

Sterben ohne Abschied

Auseinandersetzung in ästhetischen Prozessen: persönliche Erfahrung und Impulse für die Schule

Claudia Kraft-Lochter

Zusammenfassung

Es gibt Ereignisse, die uns unvorbereitet treffen und einen Schock auslösen. Insbesondere der plötzliche Verlust eines uns nahestehenden Menschen durch beispielsweise Unfall, Suizid, Naturkatastrophe oder Krankheit wie Covid-19 kann den Trauerprozess erschweren. Was könnte helfen, wenn ein Abschiednehmen vom Sterbenden oder auch Toten nicht möglich war? Was bedeutet das für den Trauerprozess und welche Möglichkeiten der Auseinandersetzung existieren? In diesem Artikel werden allgemeine Konzepte zur Bewältigung und mögliche Facetten eines Trauerprozesses skizziert. Anschließend werde ich mit dem Fokus auf ästhetische Auseinandersetzung auch meinen individuellen Weg aufzeigen, um danach Möglichkeiten einer Begleitung von trauernden Kindern und Jugendlichen in der Schule vorzustellen.

Es gibt Ereignisse, die uns überrollen, völlig unvorbereitet treffen, die uns fassungslos und hilflos machen, die unsere Vorstellungskraft übersteigen. Aktuell sind es die Bilder aus den nach den Unwettern durch Hochwasser zerstörten Orten wie Erfstadt-Blessem oder Ahrweiler. Neben Zerstörung und materiellem Verlust sind auch viele Todesopfer zu beklagen. Opfer, Angehörige, Bekannte und Nachbarn waren darauf nicht vorbereitet: ein Sterben ohne Abschied.

Was hilft, wenn ein Abschiednehmen vom Sterbenden oder auch Toten nicht möglich war? Was bedeutet das für den Trauerprozess und welche Möglichkeiten der Auseinandersetzung existieren? Im Folgenden möchte ich auf allgemeine Konzepte zur Bewältigung und Facetten des Trauerprozesses eingehen. Anschließend meinen individuellen Weg aufzeigen, um zum Schluss Möglichkeiten einer Begleitung durch die Lehrkräfte u. a. durch gestalterische Auseinandersetzung beim Tod einer Mitschülerin oder eines Mitschülers in der Schule vorzustellen.

Am 25. Dezember 2017 stand die Welt für mich still. An diesem Tag nahm sich mein Sohn das Leben. Unangekündigt, irreversibel. Die besonderen Umstände ließen es nicht zu, mich von ihm zu verabschieden. Es schmerzt noch immer untröstlich, dass ich nicht im direkten Kontakt Abschied nehmen konnte. Nicht vom Lebenden, nicht vom (Körper des) Toten.

Über drei Jahre sind nun vergangen und ich muss lernen, mit dem Verlust meines Kindes und dem Schmerz zu leben. Und erlebte und erlebe, dass ich mit meiner Aufgabe nicht alleine bin.

Insbesondere Corona hat unser Leben, aber auch unser Sterben verändert. In Zeiten der Pandemie haben Angehörige und befreundete Menschen erschwert die Möglichkeit, sich von der sterbenden bzw. verstorbenen Person im direkten Kontakt, auch wegen der drohenden Ansteckungsgefahr bei Covid 19-Erkrankung, zu verabschieden. Dies kann dazu führen, dass Menschen ihre Angehörigen oder Freundinnen und Freunde ohne klärende Aussprache, ohne eine letzte Umarmung und mit ungesagten Wünschen gehen lassen müssen.

Das Thema Sterben hat mit der Pandemie einen größeren Platz als Gesprächsstoff in der Gesellschaft bekommen, wird weniger verdrängt. Im Fernsehen sehen wir Bilder von provisorischen Leichenkühlhäusern und Massengräbern. Jedoch gehen die meisten von uns immer noch von der Erwartung aus, am Ende des Lebens hochbetagt friedlich zu sterben. Die Wirklichkeit sah bereits vor Corona anders aus.

Tod ohne die Möglichkeit des Abschiednehmens vom Sterbenden gab es immer schon bei Unfällen, Flugzeugabstürzen und plötzlichen Todesfällen durch Krankheit, Mord, Naturkatastrophen, Krieg oder durch Suizid. Laut dem Statistischen Bundesamt begehen in Deutschland jährlich etwa 10.000 Menschen Suizid, wobei Depression dabei die häufigste Ursache ist. Bei Verkehrsunfällen sterben im Vergleich jährlich etwa 3.500 Menschen. Corona hat bislang (Bundesregierung, Stand Ende Juli 2021) ca. 91.600 Menschen in Deutschland das Leben gekostet.

Ohne Möglichkeit eines direkten Abschieds wird der Tod unbegreiflicher – unser Körper hat nicht gefühlt, die Augen nicht gesehen, die Hände nicht begriffen, dass ein Mensch aus dem Leben gegangen ist. Wie kann der Verlust als Realität akzeptiert und gelernt werden, damit weiterzuleben?

Jeder Trauerprozess ist einzigartig. Trauer betrifft sowohl den Körper als auch die Seele: Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Erschöpfung etc., aber auch emotionale Ausnahmezustände mit anfänglichem Schock, Schmerz, Wut und Traurigkeit können sich zeigen. „Trauerwege sind anstrengend, unvorhersehbar und ganz individuell. Doch auf allen Trauerwegen setzen sich Menschen mit intensiven Gefühlen auseinander: Schmerz, Sehnsucht und Ohnmacht, aber auch Dankbarkeit und Liebe. Die Trauernden gestalten ihren veränderten Alltag neu, suchen Antworten auf das ‚Warum?‘ eines Todes und beschäftigen sich mit dem Sinn des eigenen Weiterlebens“ (Paul, 2021). Gemeinsame Kennzeichen plötzlicher oder einsamer Tode sind häufig Verzweiflung und die Suche nach der Annahme des

Geschehenen der Hinterbliebenen. „Der plötzliche Tod erschwert die Trauerarbeit (Anmerkung C. K.-L.: besser „Entwicklungsaufgabe“ oder „den Trauerprozess“), weil er so schwer zu realisieren ist. Vieles bleibt ungesagt und unerledigt. Bewusstes Abschiednehmen ist nicht möglich“ (Michel, 2011, S. 27). Parallel zur Frage nach dem „Warum“ stellt sich häufig auch die nach einer möglichen „Schuld“. Selbst wenn die Angehörigen wegen der Pandemie im Krankenhaus nicht besucht werden durften, wird nicht selten die Frage nach eigenen Versäumnissen laut. Auch wenn sich ein nahestehender Mensch das Leben nimmt, wirft das bei den Angehörigen und im Bekanntenkreis oft große Schuldgefühle auf. Schuldgefühle gehören zum Trauerprozess anfangs dazu (vgl. Terhorst, 2017, S. 71-80).

Für ein Verständnis des Trauerprozesses hilfreich ist das Konzept des „Trauerkaleidoskops“ von Paul (2017, 2021). Ältere Modelle (z. B. Kübler-Ross, 1990; Kast, 1982) gingen davon aus, dass Trauer in verschiedenen Phasen unterschiedlicher Dauer durchlaufen wird (nach Kast, 1982, z. B.: Nicht-wahrhaben-Wollen, aufbrechende Emotionen, Sich-Trennen und neuer Selbstbezug). Dagegen beschreibt Worden (2017) keine Trauerphasen, sondern vier „Entwicklungsaufgaben“, die Trauernde für sich lösen müssen: Den Verlust als Realität akzeptieren, den Schmerz verarbeiten, sich an eine Welt ohne die verstorbene Person anpassen, eine dauerhafte Verbindung zu der verstorbenen Person inmitten des Aufbruchs in ein neues Leben finden. Bonnano (2004) fokussiert, dass der Trauerprozess in Wellen verläuft. Trauer kommt und geht in Wellenform, eventuell ein Leben lang. Nach dem Tod eines geliebten Menschen werden die Hinterbliebenen immer wieder von tiefer Trauer überrollt. Die Intensität der Trauer nimmt im Lauf der Zeit ab, so dass die Trauerwellen abschwächen und erträglicher werden. Im Laufe dieser Zeit können durchaus verschiedene Emotionen auftauchen, doch diese sind individuell unterschiedlich, dass man keinesfalls von Phasen sprechen kann.

Das Konzept von Paul (2017, 2021) integriert nun die wesentlichen Theorieansätze der vergangenen Jahre zu einem ganzheitlichen Modell: Trauerwege bestehen aus verschiedenen Erlebensbereichen, welche jeder Mensch, geprägt durch seine eigene Biografie und aktuelle Lebenssituation, durchlebt. Dadurch entstehen höchst individuelle, voneinander verschiedene Trauerwege, die dennoch mit denselben Themen zu tun haben. Diese Themen und Bereiche des Lebens, die von einem Verlust beeinflusst werden, werden von Paul (2017, 2021) als „Facetten des Trauerns“ bezeichnet. Als sechs Facetten des „Kaleidoskop des Trauerns“ differenziert Paul (2017): Überleben, Wirklichkeit, Gefühle, Sich anpassen, Verbunden bleiben, Einordnen.

Das Bild des Kaleidoskops zeigt auf, dass diese Facetten stets gemeinsam existieren, sich ständig zu neuen, sich gegenseitig behindernden oder unterstützenden Strukturen mischen. „Diese Sicht auf Trauerprozesse entspricht dem aktuellen Stand der internationalen Trauerforschung! Mit dem Kaleidoskop des Trauerns ist nun ein leicht zugängliches Bild vorhanden,

das endgültig die Idee von nacheinander ablaufenden Phasen oder Schritten im Trauerprozess ablöst“ (Paul, 2021).

Im Folgenden soll die Facette „Gefühle“ in den Fokus rücken. Gefühle wie Wut, Ohnmacht, Angst, Sehnsucht, Liebe etc. können im Trauerprozess zutage treten. Seelenschmerz, so konkretisiert Paul (2017, S. 17), drückt sich oft auch körperlich aus, z. B. als Magenkrämpfe, Kopfschmerzen. Diese unterschiedlichen Gefühle bahnen sich ihren Weg von innen nach außen. Tränen als Zeichen von Traurigkeit, lautes Weinen als Ausdruck von Wut und Verzweiflung oder Gestalten von Erinnerungsbüchern als Zeichen von Liebe und Dankbarkeit. Als ein wichtiger Baustein des Trauerprozesses kann die (aktive) Auseinandersetzung mit den auftretenden unterschiedlichen Gefühlen festgehalten werden. Gestützt wird diese Annahme auch vom Konzept BASIC Ph.

Das von Lahad (2013) entwickelte Konzept BASIC Ph mit seiner ressourcenorientierten Perspektive kann bei der Bewältigung von Verlusten hilfreich sein. Das Konzept hat seine Wurzeln in der Resilienzforschung, der Erforschung der erwerblichen psychischen Widerstandsfähigkeit. Menschen können trotz hoher psychischer Belastungen gesund bleiben und sehr belastende bzw. traumatische Erlebnisse teilweise auch ohne therapeutische Intervention verarbeiten. Lahad ([2013], zitiert nach DGUV [2014, S. 4]) differenziert sechs grundlegende Bewältigungsstrategien/-stile, die auch auf den Trauerprozess übertragen werden können. Personen nutzen individuelle Strategien oder Kombinationen von Strategien, mit denen sie auf belastende Situationen reagieren:

- B** Belief: Glaube/Religion/Spiritualität, Überzeugungen, Werte
- A** Affects: verbaler und nonverbaler Ausdruck von Gefühlen
- S** Social: soziale Aspekte wie Teil einer Gruppe/Familie zu sein sowie Unterstützung durch diese zu erhalten
- I** Imagination: Phantasie, Kreativität, Humor, Kunst, Musik, Literatur, geleitete Phantasien/Träumerei
- C** Cognition: Informationen suchen, Fakten klären, Schlüsse ziehen, Probleme lösen, Planungen angehen
- Ph** Physical: Aktivitäten, Bewegung, Sport, Arbeiten, Spielen, Essen, Trinken, Schlafen, muskuläre Relaxation

Mit BASIC Ph hat Lahad ein integratives Modell menschlicher Bewältigungsstrategien entwickelt, welches auch eine hilfreiche Grundlage von Präventionsarbeit in Schulen darstellt und bei traumatischen Ereignissen wie Suizid einer Mitschülerin oder eines Mitschülers oder Amoklauf insbesondere bei älteren Schülerinnen und Schülern zur Selbstreflexion von Ressourcen und Möglichkeiten eingesetzt werden kann.

Ziel des Trauerprozesses bzw. der „Entwicklungsaufgabe“ (Worden, 2017) ist es, innerlich Frieden zu finden. Dies gilt auch bei einem erschwerten Trauerprozess. Die neue Ausgabe der ICD-11 (die 2022 in Kraft treten soll) wird (derzeit kritisch diskutiert) anhaltende Trauerstörung als eigenständiges Krankheitsbild beinhalten und nicht mehr der Posttraumatischen Belastungsstörung unterordnen. Aber ab wann ist Trauer eine psychische Erkrankung, ab wann kann man von pathologischer Trauer sprechen, fragt Jatzko (2021, S. 25). Ereignisse wie die zu Beginn genannten (Naturkatastrophen, Suizid, Unfälle etc.) können zu einer Überforderung der psychischen Schutzmechanismen führen, so dass therapeutische Hilfe bei Traumatisierung angenommen werden sollte. Jatzko (2021, S. 11) weist darauf hin, dass in der traumatischen Trauer die Betroffenen in der ersten Zeit nach dem Ereignis kaum Gefühle der Trauer empfinden können. Bei einer traumatischen Trauer können Flashbacks die bewusste Steuerung, die bewusste Wahrnehmung und Entscheidungsfähigkeit ausschalten.

„Als traumatisch erlebte Ereignisse können bei fast jedem Menschen eine tiefe seelische Erschütterung mit der Folge einer Überforderung des angeborenen biologischen Stresssystems verursachen. Somit wirkt sich ein Trauma nicht nur seelisch, sondern auch körperlich aus. Die Überflutung des Gehirns im Rahmen einer überwältigenden Stressreaktion behindert die angemessene Verarbeitung des Erlebten mit der Folge, dass der Betroffene die gemachte Erfahrung nicht wie gewohnt in seinen Erlebnisschatz integrieren und dann wieder Abstand davon gewinnen kann“ (DEPGT, 2021). Nach dem Schock durch die Todesnachricht kann auch bei erschwerter Trauer, falls keine Traumatisierung erfolgt ist, ein Prozess des langsamen Zulassens in Gang gesetzt werden (vgl. hierzu und zur Differentialdiagnose „komplizierte Trauer“ vs. „PTBS“ Jatzko, 2021, S. 28 ff.). Das bedrohliche Ereignis, der plötzliche Tod eines Nahestehenden löst nicht zwangsläufig ein Trauma aus.

In der Psychologie und Medizin versteht man unter dem Begriff „Resilienz“ die „seelische Widerstandskraft“. „Der Begriff bezeichnet die Fähigkeit, dass Menschen ihre psychische Gesundheit trotz widriger Lebensumstände aufrechterhalten oder sie nach einer Krise zurückgewinnen“ (Stangl, 2021). Dies schließt nicht aus, dass sich anfangs eine akute Belastungsstörung oder Anpassungsstörung entwickelt, die jedoch nicht in einer psychischen Erkrankung mündet.

Cyrulnik (2013, S. 60) nennt als die beiden wertvollsten Schutzfaktoren, die vor einer Traumatisierung schützen können, sichere Bindung und die Fähigkeit zur Verbalisierung. Jemanden von dem Ereignis zu berichten, kann die emotionale Bewältigung erleichtern. Hierfür sind Menschen wichtig, die einem zuhören, in engem Kontakt bleiben und Beistand leisten.

Wenn Worte fehlen, können aber auch ästhetische Prozesse helfen, den Ausdruck dessen zu ermöglichen, was schwer in Worte zu fassen ist. Durch Kunst kann der Schmerz, die emotionale, seelische Wunde gestalterisch umgesetzt werden.

Im Folgenden soll exemplarisch insbesondere auf die von Lahad (s. o.) fokussierte Strategie „Imagination“ in Kombination mit der Strategie „Affects“ (Gefühle), explizit auf die Auseinandersetzung mit Tod und Abschiednehmen durch ästhetische Prozesse, eingegangen werden.

Unter „Ästhetischer Erfahrung“ bzw. „Ästhetischen Prozessen“ werden im Folgenden mit Brandstätter (2013/2012) keineswegs nur Erfahrungen im Umgang mit Kunst gemeint sein, sondern darüber hinaus auch sinnlich-ästhetische Erfahrungen und Prozesse.

Das vorliegende Themenheft fragt: „Was macht die Sehnsucht nach Sinnlichkeit mit dem Körper?“ Diese Sehnsucht nach einem sinnlichen Abschiednehmen habe ich auch versucht, mit ästhetischen Prozessen zu stillen, die mich „begreifen lassen“. So nahm ich 2018 an einem Kreativseminar teil.

AGUS e.V. (Selbsthilfe für Angehörige um Suizid) bietet u. a. Seminare zur Bearbeitung trockener Holzfundstücke an. Handwerkliche oder künstlerische Erfahrungen sind nicht erforderlich. „Der Trauer kreativ begegnen bedeutet, aktiv zu werden, die Trauer anzunehmen, sich mit ihr auseinanderzusetzen. Da, wo Worte fehlen, findet Schmerzhaftes und Unaussprechliches im kreativen Ausdruck eine Sprache. Wir möchten Sie in diesem Workshop zum >Tun< anregen, im Gestalten, Erinnerungen und Gefühle einmal auf eine andere Art auszudrücken und dadurch Entlastung und Erleichterung zu erfahren“ (AGUS e.V., 2018).

Ich möchte Sie ein Stück weit an meinen persönlichen Erfahrungen teilhaben lassen: Für den Kurs brachte ich ein großes frisch gesägtes Stück Holz mit. Meine ganze Wut und Trauer ließ ich an diesem Stück aus. Mit voller Wucht trennte ich Teile mit einer Axt ab – bis zur Erschöpfung.

Einige Monate später besuchte ich noch einmal einen Workshop bei der gleichen Dozentin Petra Klutmann-Berger. Diesmal hatte ich Schwemmholz mitgebracht. Und nun fehlte die Wut beim ästhetischen Gestalten und ich schmigelte kleine Unebenheiten im Holz bedächtig und vorsichtig, fast so, als ob ich niemanden verletzen, sondern sanft streicheln wollte. Trauer und tiefer Schmerz prägten meine Auseinandersetzung mit dem Material. So einige schöne, aber auch traurige Erinnerungen an meinen verstorbenen Sohn kamen mir dabei ins Gedächtnis.

In mir wuchs der Wunsch, einen individuellen Grabstein für meinen Sohn zu gestalten. Während meines Studiums für das Lehramt für sonderpädagogische Förderung hatte ich im Ausbildungsfach Kunst mit Tuffstein gearbeitet. Bei meiner Internetrecherche stieß ich auf die Homepage des Künstlers Benedikt Birckenbach, mit dem Angebot, einen individuellen Grabstein in seinem Atelier zu gestalten.

„Wir glauben, dass es ein sehr schöpferischer Weg sein kann, sich auf diese Weise mit Trauer und Tod auseinanderzusetzen. Die Arbeit mit dem Material Stein, der Widerstand, den er uns entgegensetzt, zwingt uns zu Ruhe und Konzentration. Das Gefühl, etwas Ungewöhnliches bewältigt zu haben, kann ein positiver Lichtblick sein, der Kraft gibt. Nicht zuletzt mag man es als schönes und persönliches Geschenk für einen Menschen verstehen, der uns viel bedeutet und gegeben hat. Sie dabei zu unterstützen, wäre uns eine große Freude“ (Birckenbach, o. J.).

Nach intensiven Gesprächen mit dem Künstler und Dozenten Benedikt Birckenbach und vielen innerlichen Auseinandersetzungen entschied ich mich für einen länglichen grünen Anröchter Stein. Grün war die Lieblingsfarbe meines Sohnes und die Form des Steines, eine Stele, passte zu seiner schmalen, hochgewachsenen Statur. 25 Linien wollte ich in den Stein schlagen; jeweils eine Linie für jedes gelebte Jahr. Viele mühsame Stunden der Übung zur Verbesserung der Schlagtechnik lagen vor mir, bis ich dann endlich den Grabstein bearbeiten konnte. Da ich den Stein nicht beschädigen wollte, musste ich äußerst behutsam, konzentriert und dennoch kraftvoll arbeiten, da der Stein aus viel härterem Material als Tuff besteht. In den vielen Stunden kamen mir bei jeder Linie viele einzelne Erlebnisse und Erinnerungen des jeweiligen Jahres wieder in den Sinn. Das Grab ist für mich zu einem ganz besonderen Ort der Erinnerung geworden.



Einen solchen Ort der Erinnerung besucht auch Sara, die ihren besten Freund Rune durch ein Unglück verloren hat. Rune ist beim gemeinsamen Spiel am Wasser ertrunken. Ein solch einschneidendes, schmerzhaftes Erlebnis ist in dem Bilderbuch von Kaldhol (1987) für Kinder deutlich, aber auch behutsam dargestellt. Hieraus ein Zitat, welches die Bedeutsamkeit eines „sinnlichen Erinnerungsortes zum Anfassen und Sehen“ hervorhebt: „Sara pflückt einen Frühlingsstrauß. Sie steckt ihn in ein Glas mit Wasser. Das Glas stellt sie vor den Grabstein, auf dem Runes Name steht. Hübsch sieht das aus. Es ist ein kleines Geschenk. Von Sara für Rune. Bevor sie gehen, streichelt Sara den Stein ein bisschen ...“ (S. 20).

Von Paul (2017) liegen „Trittsteine“, d. h. hilfreiche Überlegungen für die Bewältigung schwieriger Trauerzeiten, vor. Exemplarisch ein solcher Trittstein für das erste Trauerjahr für den Aspekt „Starke Gefühle aushalten“: „Wenn Sie sich immer wieder vom Schmerz überwältigt fühlen, probieren Sie aus, ob es einen Ort gibt, an dem Sie sich dabei geschützt fühlen. Gibt es ein Musikstück, das Sie beruhigt? Hilft Ihnen ein T-Shirt des Verstorbenen oder ein altes Kuscheltier? [...] Gibt es ein inneres Bild z. B. von einem Strand oder einem Wald, das Ihnen Kraft gibt?“ (S. 116). Auch hier sind viele sinnliche Angebote zur Unterstützung genannt.

Auch Kinder und Jugendliche werden mit plötzlichen Todesfällen konfrontiert oder haben im letzten Jahr einen Angehörigen oder jemanden im Bekanntenkreis durch Corona oder das Hochwasser verloren – ohne die Möglichkeit, Abschied zu nehmen. Im letzten Teil meines Artikels möchte ich aus meinen eigenen Erfahrungen heraus, aber auch als Lehrerin des Lehramts für sonderpädagogische Förderung einen Blick auf den Umgang mit Tod und Trauer in der Schule werfen. Wie kann in der Schule der Trauer begegnet werden? Wie können Lehrkräfte die Verarbeitung des Verlustes unterstützen? Je nach Alter der Kinder und Jugendlichen unterscheiden sich die „Todeskonzepte“. Ab dem Alter von 10 Jahren verstehen Kinder, dass der Tod unwiderruflich ist und ab ca. 14 Jahren nehmen Jugendliche den Tod in der Gesamtheit seiner Dimension wahr (vgl. Specht-Tomann/Tropper, 2008, zitiert nach Michel, 2011, S. 10). Bei den jeweiligen Angeboten muss das Lebens- und Entwicklungsalter zwingend berücksichtigt werden. Möglicherweise existieren in den Schulen präventiv mit dem gesamten Kollegium erarbeitete Notfallpläne, Unterrichtshilfen oder speziell geschulte Krisenteams, die eventuell auch mit außerschulischen Institutionen zusammenarbeiten und dadurch die akute Situation entlasten und Handlungsfähigkeit in der Krise sichern können.

Im Umgang mit plötzlichen Todesfällen in der Schule weist Michel (2011, S. 27) darauf hin, dass jede Form der kreativen Gestaltung und aktiven Auseinandersetzung die Trauerarbeit unterstützt. Dabei sei entscheidend, dass Kinder und Jugendliche ausreichend Raum bekommen, um sich ihren eigenen Gefühlen anzunähern. Wichtig ist hierbei ein geschützter

Rahmen, in dem ohne Wertung absolut vertraulich alles ausgedrückt werden darf. „Gerade Kinder brauchen sinnliche Erfahrungen, um Erlebtes zu begreifen und haben in der Regel ein starkes Bedürfnis, ihre Trauer kreativ und individuell auszudrücken“ (Michel 2011, S. 46).

Ein „Notfallkoffer“ bzw. eine „Trauerkiste“ kann Lehrkräften helfen, die ersten Tage und Wochen in der Klasse mit den Kindern und Jugendlichen zu bewältigen. „In die Kiste gehören: ein schönes Tuch, nicht in schwarz; eine Kerze, Feuerzeug; ein Bilderrahmen für das Foto des verstorbenen Mitschülers; Symbolgegenstände wie Muscheln, Murmeln, kleine Sonnen aus Holz; Fotokarten, z. B. mit Naturmotiven; eine Vase; Handschmeichler; evtl. (Brief-)Papier und schöne Stifte in allen Farben, auch schwarz; evtl. Impulstexte“ (Weber/Wirtz, 2019, S. 69).

Es besteht eventuell die Möglichkeit, den Sarg zu bemalen oder zu schmücken, im Klassenraum den Platz der verstorbenen Mitschülerin bzw. des Mitschülers zu gestalten (mit Tüchern, Kerzen, Foto, Blumen etc.), Erinnerungsgeschichten, -bücher oder Bilder anzufertigen etc. In manchen Schulen gibt es auch Orte der Erinnerung. Beispielsweise werden an der Christopherusschule in Bonn und an der Frida-Kahlo-Schule in Sankt Augustin, beides Schulen mit dem Förderschwerpunkt körperlich-motorische Entwicklung, jeweils ein Stein der Erinnerung für jede Verstorbene bzw. jeden Verstorbenen in einen Mosaikbrunnen gelegt. An der Königin-Juliana-Schule in Bonn, eine Schule mit dem Förderschwerpunkt Geistige Entwicklung, gibt es einen Ort der Stille auf dem Schulgelände zum Trauern und Verweilen. Hier führen sternenförmig Wege zu einem Baum. Ein dicker Stein erinnert hier an einen verstorbenen Schüler.

Auch der vorübergehende Bau einer „Klagemauer“ aus Ytong-, Ziegelsteinen oder Schuhkartons ist eine Idee aus dem Bereich ästhetischer Erfahrung, um den Kindern und Jugendlichen zu ermöglichen, ihre Gedanken und Gefühle in Worte zu fassen und die Briefe bzw. Bilder in die Mauer zu stecken (vgl. Michel, 2011, S. 47). Ebenso ermöglicht das „Feueritual“ (vgl. Michel, 2011, S. 54), Ungesagtes der Verstorbenen oder dem Verstorbenen noch mitzuteilen. Hierfür werden die ungesagten Dinge auf Zettel aufgeschrieben oder gemalt und dann in einer Feuerschale auf dem Schulhof verbrannt. Auch kann die Asche dann noch gemeinsam an einem Ort verstreut werden.

Ferner darf das Grab eventuell in Absprache mit den Angehörigen ästhetisch gestaltet werden. Witt-Loers (2016, S. 21 ff.) nennt als hilfreiche Idee für die Praxis, beispielsweise Schmetterlinge aus Kunststoffgranulat herzustellen und an einen Buchsbaum auf dem Grab als Zeichen der Anteilnahme zu befestigen. Aber auch bemalte Luftballons oder andere Gegenstände, wie z. B. CDs mit Lieblingsmusik, können je nach Situation und Biografie geeignet sein, um einen kleinen Baum oder Busch zu schmücken.

So kann der gestalterische Umgang dazu beitragen, den Trauerprozess aktiv zu unterstützen, Gedächtnisspuren neu zu verknüpfen, Schmerz oder andere Gefühle auszudrücken und einen Weg zu finden, mit dem Verlust weiterzuleben.

„Zurück bleiben die, die jemanden verloren haben. Für immer. [...] Für immer sind zwei kurze Worte. Aber sie sind auch so lang, dass man es sich eigentlich gar nicht vorstellen kann. [...] Länger als unendlich und ungefähr so lang wie ewig. Nur eben für immer“ (Lüftner, 2008, S. 8, 12, 13).

Mein Trauerprozess ist nicht zu Ende, aber ich lebe weiter mit „leichterem Gepäck“ (vgl. hierzu Paul, 2017, S. 10), da ich in Gesprächen und im gestalterischen Tun meinen Gefühlen Ausdruck geben konnte. Neben dem Schmerz bleibt dennoch die unstillbare Sehnsucht danach, meinen Sohn noch einmal in den Arm zu nehmen. Denn mein Sohn ist tot – für immer.

„Manchmal Begreifst du, dass es ein Wandel in dir ist. Langsam spürst du, die Seele vergisst nicht. Die Gedanken haben alles genau aufgezeichnet...“ (Jatzko, 2021, S. 40).

Literatur

- AGUS e.V. Kreativer Ausdruck in der Trauer – Kreativseminar 2018 – workshop mit Petra Klutmann-Berger (2018). <https://www.agus-selbsthilfe.de/aktuelles/news/seminare/news-einzelansicht/news/detail/News//kreativer-ausdruck-in-der-trauer-kreativseminar-2018-234> (Zugriff 18.5.2021)
- Birckenbach, B. (o. J.). Einen individuellen Grabstein gestalten. <http://www.bildhauersommer.de/grabstein.html> (Zugriff am 27.07.2021)
- Bonnano, G. A. (2004). Loss, Trauma and Human Resilience – Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*, Vol. 59 (1), S. 20-28.
- Brandstätter, U. (2013/2012). Ästhetische Erfahrung. <https://kubi-online.de/artikel/aesthetische-erfahrung> (Zugriff 27.07.2021)
- Bundesregierung Deutschland (2021). Im Überblick. Die aktuellen Fallzahlen in Deutschland und weltweit. <https://www.bundesregierung.de/breg-de/suche/fallzahlen-coronavirus> (Zugriff 26.07.2021)
- Cyrunik, B. (2013). *Rette dich, das Leben ruft*. Berlin: Ullstein.
- DEPGT (2021). Was ist ein Trauma und wie entstehen Traumafolgestörungen? <https://www.degpt.de/informationen/fuer-betroffene/trauma-und-traumafolgen> (Zugriff 26.07.2021)
- DGUV (Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung) (2014). Tod und Trauer. Trauerprozesse. Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 3. https://www.dguv-lug.de/fileadmin/user_upload_dguvlug/Unterrichtseinheiten/Sekundarstufe_I/Tod_und_Trauer_in_der_Schule/ABS_2014_01_Hintergrundinfo_3_Tod_und_Trauer.pdf (Zugriff 15.6.2021)

- Jatzko, S. (2021). Nicht jede Trauer ist ein Trauma. Herausgegeben von AGUS e.V. Bundesgeschäftsstelle. AGUS Schriftenreihe: Hilfe in der Trauer nach Suizid. Bayreuth: AGUS.
- Kaldhol, M. (1987). Abschied von Rune. Mit Bildern von Wenche Øyen. Hamburg: Heinrich Ellermann.
- Kast, V. (1982). Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses. Stuttgart: Kreuz.
- Kübler-Ross, E. (1990, 15. Auflage). Interviews mit Sterbenden. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus Gerd Mohn.
- Lüftner, K. (2008). Für immer. Mit Bildern von Katja Gehrmann. Weinheim, Basel: Beltz.
- Michel, K. (2011). Tod und Trauer in der Schule – Eine Handreichung. Herausgeber: Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V. Eutin: Druckerei Bogs.
- Mooli Lahad (Hrsg.) (2013). The "BASIC Ph" Model of Coping and Resiliency: Theory, Research and Cross-Cultural Application (English Edition). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Paul, C. (2017). Ich lebe mit meiner Trauer. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Paul, C. (2021). Das Kaleidoskop des Trauerns. <https://chrispaul.de/trauerkaleidoskop> (Zugriff 18.5.2021)
- Specht-Tomann, M., Tropper, D. (2011). Wir nehmen jetzt Abschied – Kinder und Jugendliche begegnen Sterben und Tod. Düsseldorf: Patmos-Verlag.
- Stangl, W. (2021). Stichwort. ‚Resilienz – Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik‘. <https://lexikon.stangl.eu/593/resilienz> (Zugriff am 26.07.2021)
- Terhorst, E. (2017). Ich konnte nichts für dich tun. Trauern und weiterleben nach dem Verlust durch einen Suizid. Freiburg im Breisgau: Herder.
- Weber, K., Wirtz, P. (2019). Krankheit, Tod und Trauer in der Schule. Eine Praxishilfe zum achtsamen Umgang. Weinheim, Basel: Beltz.
- Witt-Loers, S. (2016). Sterben, Tod und Trauer in der Schule. Eine Orientierungshilfe. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Worden, J. W. (2017, 5. Auflage). Beratung und Therapie in Trauerfällen – Ein Handbuch. Göttingen: Hogrefe.

Dr. Claudia Kraft-Lochter ist Fachleiterin im Kernseminar und im Förderschwerpunkt Geistige Entwicklung im ZfSL Siegburg. Mehrere Jahre war sie zudem Fachleiterin für die Fächer Kunst und Mathematik und hat als Lehrerin für Sonderpädagogik an einer Förderschule für Geistige Entwicklung unterrichtet. Sie promovierte zu dem Thema „Integrationspädagogische Qualifikation: eine empirische Untersuchung zur integrationspädagogischen Neuorientierung der Lehrerbildung“ und hat Fachartikel zum „Konzept Motomathe“, zu Kunstpädagogik „Mit Erdfarben malen. Kreativ gestalten mithilfe von Naturmaterialien“ und zu „Unterstützter Kommunikation/Social Stories“ veröffentlicht.
Claudia.Kraft-Lochter@zfsl-su.de