

## TOD - 1

**Haben Sie schon einmal überlegt, wer sie geblieben wären, hätten Sie nicht die Segnungen der Erziehung und Sozialisation empfangen? Warum sollte ich das denken, werden viele sagen, denn ,ich bin ganz zufrieden mit dem, was aus mir wurde und wie ich darin von Eltern und Gesellschaft unterstützt wurde'. Anderen geht es genau andersherum – einmal nicht das Leben anderer leben, einmal nicht wissen, dass man als Original geboren wurde und als Kopie anderer sterben wird.**

Erst einmal im Erwachsenenalter angekommen, erweist sich die Frage nach dem ,wer bin ich wirklich und wie kann ich mich an diesen Kern, zumindest etwas, wieder zurückbinden?' zuweilen als existenziell. Schließlich geht es um nicht weniger als die Identität. Und so kann es sein, dass man sich seiner Selbst nicht mehr so sicher ist und dieser Mangel an Selbstsicherheit auf eine gesellschaftliche Ordnung trifft, in der Macht, Regeln und Leistung 'normal' sind, während Bedürfnisse nach Zuwendung, Gemeinschaftswohl oder auch intellektueller Vernetzung kaum befriedigt werden können. Wer sich hier in einer Identitätsfalle fühlt, kann dies anderen Menschen, die dieses Empfinden nicht haben, kaum kommunikativ nachvollziehbar vermitteln. In der Folge passt sich die Person immer weiter den Gegebenheiten an und merkt doch sehr wohl, dass da im Leben etwas einfach nicht stimmt.

Mit dem Kindheits-Enneagramm, das wir vor gut zehn Jahren entwickelt haben, kann in einem logotherapeutischen Gespräch ein Beitrag dafür geleistet werden, dass ein Mensch die Grundzüge des eigenen Originals wieder erkennt. Die Umsetzung dieser Erkenntnisse in ein der Identität entsprechendes Verhalten ist dann im Anschluss die eigentliche Arbeit. Sie ist schwierig, da sich das System um die Person herum – wenn überhaupt – nur langsam ändert. Ergo steht die Person in der Selbstverantwortung, das zu tun, was ihr entspricht – verbunden mit der Überwindung manchmal zahlreicher Begrenzungen, die sich über die Zeit hinweg um die Person gelegt haben. Nach und nach sich von Klammerungen aller Art zu distanzieren, wirkt anfangs befreiend und bedrohend zugleich – und nicht jeder Mensch schafft es, diesen Prozess in für ihn passender Geschwindigkeit und Konsequenz zu gestalten. Klammern sind stark und haben durchaus auch ihre Qualitäten. Sich von einigen zu lösen, fällt leichter, wenn die Person den *Sinn in ihrem Leben* erfühlt. Die ,Zutaten' für diesen Wahrnehmungsprozess sind ,Weltoffenheit', ,Selbstempathie', ,Geduld' und ein Bewusstmachen innerer Zensoren. Der stärkste eigene, innere Gegner der Sinnfindung ist das Selbstmitleid. Verfällt ein Mensch in diesen Zustand, begibt er sich an sich in den Hass auf sein Umfeld, seine Lebensgeschichte, manchmal sogar auf sich selbst. Dieser Zustand ist fraglos negativ und er bringt auch nichts, außer noch mehr Hass oder Schicksalsergebenheit.

Ein Original hasst nicht – gerade deshalb, weil es keinen Grund dafür hat. Hass kommt hingegen auf, wenn ein Original gezwungen wird, seine Authentizität aufzugeben und zur Kopie anderer zu werden. Und Selbsthass keimt, wenn – wie es Marcel Proust einmal beschrieb – ein Mensch das Bedürfnis entwickelt, seine Leiden gerade von denen mildern zu lassen, die ihn zum Leiden brachten.

Arbeit hin zum Original – eine der originären Arbeiten in der Logotherapie.

## TOD – 2

**Aus gut gemeintem Schutz des Kindes vor Lebensthemen, von denen Eltern oder Erziehende meinen, dass diese ‚zuviel‘ für das Kind seien, scheuen sie sich, über den Tod zu sprechen – insbesondere dann, wenn er bei einer nahe stehenden Person eingetreten ist. Jedoch ist eine pauschale Zurückhaltung bei diesem Thema nicht anzuraten, denn Kinder haben je nach Alter durch bereits ein für sie reales Verständnis von Leben und Tod.**

Kindliche Bilder und Vorstellungen von Tod sind als dynamischer Prozess zu verstehen, und auch bei Kindern im Vorschulalter sind Gedanken an den Tod durchaus gängig und für die Entwicklung wichtig. Die ersten Impulse des Kindes kommen durch ‚Sterbeprozesse‘ in der Natur, bei Pflanzen und Tieren, und in der Folge durch Verlust- und Trennungserfahrungen. Das Kind erlebt, dass eine Person nicht verfügbar ist, dass ein Gegenstand nicht mehr da ist, dass bestimmte Formen der Nahrungsaufnahme [Brust, Flasche] nicht mehr gegeben wird. Auch der Umgang, insbesondere seiner Eltern mit dem nicht mehr Lebendigen, prägt das Kind.

Das Interesse an der Auseinandersetzung mit Lebendigem und Unbelebten schwankt. Von Jean Piaget und seiner Forschung der Entwicklungspsychologie wissen wir, dass Kinder ab etwa dem dritten Lebensjahr beginnen, als ‚lebendig‘ zu verstehen, was aus seiner Sicht nützlich und aktiv ist. Dabei beobachtet es natürlich die Menschen um es herum und deren Verwendung der Dinge oder den Umgang mit anderen. Ab sechs Jahre gilt vornehmlich das als ‚lebendig‘, was in Bewegung ist. Sich bewegende Blätter am Baum müssen aus diesem Verständnis ‚belebt‘ sein, bewegen sie sich nicht, können Kinder ein Blatt als ‚unbelebt‘ ansehen. Mit acht Jahren wandelt sich diese Interpretation insofern als das Kind den Unterschied zwischen eigener und von außen zugefügter Bewegung machen kann. Eigenbewegung eines Objektes ist nun Zeichen der Lebendigkeit. Ab 11 Jahre wird Lebendigkeit dann nur noch Lebewesen zugeschrieben.

Kinder im Vorschulalter interpretieren meist den Tod als etwas Vorläufiges. Oft vergleichen sie ihn dabei mit dem Schlaf oder dem Weggehen und Wiederkommen. Eltern, die in dieser Phase zum Beispiel das Futter für ein verstorbenes Tier nicht bereitstellen, können dafür von ihren Kindern kritisiert werden, denn ‚der Hase ist ja nur für kurze Zeit im Himmel und bald wieder da‘.

Tod als endgültige Trennung verstehen zu sollen, führt Eltern meist dazu, diese schmerzhaft emotionale Erfahrung von Entbehrung ihrem Kind ersparen zu wollen. Dafür gibt es plausible Gründe, denn oft machen sie früher oder später die Erfahrung der Verlustangst, die Kinder entwickeln, wenn sie meinen, dass sie von ihren Eltern verlassen werden könnten. Meist endet diese Angst bis zum achten Lebensjahr und wird in dieser Zeit besonders durch Todesfälle im Umfeld des Kindes geschürt. Die Herausforderung für Eltern besteht fraglos in dieser Zeit darin, einem Kind den Unterschied zwischen Zeitweiligem und Endgültigen zu vermitteln.

Der Versuch, das Endgültige zum Beispiel mit dem ‚Himmel‘ zu mildern, führt bei Kindern im Vorschulalter nicht automatisch zur erhofften Entlastung, denn ‚wenn Oma im Himmel ist, dann kann sie ja auch wiederkehren. Und tut sie es nicht, bin ich als Kind vielleicht Schuld daran, dass sie wegbleibt ....‘ Zusätzlich erschwert wird diese ‚Aufklärung‘, wenn das Kind medial erlebt, dass soeben in Stücke Gefetztes im nächsten Moment wieder auf dem Bildschirm erscheint. Tod bekommt damit den Status eines ‚Vorübergehenden‘ und eines ‚Zufalls‘ – lebendig bleibt aus dieser Sicht, wer aufpasst. Da Kinder erleben, dass man auf sie aufpasst, ist der Gedanke naheliegend, dass ‚auf Oma nicht genügend aufgepasst wurde, denn sonst wäre sie ja nicht im Himmel. Und wenn sie zurückkommt, dann muss man auf sie besser achten‘.

Ein weiteres Phänomen in diesem Alter besteht darin, dass Kinder ihren eigenen Tod nicht thematisieren. Er ist nur bei anderen möglich. Diese Sicht wird auch dadurch bestärkt, wenn das Kind durch das Töten von Insekten ebendiese Erfahrung macht.

Ab dem sechsten Lebensjahr beginnt nun etwas Neues – die Verbindung der Situationen, die Tod erzeugen, mit ihren Emotionen. Es entsteht Mitgefühl – zum Beispiel, wenn ein Schulkamerad über den Tod eines ihm nahen Menschen spricht. Das Bild des Finalen wird dem Kind in diesem Alter immer klarer, auch, wenn sie dies weiterhin nur auf andere projizieren. Zuweilen findet sich in den kindlichen Gedanken die Zuschreibung des Todes auf eine wesenhafte Gestalt, sei es, dass der Tod in Form eines Skeletts oder eines Engels angesehen wird, die die Aufgabe haben, das Böse oder Freche zu holen. Dagegen jedoch kann sich das Kind in seiner Vorstellung schützen, es muss dann entweder brav oder schlauer sein.

Mit dem Schuleintrittsalter gewinnt das Kind mehr Interesse daran, was nach dem Tod geschieht und sie erfahren, dass es viele Ursachen für ihn gibt. Die Möglichkeit des Todes von Vater und Mutter wird konkret, auch können sich in diesem Alter erstmals Todeswünsche gegen Mitglieder der Familie zeigen oder Kinder deuten an, dass sie bei dieser oder jener Person sein wollten, wäre Papa oder Mama tot. Mit dem siebten Lebensjahr gewinnt das Kind ein Zeitbewusstsein, es erinnert Todesfälle und die mit dem Tod verbundene Symbolik rückt ins Interesse. Weiterhin wird das vielleicht aufkeimende Gespür, dass man selbst auch tot sein wird, ausgeblendet. Ab acht oder neun Lebensjahren wissen Kinder, dass jeder Mensch einen Tod erfährt, auch man selbst. Damit gewinnen Bilder an Bedeutung, die das Kind sich über den eigenen Tod macht. Es zeigt Interesse an dem, wie der Tod eintritt und was nach dem Tod passiert, wenngleich die – in diesem Alter auch bereits grob bekannten – Vorgänge, die der Körper nach dem Tod vollzieht, meist noch nicht verarbeitet werden können.

Um elf Jahre herum nimmt der Bezug zum Tod stark ab, um dann mit der Pubertät wieder deutlicher zu Tage zu treten. Die Vorstellungen über Tod und den vorangegangenen Sterbeprozess sind konkret mit Wissen unterlegt und je nach sozialem Umfeld und Milieu werden als Ursache für den Tod natürliche oder auch unnatürliche Gründe reflektiert.

Mit der Pubertät erkennen Kinder und Jugendliche die Zusammenhänge des Todes und haben ihn in das Verhältnis zu ihrem eigenen Leben gestellt. Treten in dieser Phase Todesfälle im sozialen System auf, dann kann ein Rückfall in kindliche Interpretationen beobachtet werden.

Die Fragen nach dem Sinn von Leben und Tod nehmen entwicklungsbedingt im Verlauf der Pubertät zu, meist einhergehend mit ihrer Einbindung in andere Kontexte wie Liebe, Sexualität, Hoffnung, Zukunft, Angst und das Verhältnis zu den eigenen Bezugspersonen. Bleibt der Jugendliche in dieser Zeit ohne Raum für das Gespräch über seine Gedanken und Empfindungen, sucht er sich oftmals andere Antwortquellen. Bleiben diese unreflektiert stehen und gewinnen sie Einfluss auf die Identitätsentwicklung des Jugendlichen, können sie letztlich zu Verhaltensmustern führen, deren Fortbestand sich in einem destruktiven Selbst- und Zukunftsbild zeigen.

Auch aus diesen Gründen darf angenommen werden, dass sich das auf die jeweilige Entwicklungsstufe des Kindes bezogene Gespräch und ein über alle Gespräche hinweg konsequent für das Kind und den Jugendlichen wahrnehmbarer, aber nicht ideologisch gefärbter ‚roter Gesprächsfaden‘ als günstig erweist. Das Thema ‚Tod‘ ist folglich nicht mit ‚einem Mal erledigt‘. Dazu jedoch ist die

Selbstaufklärung von Eltern und Erziehern, ihr eigenes Bild vom Sterben und vom Tod und die Reflexion ihrer eigenen Ängste und Glaubenssätze erforderlich.

Dem Gespräch mit einem Kind oder Jugendlichen über den Tod, sollte nicht ausgewichen werden. Dabei stehen einer fürsorglichen Aufklärung, die das Alter, die Ich-Stärke, den gesundheitlichen Status und die Reife berücksichtigen, die Gedanken und Bilder des Kindes oder Jugendlichen gegenüber. Für die Entwicklung dienlich ist es, das eigene Bild von Sterben und Tod offen zu halten für die Einwände des jungen Menschen. Allemal passend ist es, bei einem konkreten Todesfall über die Todesursache des Verstorbenen zu sprechen, so dass gerade Kinder in jungen Lebensjahren den Tod nicht mit ihrem eigenen Verhalten in Verbindung bringen.

Als praktikabler Wegweiser für die Frage, wann auf eine externe, psychologische Unterstützung eines Kindes oder eines Jugendlichen zurückgegriffen werden sollte, kann diese Übersicht dienen. Hier gilt, dass eine solche Hilfe insbesondere dann genutzt werden sollte, wenn zwei oder mehr Kriterien zutreffen:

- Lebensalter unter 6 Jahren, wenn Eltern oder ein Elternteil stirbt
- Wechsel der Schule des Kindes
- Wechsel des Wohnortes nach einem Todesfall
- Pathologische Trauer bei der oder den Bezugspersonen des Kindes
- Auffällige Hochstimmung des Kindes beim Tod eines Elternteils
- Starke körperliche Bindung zum lebenden Elternteil
- Plötzlicher und unerwarteter Tod oder Unfalltod
- Tod der Bezugsperson nach über sechsmonatiger Krankheit
- Tod der Bezugsperson in einem Einsatz bei der Bundeswehr
- Zwei oder mehr Todesfälle in kurzen Abständen
- Zeitlich nahe Todesfälle im Freundeskreis des Kindes oder Jugendlichen
- Finanzielle Notlage nach einem Todesfall mit Auswirkungen auf das Kind
- Vor dem Todesfall bereits bestehende psychische Belastung des Kindes
- Mädchen, deren Mutter bei der Geburt eines Kindes, durch Gebärmutter- oder Brustkrebs starb
- Junge, dessen Vater in der Zeit seiner Pubertät starb