

Wie kann ich meinem Kind sagen, dass ich bald sterben werde?

by Christiane Burgert - Montag, Juli 15, 2019

<https://trauerland.ch/?p=193>

Mit

einem Kind offen über den (bevorstehenden) Tod eines nahen Angehörigen zu sprechen, ist emotional herausfordernd. Dabei sind Kinder häufig belastbarer, als wir es ihnen zutrauen. Sie haben feine Antennen und spüren, wenn etwas nicht stimmt. Tun wir so, als sei alles okay, verlieren sie das Vertrauen in ihre Wahrnehmung. Sie fühlen sich ausgeschlossen und werden unsicher. Altersgerechte Informationen schützen das Kind vor angstmachenden Phantasien und Schuldgefühlen. Wichtig ist, dass das Kind Zeit hat, auf die Nachricht zu reagieren und Fragen zu stellen. Kinder- und Bilderbücher können ein guter Gesprächseinstieg sein.

Der

Besuch am Sterbebett ist eine Würdigung der Beziehung. Kind und Sterbender können bewusst voneinander Abschied nehmen. Hierbei helfen Rituale. So können z. B. Kind und sterbende Person gemeinsam ein Kissen mit ihrem Handabdruck bedrücken. Während des Aufdrückens kann die sterbende Person alle ihre Wünsche für das Kind in das Kissen drücken und sie benennen. Nach dem Tod kann das Kind seine Hand auf den Handabdruck der verstorbenen Person legen und sich so verbunden fühlen.

Wird

das Kind frühzeitig informiert, fühlt es sich ernst genommen. Das Vertrauen wird gestärkt und es kann den Abschied aktiv mitgestalten.

Mich

auf das Gespräch vorbereiten

- Wann
ist der richtige Zeitpunkt? Das Gespräch wird nicht weniger traurig, wenn ich es verschiebe. Bin ich emotional bereit, dem Kind die ganze Wahrheit zu sagen? Ist

die Diagnose gesichert? Habe ich für mich selbst akzeptiert, dass der Tod unmittelbar bevorsteht?

- Erlaube
ich mir, vor dem Kind meine eigenen Gefühle zu zeigen und kann so für mein Kind ein Vorbild sein? Wo finde ich Kraft und Mut für dieses schwierige Gespräch? Wie kann ich meinen Verstand und meine Intuition einsetzen? Wie kann ich die Traurigkeit und die Gefühle meines Kindes gut aushalten?
- Welche
für das Kind vertraute Bezugsperson kann beim Gespräch anwesend sein? Wie kann sie mich unterstützen? Was will ich mit ihr vereinbaren? Sie könnte z. B. übernehmen, wenn ich zusammenbreche oder wenn ich verstumme.
- Welche
kindgerechten und doch ehrlichen Informationen braucht das Kind?
- Was
sind meine grössten Befürchtungen? Wie begegne ich ihnen?
- Wie
mag das Kind auf die Nachricht reagieren? Erste Reaktionen sind häufig körperlich und emotional. Was wäre, wenn das Kind ... stark weint, laut schreit, sofort verstummt, wild um sich schlägt, wütend wird, panisch davonläuft, zittert, plötzlich zusammenbricht, unendlich viele Fragen stellt, gleichgültig wirkt? Was könnte ich dann tun? Was hat mir und dem Kind bisher in schwierigen Situationen geholfen?
- Was
könnte trösten? Körperliche Nähe, Taschentücher, Kuscheltier des Kindes ...
- Wo
kann das Gespräch stattfinden, so dass sich alle wohlfühlen und wir möglichst ungestört sind? Befinden sich Gegenstände in der Nähe, mit denen das Kind sich oder andere verletzen könnte?
- Was
ist mein erster Satz?

Die
richtigen Worte finden

Z. B.

*«Ich muss dir etwas sehr
Trauriges sagen. Ich werde bald sterben, weil meine Krankheit stärker ist als
die Medikamente.»*

- *Wie reagiert das Kind auf das Gesagte? Welche Fragen hat es?*

«Du siehst, dass ich sehr traurig bin und weinen muss. Es tut mir gut, dass ich meine Gefühle zeigen darf.»

- *Wie reagiert das Kind auf das Gesagte? Welche Fragen hat es?*

«Ich weiss nicht genau, wann ich sterben werde. Aber es wird passieren. Bis dahin werde ich von den Ärzten gut versorgt. Ich bekomme Medizin, damit ich möglichst wenig Schmerzen habe.»

- *Wie reagiert das Kind auf das Gesagte? Welche Fragen hat es?*

«Du bist nicht schuld daran, dass ich krank bin und sterbe. Das ist mir sehr wichtig, dass du das weisst.»

- *Wie reagiert das Kind auf das Gesagte? Welche Fragen hat es?*

«Wenn jemand sehr schwer krank ist, kann sein, dass er stirbt. Normalerweise wird man aber nach einer Krankheit wieder gesund. Manche Menschen sterben, weil sie einen Unfall haben. Die meisten Menschen sterben aber erst, wenn sie sehr alt sind.»

- *Wie reagiert das Kind auf das*

Gesagte? Welche Fragen hat es?

«Wenn ich gestorben bin, wird

X euch versorgen. Es wird immer jemand für euch da sein.»

- *Wie reagiert das Kind auf das
Gesagte? Welche Fragen hat es?*

«Die Zeit, die wir noch

*gemeinsam haben, ist für mich sehr kostbar. Wir können miteinander lachen und
weinen. Wir können uns voneinander verabschieden und einander Gutes tun.»*

- *Wie reagiert das Kind auf das
Gesagte? Welche Fragen hat es?*