

Monika Ungruhe: **Geh zu den toten Kindern**

Trauer um Geschwister - Wie sieht sie aus? kindliche Reaktionen und Verhaltensweisen

Dieser Thematik wurde bisher in der Öffentlichkeit nur wenig Bedeutung gegeben und sie ist bisher kaum untersucht worden. Erst in jüngerer Zeit gibt es mehr Literatur zum Thema des Einflusses des Todes eines Geschwisters auf überlebende und nachfolgende Geschwisterkinder.

Kinder sind in dieser Situation vielfache Verlierer. Sie verlieren

1. ein Geschwisterkind,
2. die gewohnte Lebenssicherheit,
3. die Aufmerksamkeit der Eltern.

- Als gesundes Kind fühlen sie sich unwichtig, oft sogar ungeliebt.
- Meistens gibt es für sie keinen Raum für die eigene Trauer.
- Sie übernehmen sogar häufig Rollen, die ihrem Alter nicht entsprechen und das auf Kosten ihrer eigenen Entwicklung (Turbokinder).
- Sie übernehmen Verantwortung für ihre Eltern.
- Sie wagen es nicht, ihre Trauer auszudrücken, um die Eltern nicht noch trauriger zu machen.
- Sie sind betont unkompliziert, um ihre Eltern zu schützen.
- Sie sind auffällig unauffällig (Jorgos Canacakis).
- Da sie Trauer nicht ausdrücken können, sind auch ihre anderen Gefühle blockiert, z.B. Wut und Freude.
- Sie haben oft Schuldgefühle – sei es, dass sie sich am Tod des Geschwisters schuldig fühlen oder weil sie leben dürfen (müssen).
- Sie glauben oft, sie hätten es nicht verdient zu leben oder zu überleben.
- Sie haben häufig ein vermindertes Selbstwertgefühl – verbunden mit der Meinung, das Recht auf Leben müsse man sich durch harte Arbeit verdienen, viel leisten, alle Aufgaben erfüllen.
- Kinder reagieren oft mit Bauch- oder Kopfweg, Appetitlosigkeit, Krankheiten, Schulschwierigkeiten.
- Sie ziehen sich zurück, werden still und schweigsam.
- Sie haben oft Angst, dass noch eine wichtige Person sterben könnte.
- Sie haben Angst in der Dunkelheit.
- Sie sind oft sehr angepasst oder auch das Gegenteil – überaktiv, rebellisch, aggressiv.
- Psychologische, psychiatrische und psychosomatische Störungen sind nicht selten.

weitere Informationen und Buchempfehlungen:

<https://www.hopesangel.com/informationen/geschwisterkinder/>

<https://sternenkinder-westerwald.de/traurig-sein/kinder-trauern-anders/>

<https://www.kindsverlust.ch/informationen/wenn-kinder-um-ihr-geschwister-trauern/>

<https://www.veid.de/hilfe-fuer-betroffene/trauernde/geschwister/>

<http://www.windsaat.de/> eine besondere Buchhandlung in Berlin-Wilmersdorf für Trauer-Literatur, eignet sich gut zum Schmökern für Erwachsene, für Kinder gibt's eine gemütliche Kinderecke