

Wenn Eltern trauern...

Was wir tun können

Zeige deine aufrichtige Anteilnahme und Fürsorge!

Stell dich zur Verfügung:

Um Zuzuhören, Besorgungen zu machen, bei den Kindern zu helfen oder was sonst in dieser Zeit notwendig erscheint.

Sag ihnen, dass dir das, was ihrem Kind geschehen ist und der Schmerz, den sie erleiden leidtut.

Erlaube ihnen, soviel Trauer auszudrücken, wie sie jetzt gerade empfinden und mit dir teilen möchten.

Ermutige sie, mit sich selbst Geduld zu haben, nicht zu viel von sich selbst zu verlangen und sich selbst keine Schuld zuzuschreiben.

Erlaube ihnen, über ihr Kind, das sie verloren haben, so viel und so oft zu sprechen, wie sie möchten.

Schenke den Geschwistern des Kindes beim Begräbnis und in den Monaten danach ganz besondere Aufmerksamkeit (sie sind ebenfalls verletzt, verwirrt und benötigen ein zusätzliches Maß an Aufmerksamkeit, was ihre Eltern ihnen in dieser Zeit wahrscheinlich nicht geben können).

Versichere ihnen, dass sie alles in ihrer Macht Stehende getan haben und dass ihr Kind die bestmögliche Versorgung erhalten hat oder was du sonst an positiven und wahren Dingen über die Fürsorge für das Kind sagen kannst.

Quelle: Trauer über den Tod eines Kindes; Hilfen für verwaiste Eltern; Hospiz Stuttgart; Staffelbergstr. 22; 70184 Stuttgart

Was wir lassen sollten

Lass dich nicht durch dein eigenes Gefühl der Hilflosigkeit davon abhalten, den trauernden Eltern hilfreich die Hand zu reichen.

Meide sie nicht, nur weil Dir der Kontakt unangenehm ist. Von Freunden, guten Bekannten usw. gemieden zu werden fügt zusätzlichen Schmerz zu einer ohnehin unerträglich schmerzhaften Situation bei.

Sage nicht, du wüsstest, was sie empfinden! (Wer nicht selbst ein Kind verloren hat, wird nicht verstehen können, wie es ihnen geht.)

Sage niemals: „Geht es ihnen denn immer noch nicht besser?“ oder irgendetwas Ähnliches, das die Gefühle der Eltern beurteilt.

Schreibe ihnen nicht vor, was sie eigentlich tun oder fühlen sollten!

Wechsle nicht das Gesprächsthema, wenn sie auf ihr totes Kind zu sprechen kommen.

Vermeide es nicht, den Namen des Kindes zu erwähnen aus Angst, sie damit an ihren Schmerz zu erinnern. (Sie haben ihn ohnehin nicht vergessen).

Weis nicht daraufhin, dass sie ja noch andere Kinder haben (Kinder sind nicht austauschbar oder gegenseitig zu ersetzen).

Sage nicht, dass sie ja auch noch mehr Kinder haben können (ein anderes Kind kann das Verstorbene nicht ersetzen).

Mache keine Bemerkungen, die in irgendeiner Weise vermuten lassen könnten, dass ihre Fürsorge für das Kind nicht angemessen gewesen sei (Eltern werden schon ohnedies genügend durch Gefühle von Zweifel und Schuld gequält).