zudem werden die Farben mit Spielen und Bildergeschichten klassifiziert. Den in der Theorie erörterten Entwicklungsstufen werden gemäss Aussagen der Interviewpartnerinnen in der Praxis Rechnung getragen. Die Hälfte der Befragten äusserten sich, dass die Trauerbegleitung freiwillig beansprucht werden muss. Die Trauerbegleiterinnen stossen gelegentlich an ihre eigenen Grenzen und sind auf Unterstützung von Dritten, wie Psycholog*innen angewiesen.

Das Trauermodell von Worden, welches im zweiten Kapitel erläutert wurde, wird von den Interviewpartnerinnen B, C und D angewandt. Zudem wurden die Konzepte und das Verständnis vom Tod durch Kindern und Jugendlichen im dritten Kapitel erläutert.

8.2 Wie kann Trauerbegleitung in den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit integriert werden?

Der Verlust von geliebten Menschen und deren Bewältigung kann den Alltag von Trauernden in den meisten Handlungsfeldern beeinflussen. Die Soziale Arbeit kann diese Trauerbegleitung gemäss den befragten Interviewpartnerinnen ein geeignetes Handlungsfeld bieten. Dies kann in Schulen vollzogen werden. Bei einem Todesfall in einer Schule kann, gemäss

Interviewpartnerin A, die Soziale Arbeit Entlastung für die Lehrpersonen bieten. Gemäss Krüger (2022) kann die Erkennung von Verlusten in den unterschiedlichen Biografien als Aufgabe der Sozialen Arbeit bezeichnet werden. Zudem zählen zu den sozialpädagogischen Aufgaben die Unterstützung und Begleitung von Individuen in kritischen Lebenssituationen oder Krisen. Die Theorie von Krüger besagt, dass bei der Ausbildung von Sozialarbeiter*innen Trauer ein wichtiger Bestandteil sein soll (S.109-111). Diese Aussage wird durch die Befragten unterstrichen, da diese einstimmig begründen, dass gewisse Module um das Thema Trauer angeboten werden sollten. Die Interviewpartnerin D sagte aus, dass die Hauptaufgabe der Sozialen Arbeit darin bestehe, Konflikte zu lösen. Trauernde stehen bei einem Verlust vor diversen Konflikten, wie die Anforderungen der Arbeitgeber*innen oder der Schule trotz des Schmerzes zu erfüllen.

8.3 Welche Grenzen ergeben sich daraus für die Soziale Arbeit?

Aus den Interviews ergeben sich für Soziale Arbeit Grenzen bezüglich der Ausbildung, der Einstellungen, den Ressourcen und der Zuständigkeit.

Ausbildung und Qualifikation.

Sämtliche Interviewpartnerinnen haben eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin abgeschlossen. Drei von vier sind zudem noch Sterbebegleiterinnen. Wie in Kapitel 4.1.2. ausgeführt am Beispiel der HES-SO gibt es unter anderem für Fachpersonen der Sozialen Arbeit diesbezüglich spannende Weiterbildungsmöglichkeiten. Doch auch für andere Berufsgruppen bestehen Möglichkeiten, was die Ausbildungen und die Werdegänge der Interviewpartnerinnen zeigen. Die Interviewpartnerin B ist der Meinung, dass es nicht zwingend eine Qualifikation bedarf, Komponenten wie Menschlichkeit scheinen ihr bedeutsam. Im Kapitel 4.1 wurde festgehalten, dass die Trauerbegleitung sowohl auf professioneller Ebene, also durch fachliche Kompetenz, als auch durch Familien, Freunde und Nachbarn auf mitmenschlicher Ebene erfolgen kann.

Einstellungen

Im Interview B wurden die eigenen Grenzen sowie die Auseinandersetzung mit sich selbst angesprochen. Im Kapitel 4.2.2 bezüglich Grenzen in der Institution Schule wurden die persönlichen Grenzen, die Belastbarkeit und der Individualität der Lehrpersonen ebenfalls herausgestrichen. Die Haltung gegenüber Trauernden soll unvoreingenommen, offen, authentisch und erwartungslos sein. Besonders in Hinblick auf die Lektionen von Schuurman die im Kapitel 4.2 behandelten wurden scheint es wichtig, dass Fachpersonen mit folgenden Einstellungen Trauerarbeit leisten: Den Kindern ihr Wissen zugestehen und unvoreingenommen zu sein und ihnen erlauben in ihrer Form zu trauern und dem Bedeutung schenken. Sich nicht zu sehr auf die Theorie fokussieren. Den Kindern gegenüber ehrlich sein

und ihnen die Wahrheit sagen und Entscheidungsfreiheit geben. Und am wichtigsten zuhören. Schuurman sagt auch, dass man Kinder nicht heil machen kann,

Ressourcen

im Kapitel 4.2.2. wurden die unterschiedlichen Ressourcen und die Einbindung und Vernetzung an die lokalen Versorgungs- und Unterstützungsmöglichkeiten, die institutionellen und professionellen Grenzen thematisiert. Dabei geht es um den verbindlichen Umgang mit Trauer- und Krisensituationen. Bestehen in den Institutionen bereits definierte Vorgaben und Angaben zu Fachpersonen, die hinzugezogen werden können.

Die Soziale Arbeit befasst sich mit einer Vielzahl von Themen, die eine Komplexität aufweisen und zusammenhängend mit dem Auftrag gibt es auch zeitliche Grenzen. Interviewpartnerin D bezieht sich auf das Beispiel Sozialdienst. Sozialarbeiter*innen eines Sozialdienstes haben nicht die Kapazität, neben Sozialhilfe noch zusätzlich Trauerbegleitung zu leisten.

Die finanzielle Lage kann eine weitere Grenze darstellen. Eine Interviewpartnerin verrechnet einen Stundenansatz von bis zu 120 Franken, welcher von den Trauerfamilie eigenständig getragen wird, falls keine finanzielle Unterstützung von Dritten erfolgt.

Zuständigkeiten

Den Autorinnen scheint es so, als ob die Zuständigkeit nicht klar geregelt ist. Bei Erstinterventionen kann ein Care Team angeboten werden. Die Wichtigkeit der Interdisziplinären Zusammenarbeit und die Vernetzung der verschiedenen Akteuren verdeutlichen sich in den Interviews.

In der Stadt ist Trauerbegleitung gemäss Interviewpartnerin A niederschwelliger erreichbar. Wie in Kapitel 4.1.1 erwähnt ist es für Trauernde eine Hürde sich Hilfe zu holen und einen ersten Kontaktversuch zu wagen. Besonders für Jugendliche, die sowieso verunsichert sind. Die Hürde sich um Unterstützung und Begleitung zu kümmern oder solchem Bestreben der Eltern oder anderen Personen zuzustimmen, ist grösstenteils hoch.

Sobald es sich um komplizierte Trauer handelt, oder es pathologisch wird, verweisen die Interviewpartnerinnen auf andere Fachpersonen.

Normalität

Trauerbegleitung macht einen grossen Teil der Arbeit aus und die Soziale Arbeit kann nicht ohne Trauerbegleitung sein (Interview A, 549-595). Es ist noch nicht so, dass bei einem Ereignis automatisch eine Fachperson beigezogen wird (Interview A, 620-624).

Bedarf

Die Interviewpartnerinnen sind sich sicher, dass nicht alle Menschen Trauerbegleitung benötigen. In Kapitel 4.1 wird beschrieben, dass Trauerbegleitung auch durch Familie, Freunde oder Nachbarn auf mitmenschlicher Ebene erfolgen kann (Diebold, 2013, S. 55).

8.4 Beantwortung der Fragestellung

Durch die literarischen Recherchen und die Interviews konnte ein Einblick in die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen gewährt werden. Es zeichneten sich einige Möglichkeiten und Grenzen der Sozialen Arbeit ab. Die aufgestellte Fragestellung: «Wie gestaltet sich die Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen und wo gibt es Möglichkeiten und Grenzen in den Handlungsfeldern der Sozialen Arbeit?» konnte teilweise mit der Beantwortung der Unterfragen erarbeitet werden. Bei Menschen handelt es sich um Individuen, somit kann die Fragestellung nicht mit einer einfachen Antwort geklärt werden, jedoch konnten die Autorinnen sicherlich geeignete Vorgehensweisen erläutern und die Grenzen sowie die Handlungsfelder erörtern.

Literaturverzeichnis

- Albrecht, G. & Groenemeyer, A. (2013). *Handbuch soziale Probleme*. Springer-Verlag.
- Bender, J. (2019). *Praxisbuch Trauerbegleitung: Trauerprozesse verstehen, begleiten, verwandeln*. Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-59100-0>
- Bernard, S. & Scholer, M. (2021). Grenzen der Trauerarbeit. In M. Böhmer & G. Steffgen (Hrsg.), *Trauer an Schulen: Basiswissen und Hinweise zum Umgang mit Sterben und Tod* (S. 165-179). Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-62759-4>
- Berner Fachhochschule, (2024). *Bachelor of Science Soziale Arbeit*. Abgerufen am 22. April 2024, von https://www.bfh.ch/soziale-arbeit/de/studium/bachelor/soziale-arbeit/?gad_source=1&qclid=Cj0KCQjwZixBhCoARIsAIC745DeIMfZ6yz9MDA0AGUg7B65bPXpP0zN2lhqpcLTWsa1NOG21htR7M8aAtk5EALw_wcB&qclsrc=aw.ds
- Blank, D. (2023). *Mir hat niemand zu sagen, wie ich trauern soll: Eine Diskursanalyse der Trauer im Kontext des DSM-5*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-42323-0>
- Bolten, M. (2021). Klinische Bindungsforschung. In S. Schneider & J. Margraf (Hrsg.), *Lehrbuch der Verhaltenstherapie: Psychologische Therapie bei Indikationen im Kindes- und Jugendalter* (2. Aufl., S. 51-72). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-57369-3>
- Bowlby, J. (2006). *Verlust: Trauer und Depression* (Vom Scheidt, E., Übers.). Ernst Reinhardt Verlag. (Originalquelle veröffentlicht in 1980).
- Bundesamt für Statistik (2023, 7. November) *Todesfälle nach Altersklasse* <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/geburten-todesfaelle/todesfaelle.assetdetail.29270811.html>
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Helming, E., Blüml, H. & Schattner, H. (1994). Handbuch Sozialpädagogische Familienhilfe. In *Schriftenreihe Band 182*. Kohlhammer. <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/95350/956842b20540cd9b89cf5c8bea32200e/sr-band-182-sozialpaedagogische-fh-data.pdf>
- Bundesverband Trauerbegleitung e. V. (2023, 19. September) *Standards in der Trauerbegleiterqualifikation / Bundesverband Trauerbegleitung*. Bundesverband Trauerbegleitung. Abgerufen am 16. April 2024 von <https://bv-trauerbegleitung.de/qualifizierung/standards-in-der-trauerbegleiterqualifikation/>
- Canacakis, J. (2002). *Ich begleite dich durch deine Trauer* (15. Aufl.). Kreuz Verlag.
- Chomé, J., Hentges, M., Hück, A., Nicolas, S., Paulsen, G. & Grün, H. (2022). Trauererleben, Trauerbewältigung und die professionelle Unterstützung bei Kindern und Jugendlichen: Theoretische Konzepte und praktische Erfahrungen am Beispiel des Kanner-a Jugendservice von Omega 90. In A. Heinen, R. Samuel, C. Vögele & H. Willems

- (Hrsg.), *Wohlbefinden und Gesundheit im Jugendalter: Theoretische Perspektiven, empirische Befunde und Praxisansätze* (553–574). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-35744-3>
- Défayes, F. (2012), *Beerdigungsbrauchtum im Wallis*. Etat du Valais. Abgerufen am 24. April 2024, von <https://www.vs.ch/documents/249470/14131302/Beerdigungsbrauchtum+im+Wallis.pdf/a1c48aa6-a192-8eec-4ac4-baaddaea0421?t=1638276438901#:~:text=Das%20Ritual%20soll%20helfen%2C%20das,nach%20der%20Beerdigung%2C%20die%20Jahrzeitmessen%E2%80%A6>
- Diebold, R. (2013). *Trauerbegleitung von Jugendlichen: Bausteine professionellen Handlungswissens in der Offenen Jugendarbeit*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-02057-6>
- Dobroschke-Bronemann, A. (2014). Verwitwete Eltern und ihre Kinder. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 372-381). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Domsch, H., Lohaus, A. & Fridrici, M. (2016). *Kinder im Stress: Wie Eltern Kinder stärken und begleiten* (2. Aufl.). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-47719-9>
- Dresing, T. & Phel, T. (2013). *Praxisbuch Interview, Transkription & Analyse: Anleitungen und Regelsysteme für qualitativ Forschende* (5. Aufl.). Eigenverlag.
- Eyetsemitan, E. F. (2023). *Verstorbenen-fokussierte Trauerbewältigung: Ein alternativer Ansatz*. Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-42080-1>
- Farrenberg, D. & Schulz, M. (2020). *Handlungsfelder sozialer Arbeit: Eine systematisierende Einführung*. Juventa Verlag.
- Fischinger, E. (2014). Das Undenkbare denken lernen – Kinderwissen und Kinderweisheit im Umgang mit dem Tod. In S. Kränzle, U. Schmid & C. Seeger (Hrsg.), *Palliative Care: Handbuch für Pflege und Begleitung* (5. Aufl., S. 437-452). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-642-41608-8>
- Franz, M. (2009). *Tabuthema Trauerarbeit. Kinder begleiten bei Abschied, Verlust und Tod* (4. Aufl.). Don Bosco Medien.
- Freud, S. (1999). Trauer und Melancholie. In A. Freud, E. Bibring, E. Kris & O. Isakower (Hrsg.), *Gesammelte Werke: Werke aus den Jahren 1913–1917* (428–446). Fischer Taschenbuch Verlag.
- Freud, S. (1999). Zeitgemäss über Krieg und Tod: Unser Verhältnis zum Tode. In A. Freud, E. Bibring, E. Kris & O. Isakower (Hrsg.), *Gesammelte Werke: Werke aus den Jahren 1913–1917* (341–355). Fischer Taschenbuch Verlag.
- Fülbier, U. & Goldmann, J. (2016). Trauerbegleitung. In Arbeitskreis psychosozialer Fachkräfte in Hospiz- und Palliativeinrichtungen in NRW (Hrsg.), *Nordrhein-westfälisches*

- Qualitätskonzept: Massstäbe für die Soziale Arbeit im Hospiz- und Palliativbereich* (3. Aufl., S. 39-40). Buschmann.
- Fürbier, U. (2014). Bei aller Schwere ein Austausch, der mir gut tut: Gruppen für verwitwete Eltern. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 382-391). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Gebhard, U. (2020). *Kind und Natur: Die Bedeutung der Natur für die psychische Entwicklung* (5. Aufl.). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-21276-6>
- Goldbrunner, H. (1996). *Trauer und Beziehung: Systemische und gesellschaftliche Dimensionen der Verarbeitung von Verlusterlebnissen*. Matthias-Grünwald-Verlag.
- Henseler, A., Lammertz, M. & Röseberg, F. (2014). Es ist gut zu wissen, dass es auch noch andere gibt: Kinder in Trauergruppen begleiten. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 353-365). Vandenhoeck & Ruprecht.
- HEVs. (2024a). HES-SO Valais-Wallis. An. Abgerufen am 10. April 2024, von <https://www.hevs.ch/de/autres-formations/lehrgang-trauerbegleitung-im-beruflichen-alltag-24855>
- Hiller, R. (2018). *Tod und Trauer in der Schule*. «sicher!gesund! https://www.sichergesund.ch/fileadmin/kundendaten/Hefte/Tod_und_Trauer/01_Themenheft/2018_Tod-u-Trauer_online.pdf
- Homfeldt, H. G. & Schulze-Krüdener, J. (2003). *Handlungsfelder der Sozialen Arbeit*. Schneider Verlag.
- Hopp, M. (2015). *Sterben, Tod und Trauer im Bilderbuch seit 1945*. Peter Lang Edition. <https://doi.org/10.3726/978-3-653-06019-5>
- Husi, G. & Villiger, S. (2012). *Sozialarbeit, Sozialpädagogik, soziokulturelle Animation: Forschungsergebnisse und theoretische Reflexionen zur Differenzierung Sozialer Arbeit*. Interact Verlag.
- Kersting, A. (2010). Die Bewältigung von Verlusten – normale und pathologische Trauerprozesse. In V. Arolt & A. Kersting (Hrsg.), *Psychotherapie in der Psychiatrie* (467–478). Springer-Verlag.
- Killikelly, C. & Maercker, A. (2019). Anhaltende Trauerstörung. In A. Maercker (Hrsg.), *Traumafolgestörungen* (5. Aufl., S. 61-78). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-58470-5>
- Kraft, S. (2014). Einzelbegleitung in der Kindertrauer. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 333-345). Vandenhoeck & Ruprecht.

- Kramer, K. & Spangler, G. (2019). Motivationale und emotionale Entwicklung. In D. Urhahne, M. Dresel & F. Fischer (Hrsg.), *Psychologie für den Lehrberuf* (S. 295-314). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-55754-9>
- Krenz, C. (2016). *Ein Beweis des Lebens: Grundlagen der Sozialen Arbeit im stationären Hospiz*. Springer-Verlag.
- Krockauer, R. & Jungbauer, J. (2013). Wegbegleitung, Trost und Hoffnung: Einleitende Gedanken. In J. Jungbauer & R. Krockauer (Hrsg.), *Wegbegleitung, Trost und Hoffnung: Interdisziplinäre Beiträge zum Umgang mit Sterben, Tod und Trauer* (S. 10-18). Verlag Barbara Budrich.
- Krüger, T. (2022). *Trauer in der Sozialen Arbeit: Bedeutung von Verlust und Trost*. Verlag W. Kohlhammer.
- Kuckartz, U. (2014). *Mixed Methods: Methodologie, Forschungsdesigns und Analyseverfahren*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-93267-5>
- Kuckartz, U. (2018). *Qualitative Inhaltsanalyse: Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (4. Aufl.). Beltz Juventa.
- Kuckartz, U. & Rädiker, S. (2020). *Fokussierte Interviewanalyse mit Maxqda: Schritt für Schritt*. Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-31468-2>
- Lammer, K. (2014). *Trauer verstehen: Formen, Erklärungen, Hilfen* (4. Aufl.). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-642-41667-5>
- Langer, J. (2014). Schulische Krisenintervention und Notfallseelsorge in der Schule: Intervention und Hilfe in der akuten Trauersituation. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 323-332). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Lauterbach, M. (2007). *Wie Salz in der Suppe. Aktionsmethoden für Gruppen- und Einzelarbeit*. Carl-Auer Verlag.
- Leu, B. (2019). *Angst, Verlust, Trauer und die Frage nach dem Sinn: Existenzielle Themen in Psychoonkologie und Psychotherapie – Eine Einführung*. Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-23859-9>
- Meyer, S., Brüning-Wolter, B., Fischinger, E., Rudert-Gehrke, R. & Stockstrom, C. (2016). *Trauerbegleitung organisieren*. Kohlhammer Verlag.
- Müller-Busch, C. H. (2021). Entwicklung von Palliative Care in den angelsächsischen und den deutschsprachigen Ländern. In M. Wasner & S. Pankofer (Hrsg.), *Soziale Arbeit in Palliative Care: Ein Handbuch für Studium und Praxis* (2. Aufl., S. 53-58). Verlag W. Kohlhammer.
- Rechenberg-Winter, P. (2014). Der Lebenszyklus: Ein systemisches Modell zur Begleitung. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 346-352). Vandenhoeck & Ruprecht.

- Rechenberg-Winter, P. & Fischinger, E. (2010). *Kursbuch systemische Trauerbegleitung*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn (2017). *Die kirchliche Bestattung - Wege beim Abschied*. Abgerufen am 25. April 2024 von <https://www.refbejuso.ch/grundlagen/gottesdienst/bestattung/>
- Reinthaler, M. & Wechner, H. (2010). *Plötzlich bist du nicht mehr da: Tod und Trauer von Jugendlichen*. Tyrolia.
- Röseberg, F. (2014). Einen Platz im Leben für die Trauer schaffen: Ein Forschungsbeispiel mit Impulsen für die Praxis. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 392-410). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schuurman, L. D. (2014). Ein Club, dem keiner beitreten will: Ein Dutzend Lektionen, die ich von trauernden Kindern und Jugendlichen lernte. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 265-272). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Siegler, R., Saffran, R. J., Gershoff, T. E. & Eisenberg, N. (Hrsg.). (2021). *Entwicklungspsychologie im Kindes- und Jugendalter* (5.Aufl.). Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-62772-3>
- Specht-Tomann, M. & Tropper, D. (2011). *Wir nehmen jetzt Abschied: Kinder und Jugendliche begegnen Sterben und Tod*. Patmos Verlag.
- Staatssekretariat für Bildung, Forschung und Innovation (2024) *Reglementierte Berufe und Merkblätter*. Schweizer Eidgenossenschaft. Abgerufen am 22. April 2024, von <https://www.sbfi.admin.ch/sbfi/de/home/bildung/diploma/anerkenntungsverfahren-bei-niederlassung/rechtliche-grundlagen-der-diplomanerkennung/reglementierte-berufe.html>
- Strübing, J. (2018). *Qualitative Sozialforschung: Eine komprimierte Einführung* (2. Aufl.). De Gruyter.
- Socialnet. (o.D.). *socialnet Lexikon: Trippelemandat*. Abgerufen am 3. Mai 2024, von <https://www.socialnet.de/lexikon/Tripelmandat>
- Trauerbegleiter/in-berufsberatung.ch*. (2023). *berufsberatung.ch*. Abgerufen am 10. April 2024, von <https://www.berufsberatung.ch/dyn/show/1900?id=1033>
- Traut, M. (2014). Trauernde Jugendliche in Gruppen begleiten. In F. Röseberg & M. Müller (Hrsg.), *Handbuch Kindertrauer: Die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und ihren Familien* (S. 366-371). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Wagner, B. (2013). *Komplizierte Trauer: Grundlagen, Diagnostik und Therapie*. Springer-Verlag.

- Wehner, L. & Husi-Bader, B. (2014). Trauerbegleitung. Mit hohem Einfühlungsvermögen, Empathie und Wissen zur Seite stehen. *Springer-Verlag, 2014(9)*, S. 22-27.
- Winkel, H. (2002). «*Trauer ist doch ein grosses Gefühl...*» *Zur biographiegenerierenden Funktion von Verlusterfahrungen nach Tod und der Codierung von Trauerkommunikation*. UVK Universitätsverlag.
- Winter, S. (2019). Jeden Tag ein kleiner Abschied: Trauernde Kinder im Kontext inklusionssensibler Pädagogik. In D. Rumpf & S. Winter (Hrsg.), *Kinderperspektiven im Unterricht: Zur Ambivalenz der Anschaulichkeit* (S. 91-104). Springer VS. <https://doi.org/10.1007/978-3-658-22432-5>
- Witt-Loers, S. (2014). *Trauernde Jugendliche in der Familie*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Worden, W. J. (2011). *Beratung und Therapie in Trauerfällen* (4. Aufl., Erckenbrecht, I., Übers.). Verlag Hans Huber. (Originalquelle veröffentlicht in 2008).
- Yalom, I. D. & Yalom, M. (2021). *Unzertrennlich über den Tod und das Leben* (4. Aufl.) btb Verlag.
- Zernikow, B. & Bunk, N. (2021). Todeskonzepte und individuelle Bedürfnisse von sterbenden Kindern und Jugendlichen. In B. Zernikow (Hrsg.), *Pädiatrische Palliativversorgung: Grundlagen* (3. Aufl., S. 67-78). Springer-Verlag. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-61777-9>
- Znoj, H. (2012). *Trauer und Trauerbewältigung: Psychologische Konzepte im Wandel*. Verlag W. Kohlhammer.

Anhang

I Interviewleitfaden BT

Interviewleitfaden BT

Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Arbeit:

Einleitung:

Erklärung unterzeichnen und erklären. Arbeit zur Verfügung stellen. Sich selbst vorstellen. Arbeit und Forschungsfrage vorstellen. Dauer mitteilen.

Kapitel 1: Informationen über Trauerbegleitung

Wie ist dein Werdegang? Welche Ausbildung hattest du? Zu wie viel Prozent?

Beschreibung beruflicher Weg und Ausbildung.

Wie werden sie vermittelt? (Ablauf) Wie kommt es zum Erstkontakt? Wie sieht das konkret aus?

Wie sieht der Auftrag aus? Wie sieht konkret bei dir Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen aus? Wie lange dauert eine Trauerbegleitung?

Mit welchen Methoden/Theorien arbeitest du? Wie ist das Format?

Was sind Unterschiede in der Trauerarbeit zwischen Kinder und Jugendlichen?

Wie hoch ist der Bedarf der Trauerbegleitung?

Wie sieht die Finanzierung aus?

Gibt es andere Fachpersonen, mit denen du zusammenarbeitest?

Inwiefern sind die Eltern involviert?

Kapitel 2: Persönliche Sichtweisen

Wie gehst du selbst mit Trauer um?

Was denkst du, passiert nach dem Tod?

Wie bedeutsam siehst du den Glauben?

Kapitel 3: Trauer und Soziale Arbeit

Wie kann Trauerbegleitung in der Sozialen Arbeit stattfinden? Wo siehst du Möglichkeiten die Trauerbegleitung in der Sozialen Arbeit zu integrieren?

In welchem Ausmass soll die Soziale Arbeit etabliert werden?

Welche Grenzen hat die Soziale Arbeit?

Worauf muss man bei der Trauerbegleitung besonders achten?

Sollen Fachpersonen der Sozialen Arbeit Trauerbegleitung durchführen, weshalb?

Was wünschst du dir für eine Zukunft bezüglich Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen?

Gibt es noch etwas, was du sagen möchtest?

Bedankung



Bachelor-Thesis (Gruppenarbeit)

Diese Erklärung ist von allen Studierenden der jeweiligen Gruppe separat auszufüllen.

Studierende/r:
(Name, Vorname) Biner Giannina Chiara

Bachelor-Thesis:
(Titel) Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Arbeit

Fachbegleitung:
(Dozent/in) Prof. Dr. Manuel Bachmann

Angaben zur Autorenschaft der einzelnen Kapitel

Die Leistungen der Einzelnen sind als solche auszuweisen, Kollektivbewertungen sind ausgeschlossen (Art. 22 Abs. 3 SPR BSc S).

Bitte beachten Sie: Maximal die Hälfte der Kapitel der Bachelor-Thesis können als Gruppenleistung ausgewiesen werden. Bitte geben Sie die genauen Kapitel-Nummern an, welche Sie in Einzel- bzw. in Gruppenleistung erarbeitet haben.

Ich habe von der obgenannten Bachelor-Thesis die folgenden Teile (Kapitel-Angabe) verfasst:

Kapitel 4 und 5

Bei den folgenden gemeinsam verfassten Teilen der Bachelor-Thesis (Kapitel-Angabe) bin ich Mitverfasser / Mitverfasserin:

Kapitel 1, 6, 7 und 8

Ort, Datum: Bern, 16.05.2024 Unterschrift: 

Selbständigkeitserklärung

„Ich erkläre hiermit, dass ich diese Arbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen benutzt habe.“

Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen entnommen wurden, habe ich als solche gekennzeichnet. Mir ist bekannt, dass andernfalls schriftliche Arbeiten gemäss Artikel 26 Abs. 3 RRS mit der Note 1.0 bewertet werden.“

„Die Verwendung von textgenerierender KI habe ich entsprechend den Vorgaben des Departements Soziale Arbeit deklariert.“

Ort, Datum: Bern, 16.05.2024 Unterschrift: 

Das ausgefüllte und unterzeichnete Formular wird als letzte Seite der Bachelor-Thesis angefügt.



Bachelor-Thesis (Gruppenarbeit)

Diese Erklärung ist von allen Studierenden der jeweiligen Gruppe separat auszufüllen.

Studierende/r:
(Name, Vorname)

Davtyan Liliya

Bachelor-Thesis:
(Titel)

Trauerbegleitung bei Kindern und Jugendlichen in der Sozialen Arbeit

Fachbegleitung:
(Dozent/in)

Prof. Dr. Manuel Bachmann

Angaben zur Autorenschaft der einzelnen Kapitel

Die Leistungen der Einzelnen sind als solche auszuweisen, Kollektivbewertungen sind ausgeschlossen (Art. 22 Abs. 3 SPR BSc S).

Bitte beachten Sie: Maximal die Hälfte der Kapitel der Bachelor-Thesis können als Gruppenleistung ausgewiesen werden. Bitte geben Sie die genauen Kapitel-Nummern an, welche Sie in Einzel- bzw. in Gruppenleistung erarbeitet haben.

Ich habe von der obgenannten Bachelor-Thesis die folgenden Teile (Kapitel-Angabe) verfasst:

Kapitel 2 und Kapitel 3.

Bei den folgenden gemeinsam verfassten Teilen der Bachelor-Thesis (Kapitel-Angabe) bin ich Mitverfasser / Mitverfasserin:

Kapitel 1, Kapitel 6, Kapitel 7 und Kapitel 8.

Ort, Datum:

Bern, 16.05.2024

Unterschrift:

Selbständigkeitserklärung

„Ich erkläre hiermit, dass ich diese Arbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen benutzt habe.

Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen entnommen wurden, habe ich als solche gekennzeichnet. Mir ist bekannt, dass andernfalls schriftliche Arbeiten gemäss Artikel 26 Abs. 3 RRS mit der Note 1.0 bewertet werden.“

„Die Verwendung von textgenerierender KI habe ich entsprechend den Vorgaben des Departements Soziale Arbeit deklariert.“

Ort, Datum:

Bern, 16.05.2024

Unterschrift:

Das ausgefüllte und unterzeichnete Formular wird als letzte Seite der Bachelor-Thesis angefügt.