



Vorwort

1984 wurde in Oregon, USA, das Dougy Center als Selbsthilfe-Organisation gegründet. Es war die erste Einrichtung in Amerika, die Trauerarbeit mit und für Kinder und deren Familien anbot.

Die Arbeit des Dougy Centers unterscheidet sich von den üblichen Therapie- und Beratungsformen, weil hier flexibel und phantasievoll auf die aktuelle Lebenssituation der Kinder und Jugendlichen eingegangen wird. Dieses Center arbeitet mit wachsendem Erfolg in der Trauerarbeit, und mit dessen Hilfe haben sich ebenso erfolgreich weitere Gruppen in Amerika, Japan, Australien und Irland etabliert.

In Deutschland gibt es seit Anfang 2000 Gruppen für trauernde Kinder und Jugendliche in Bremen und Bergisch-Gladbach. Im Herbst 2001 entstanden weitere in Berlin und München. In Kiel haben wir im August 2004 das Kieler Zentrum für trauernde Kinder e. V. gegründet. Seit dem 27. Juni 2007 trägt der Verein den Namen **Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.**

Unsere Motivation

Trauergruppen für Erwachsene sind an vielen Orten inzwischen die Regel. Für Kinder und Jugendliche war in Kiel kein adäquater Platz vorhanden, Trauer auf ihre Art zu erleben und auszudrücken. Und dies obwohl in Fachkreisen lange bekannt ist, dass Kinder, die ein traumatisches Erlebnis hatten, umfassende Hilfe benötigen. Es ist uns daher sehr wichtig, diese Kinder und Jugendlichen so früh wie möglich bei ihrer Trauerarbeit zu unterstützen.

Außerdem möchten wir dazu beitragen, dass Trauer und Traurigkeit den negativen Beigeschmack verlieren, dass diese Tabuthemen in unser aller Leben integriert werden. Unsere Gesellschaft steht Trauer oft hilflos gegenüber. Es wird erwartet, dass wir mit Trauer und Verlust schnell „fertig werden“. Trauer wird als etwas Unangenehmes, Bedrohliches ja sogar Krankhaftes angesehen, das oft mit aller Kraft gemieden, verdrängt, übersehen und verleugnet wird.

Unser Ziel

Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V. ist eine Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche, die einen nahe stehenden Menschen verloren haben.

Im Verein bieten wir ihnen einen geschützten Raum und ermöglichen es ihnen so, ihren individuellen Trauerweg zu finden.

Wir stellen an sie keine Anforderungen und sie sollen auch nicht uns zuliebe ein bestimmtes Verhalten an den Tag legen!

Unsere Erfahrungen zeigen, dass viele Kinder nach dem Tod eines Familienmitglieds oft versuchen, gut zu „funktionieren“, da sie merken, dass die Eltern oder der Elternteil selbst sehr mit ihrer/seiner eigenen Trauer beschäftigt sind/ist. Sie leugnen ihre Trauergefühle, um die Eltern/den Elternteil nicht noch mehr zu belasten.

Trauernde Kinder und Jugendlichen empfinden sich oft von anderen isoliert. In unseren Gruppen heben wir diese Isolation auf, denn dort hat jeder den Tod eines geliebten Menschen zu betrauern. Wir zeigen ihnen durch unsere Arbeit, dass Trauer viele Gesichter hat. Und das all diese Gesichter nebeneinander bestehen dürfen. Kinder trauern anders als Erwachsene. Sie springen in ihre Trauer hinein und heraus, drücken sie eher selten mit Worten und oft auch nicht im Weinen aus. Hingegen besteht ihre Trauerarbeit oft aus Spielen, Malen, Toben, Kämpfen oder Schreien.

Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.

Spendenkonto 62 7117 09 • BLZ 210 900 07 • Kieler Volksbank
www.trauernde-kinder-sh.de

Wir möchten durch unsere Arbeit Kinder, Jugendlichen und deren Familien vermitteln, dass Trauer eine schöpferische Kraft ist. Sie ist eine angeborene, lebenswichtige Reaktion unseres Organismus auf einen Verlust. Daher muss Trauer ausgedrückt werden können. Sie muss gesehen, gehört, verstanden und akzeptiert werden. Wir müssen ihr Zeit und Raum geben. Erst wenn die Trauer bewusst gelebt und bewältigt wird, kann man in seinem täglichen Leben wieder bestehen. Ohne guten Abschied gibt es keinen guten Neubeginn!

Des Weiteren möchten wir, **Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.**, umfassende Aufklärungsarbeit leisten. Oft wissen Eltern, Lehrer, Erzieherinnen oder andere Bezugspersonen nicht, wie sie mit den trauernden Kindern umgehen sollen. Es kommt zum Beispiel häufig vor, dass der Tod vor den Kindern verheimlicht wird, um sie irrtümlich zu schonen. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass Kinder die Wahrheit wissen wollen und sie auch brauchen.

Unsere Arbeit geht von folgenden Grundprinzipien aus:

- Trauer ist eine natürliche Reaktion.
- Dauer und Intensität sind individuell.
- Jeder Mensch erfährt Trauer anders
- Es gibt keinen richtigen oder falschen Weg zu trauern
- Jeder Mensch hat die natürliche Fähigkeit durch seine Trauer zu gehen.
- Achtsamkeit und Akzeptanz unterstützen den Trauerprozess.
- Jeder Tod ist anders und wird unterschiedlich erfahren
- Der Trauerprozess wird von vielen verschiedenen Faktoren beeinflusst
- Trauer ist nichts, mit dem man irgendwann fertig wird

Unser Angebot

Unser Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche und wird im 14-tägigen Rhythmus angeboten. Unsere Arbeit ist keine Therapieform, sondern ein Mitgehen, ein Begleiten, ein Unterstützen. Jede Gruppe besteht aus einem Leitungsteam (2 Personen) und freiwilligen HelferInnen.

Da Trauer eine angeborene Reaktion ist, trauern auch kleine Kinder. Ein Kind, das lieben kann, kann auch trauern. Dementsprechend nehmen wir schon knapp Dreijährige in unsere Gruppen auf: die Möglichkeit zur sprachlichen Verständigung ist hier ausschlaggebend für eine Teilnahme an der Gruppe.

Die Rolle des Leitungsteams

Die Rolle des Leitungsteams ist die Koordination. Es leitet das Vorbereitungstreffen, ist für den Zeitablauf zuständig, begrüßt die Eltern und Kinder, eröffnet den Begrüßungskreis, sorgt dafür, dass jedes Kind in der Freispielphase eine/n BetreuerIn hat.

Die Rolle der freiwilligen HelferInnen

Sie begleiten die Kinder in der Gruppe und spiegeln ihr Tun, ihre Bewegungen und Worte. Es ist wichtig, dass sie die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen wahrnehmen und abwarten, was die Kinder und Jugendlichen machen wollen. Es geht nicht darum, möglichst viel aus ihnen herauszubekommen, sondern sie zu lassen, wie sie sind. Die Betreuungspersonen achten darauf, dass kein Kind ohne Begleitung eines Erwachsenen ist.

Es sollen jeweils zwei Kinder von einer/m freiwilligen BegleiterIn betreut werden.

Eine wichtige Voraussetzung dieser Arbeit ist die Fähigkeit, die eigene Person sensibel wahrzunehmen. Nur so ist eine weitgehend objektive Wahrnehmung der Gruppenmitglieder, der Gruppenatmosphäre und der Trauergefühle der Kinder möglich. Da es in dieser Krisenzeit für die Kinder und Jugendlichen wichtig ist, ihre Angehörigen bzw. Bezugspersonen in der Nähe zu wissen, begleiten diese ihre Kinder zum Treffen und können dort parallel an der Angehörigengruppe teilnehmen. Diese Gruppe wird zurzeit von einer Freiwilligen betreut. Die

Erwachsenen sind generell sehr dankbar, wenn sie in einer Gruppe ihre Gefühle und Ängste mit anderen Menschen, die Ähnliches erlebt haben, teilen können. Wichtig ist die Rolle der BegleiterIn, da sie die Handlungen, Gefühle, Reaktionen, Nicht-Reaktionen der Kinder und der Gruppenatmosphäre aufnehmen und zurückspiegeln. So entsteht bei den Kindern ein Gefühl der Sicherheit, des Angenommen-Seins und der Normalität.

Um eine optimale Unterstützung der Kinder zu gewährleisten, arbeiten wir mit freiwilligen BegleiterInnen, die zuvor intensiv geschult wurden.

Die Freiwilligen treffen sich mit dem Leitungsteam vor der eigentlichen Gruppenarbeit zu einer Vorbereitungsphase. Nach dem Aufbau der Spielsachen etc., berichtet jeder, wie es ihm geht. Jeder wird, wie auch später die Kinder und Jugendlichen, so wahrgenommen, wie er/sie da ist. Offene Fragen werden geklärt, Ideen und Informationen werden ausgetauscht.

In der Nachbereitung wird das Gruppengeschehen der Eltern- bzw. der Kindergruppe reflektiert, und alle tauschen ihre Gefühle, Reaktionen und Gedanken aus.

Ablauf eines Gruppennachmittags

1.	Vorbereitung des Teams auf die Gruppe	60 Minuten
2.	Kindergruppe; parallel dazu die Elterngruppe	90 Minuten
3.	Nachbereitung des Teams	60 Minuten

Allgemeiner Überblick der 1½ Stunden Kindergruppe

Begrüßungsrunde im Gruppenraum	30 Minuten
Freispielphase	45 Minuten
Abschlussrunde im Gruppenraum	15 Minuten

Regeln, die in den Kindergruppen von jedem zu beachten sind:

- Alles, was gesprochen wird, bleibt im Raum.
- Niemand wird ausgelacht.
- Jeder hat das Recht zu schweigen.
- Jeder hat das Recht „Halt“ zu sagen und die anderen nehmen dies ernst.
- Jeder hat das Recht für sich zu sein.
- Kein Schlagen oder Stoßen anderer.
- Kein Kind stört ein anderes beim Spiel.
- Kein Kind ist ohne einen Erwachsenen.

Wir legen Wert darauf, dass die Gruppen immer nach dem gleichen Muster stattfinden. Diese Routine gibt den Kindern und Jugendlichen Sicherheit. Gerade in der schwierigen Zeit nach dem Tod eines nahe stehenden Menschen, ist es für Kinder wichtig, Beständigkeit in ihrem Leben zu erleben.

Wir sind ein gemeinnütziger Verein. Die Finanzierung erfolgt allein durch Spenden und Fördermittel.

Wir wollen jeder Familie die Teilnahme an den Gruppen ermöglichen. Deswegen ist der Mindestteilnahmebeitrag gering. Außerdem richten wir Patenschaften ein, die finanziell schlecht gestellten Familien zugute kommen.

Bitte helfen Sie uns bei unserer wichtigen Arbeit!