Umgang mit Trauernden



© Sabrina Lehmann - Hof Narla

Kindertrauer-Bullshit-Bingo

Ich wusste nicht, dass er/ sie/ es dir so viel bedeutet!	Alles wird wieder gut!	Ist doch nicht so schlimm!	Damit musst du dich nicht auseinander-setzen.	Deine Geschwister kommen damit auch klar!
Jungen weinen nicht!	Ein Indianer kennt keinen Schmerz!	Bis du groß bist, ist alles wieder gut!	Du bist ein Mädchen - sei doch vernünftig!	Du bist noch zu klein (um das zu verstehen).
Das verstehst du noch nicht!	Für dich verändert sich doch nichts!	Da musst du doch nicht weinen.	Du bist doch kein Baby mehr!	Du findest neue Freunde!
Das ist doch jetzt kein Grund traurig zu sein!	Wir kaufen dir ein neues Kuscheltier/ Spielzeug.	Jetzt beruhige dich, es ist doch nur ein Kuscheltier/ Spielzeug.	Dann hättest du eben besser darauf aufpassen müssen!	Wir wollen doch nur dein Bestes!

Erfahrungen von Teilnehmer*innen aus dem Online-Kurs "Kindertrauer im Pädagogischen Alltag" 10/2026

Sabrina Lehmann, Trauerbegleiterin

Wer wissen möchte, was ein Trauernder braucht, der braucht lediglich den Trauernden zu fragen.

Das gilt auch für Kinder!!!

- Bleib im Kontakt!
- Es geht ums (aus)halten!
- Ratschläge sind Schläge!
- Offene Angebote!

Kinder und Trauer

Die Trauer der Erwachsenen ist wie das Waten durch einen langen Fluss, dessen Ufer nicht zu erkennen ist. Kinder stolpern in Pfützen der Trauer und springen dann wieder weiter.
(Astrid Lindgren)



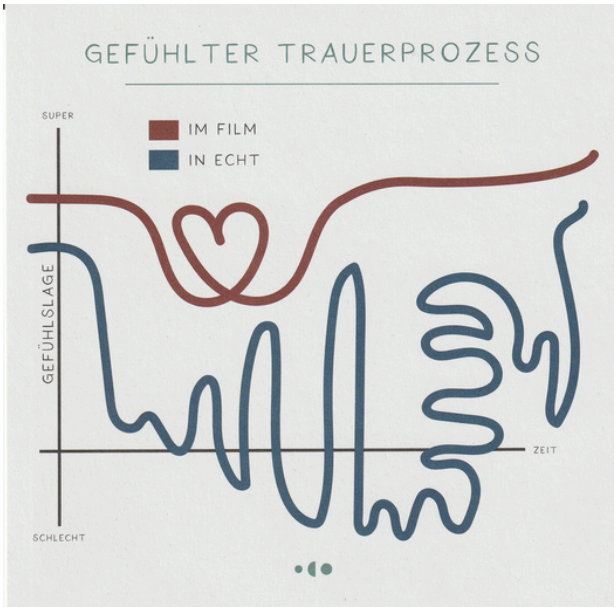
© Sabrina Lehmann - Hof Narla

- kognitive Entwicklung des Kindes berücksichtigen
- Kinder drücken unmittelbar aus, was in ihnen vorgeht
- sie greifen auf bekannte Erfahrungen und Ressourcen zurück

Wir schubsen Kinder nicht
in Trauerpfützen!

Wann endet Trauer?

Trauer endet nicht-
aber sie verändert sich!



Quelle: Vergiss Mein Nie - Hamburg

© Sabrina Lehmann - Hof Narla

Gestalte dein persönliches Tränenmosaik

Du brauchst:

- einen Ausdruck der Tränen
- Schere, Kleber, (Bunt)Stifte
- ein Blatt Papier

Male für jede Trauer in deinem bisherigen Leben eine Träne aus, gib ihr einen Namen, wenn du magst. Schneide die Tränen aus und klebe sie - ganz nach deinem Gefühl - auf das weiße Blatt.

© Sabrina Lehmann - Hof Narla