

WERNER H. HONAL | DORIS GRAF | DR. FRANZ KNOLL (HG.)

HANDBUCH DER SCHULBERATUNG

Standardwerk für Beratungslehrer(innen) und Schulpsycholog(innen)
aller Schularten

Thema: Lern- und Leistungsprobleme

Titel: Trauer und komplizierte Trauer bei Kindern und
Jugendlichen (24 S.)

Produktinweis

Der vorliegende Beitrag ist Teil des Standardwerkes »Handbuch der Schulberatung«
der Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG*.

* Ausgaben bis 2015 erschienen bei OLZOG Verlag GmbH, München

Dieses Praxishandbuch richtet sich an Beratungslehrer / Beratungslehrerinnen aller
Schularten. Es liefert Antworten auf alle Fragen der Beratungstätigkeit und beinhaltet
den aktuellen Stand einschlägiger **Erkenntnisse aus der Schulpsychologie und
Schulpädagogik**,

- aus dem **Bereich sozialer Hilfen**,
- der **Beratungsmethoden**
- und der **Beratungsmittel**.

Umfassende und verständliche Beiträge, fundierte **Analyseschemen, Entscheidungshilfen**
und anwendungsorientierte **Lösungsvorschläge** unterstützen Sie in Konflikt- und
Beratungssituationen. In der Praxis bewährte und **komplett ausgearbeitete**
Anleitungen und Konzepte helfen Ihnen bei der Umsetzung.In **eDidact** finden Sie alle Beiträge zu den Beratungsfeldern **Lernprobleme und
Leistungsprobleme, Verhaltensauffälligkeiten, Krankheit und Behinderung, Beratung
von Lehrern und Schule** sowie zur Organisation der Beratung. Nützliche Formulare und
Vorlagen (z.B. für Elternbriefe) erleichtern Ihnen den Beratungsalltag.

(Diesen) Beitrag als Download bestellen

- ▶ Klicken Sie auf die Schaltfläche **Dokument bestellen** am oberen Seitenrand.
- ▶ Alternativ finden Sie eine Volltextsuche unter www.eDidact.de/hds.

Nutzungsbedingungen

Die Materialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an
Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für
Ihren eigenen Bedarf Fotokopien zu ziehen bzw. Ausdrücke zu erstellen. Jede
gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Materialien – auch auszugsweise –
ist unzulässig. Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).**Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:**[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@eDidact.de

✉ Post: Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG

E.-C.-Baumann-Straße 5 | 95326 Kulmbach

☎ Tel.: +49 (0)9221 / 949-204 | 📠 Fax: +49 (0)9221 / 949-377

www.eDidact.de | www.mgo-fachverlage.de

5.2.8 Trauer und komplizierte Trauer bei Kindern und Jugendlichen

Johanna Unterhitzenberger/Rita Rosner

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung
2. Erscheinungsbild
 - 2.1 Trauer in verschiedenen Entwicklungsstufen
 - 2.2 Normale Trauerreaktionen
 - 2.3 Komplizierte Trauerreaktionen
3. Epidemiologie
 - 3.1 Häufigkeit
 - 3.2 Komorbidität
 - 3.3 Verlauf
4. Erklärungskonzepte
 - 4.1 Risikofaktoren
 - 4.2 Erklärungsmodell
5. Wie können Eltern und Lehrer helfen?
 - 5.1 Ein Elternteil stirbt: Die Trauer eines Schülers
 - 5.2 Ein Schüler stirbt: Die Trauer einer Schule
6. Therapie der komplizierten Trauer

5.2.8 Trauer bei Kindern und Jugendlichen

7. **Zusammenfassung**
8. **Literatur und Internetseiten**
9. **Literaturhinweise**

Die Wahrscheinlichkeit dafür, dass Kinder und Jugendliche bereits im Schulalter einen Verlust erleben und daher trauern, ist sehr hoch. Nachfolgender Artikel beschäftigt sich zum einen mit den Erscheinungsformen der normalen oder integrierten Trauer, zum anderen mit dem Spezialfall der komplizierten Trauer (KT). Die Reaktion auf einen Verlust wird von Kindern und Jugendlichen sehr individuell erlebt und kann Kennzeichen wie Angst, Traurigkeit, Sehnsucht, körperliche Beschwerden oder keine emotionale Reaktion mit sich bringen. Befunde zur Auftretenshäufigkeit zeigen, dass die Ausbildung einer KT im Kindesalter eher die Ausnahme darstellt und von verschiedenen Risikofaktoren abhängig ist. Als Ätiologiemodell wird das dysfunktionale Zusammentreffen von Trauer- und Traumasymptomen herangezogen.

Der Schwerpunkt des Artikels liegt auf dem Umgang mit Trauer in der Schulpraxis: Möglichkeiten werden aufgezeigt, wie Lehrer oder die Schule Kindern in ihrer Trauer helfen können, welche Besonderheiten es zu beachten gilt und wie auch Lehrer selbst mit Verlusten im Schulalltag umgehen können. Forschungsergebnisse zeigen, dass in der Regel keine psychotherapeutische Hilfe für trauernde Kinder und Jugendliche angezeigt ist. Liegt jedoch eine KT vor, so ist eine solche anzuraten.

1. Einleitung

Trauer gilt als die *universelle Reaktion auf den Verlust eines geliebten Menschen*. Wie diese Reaktion aussieht, zeigt sich allerdings individuell unterschiedlich und ist kulturell bedingt. Nicht nur unterscheiden sich Trauerreaktionen von Erwachsenen und Kindern, auch interindividuell können Heranwachsende verschiedene Formen zeigen. Man kann davon ausgehen, dass der Tod einer nahestehenden Person für manche Betroffene mit einer starken emotionalen Reaktion einhergeht, die weit mehr sein kann als Traurigkeit: Wut, emotionale Taubheit, Schuld, Liebe oder Sehnsucht sind Emotionen, die ebenso in engem Zusammenhang mit einem Verlust stehen können. Andere hingegen mögen keine starke Gefühlsregung zeigen.

In der Schule gibt es zahlreiche Möglichkeiten, mit dem Tod konfrontiert zu werden: der Tod eines Haustiers, eines Familienmitglieds, eines Lehrerkollegen, eines Schülers. Obwohl Sterben und Verluste zu unserem Leben gehören, fühlen wir uns fast immer unvorbereitet, wenn sie auftreten. Wie reagieren Schüler auf den Tod? Wie können Lehrer damit umgehen? Welche Symptome zeigen sich typischerweise und ab wann spricht man von einer komplizierten Trauer (KT), die über eine normale Trauerreaktion hinausgeht?

Nach einer Beschreibung des Erscheinungsbilds der Trauer soll in diesem Text der Fokus auf verschiedene *Trauersituationen* gelegt werden, *die in der Schule auftreten können*:

- die Trauer eines Schülers über den Verlust eines Elternteils
- die Trauer mehrerer Schüler über den Verlust eines Mitschülers und Möglichkeiten, als Schule zu trauern

2. Erscheinungsbild

2.1 Trauer in verschiedenen Entwicklungsstufen

Bereits ab dem Alter von sechs Monaten können Säuglinge laut Bowlby (1983) Verhaltensweisen zeigen, die als Trauerreaktionen erkannt werden. Folgend soll ein kurzer Überblick darüber gegeben werden, wie sich Trauer entwicklungsbezogen zeigen kann (vgl. Abb. 1). Als grundlegend für einen adäquaten Umgang mit der Trauer gilt das Todeskonzept (vgl. Brent, Speece, Lin, Dong & Yang, 1996). Dieses beinhaltet das Bewusstsein von *Universalität*, *Irreversibilität* sowie *Nonfunktionalität*. Unter Universalität verstehen wir die Erkenntnis, dass der Tod unabdingbar zum Leben eines jeden gehört und ein jeder früher oder später davon betroffen sein wird. Kinder, die darüber noch nicht verfügen, stellen etwa Fragen wie »Können auch Opas sterben?«, wenn sie mit dem Tod der Großmutter konfrontiert wurden. Irreversibilität meint, dass der Tod nicht rückgängig gemacht werden kann, dass verstorbene Menschen nicht wieder beginnen zu leben. – »Wann wird Mama zurückkommen?« wäre eine typische Frage von Kindern, die das Konzept der Irreversibilität noch nicht

5.2.8 Trauer bei Kindern und Jugendlichen

ausgebildet haben. Mit der Nonfunktionalität wird das Ausbleiben aller Körperfunktionen aufgrund des Todes verbunden. »Kann Papa atmen unter der Erde?« spiegelt wider, dass die Nonfunktionalität noch nicht verstanden wurde.

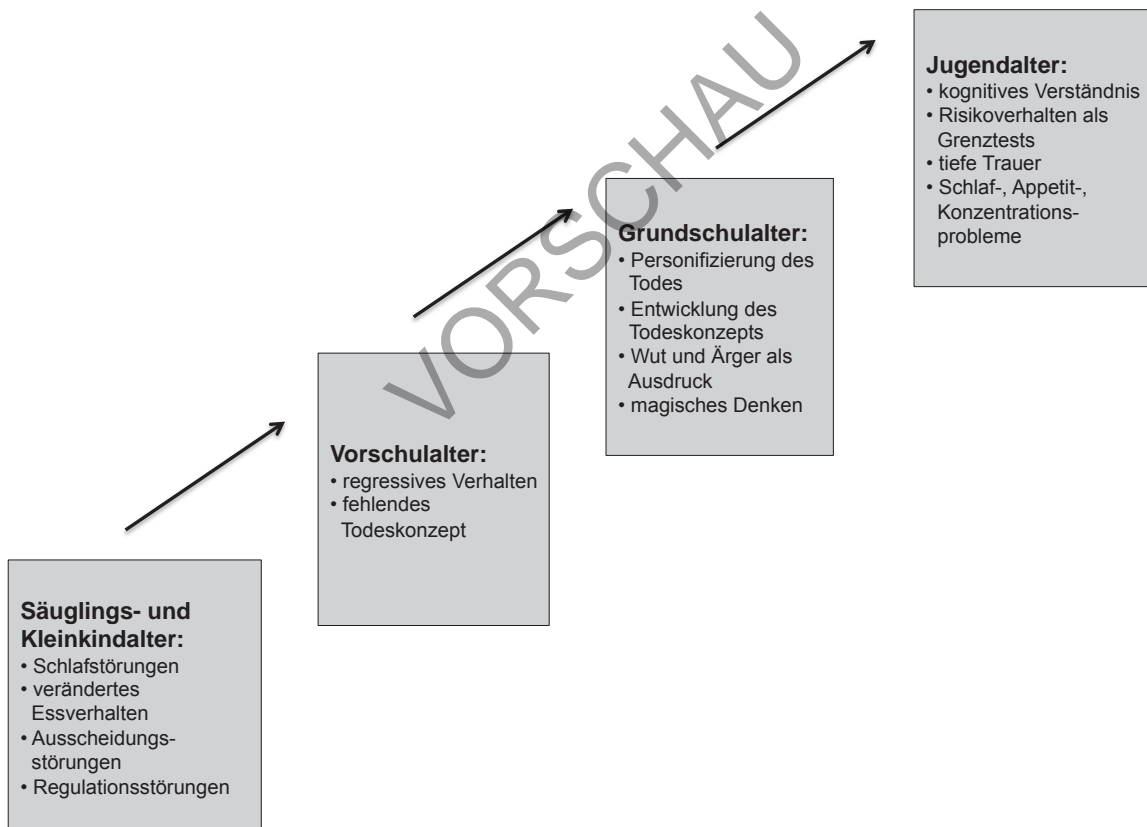


Abbildung 1: Entwicklungsverlauf von Trauerreaktionen (angelehnt an Cohen et al., 2002)

Auf die Abwesenheit von Bezugspersonen¹⁾ reagieren kleine Kinder *bis zwei Jahre* noch vorwiegend somatisch: Veränderungen im Schlaf- oder Essverhalten finden sich ebenso wie Regulations- oder Ausscheidungsstörungen. Von *drei bis sechs Jahren* fehlen den Kindern die oben genannten Komponenten des Todeskonzeptes noch. Häufig treten Entwicklungsregressionen, wie etwa Daumenlutschen oder Einnässen, auf.

Eine Personifizierung des Todes findet gemäß der Entwicklungsstufe im *Grundschulalter* statt. Auch wird dieser von den Kindern als berührbar oder physisch erfahren. Da Kinder bis dahin noch wenig Erfahrung mit starken Emotionen haben, äußert sich ihre Trauer oftmals in Ärger oder Wut (vgl. Cohen, Mannarino, Greenberg, Padlo & Shipley, 2002). Zur gleichen Zeit stellt sich ein Bewusstsein dafür ein, dass der Tod universell und irreversibel

¹⁾ Zur Erläuterung der Trauer beziehen wir uns folgend auf den Verlust eines Elternteils.