

Margit Franz

## Offen und ehrlich: Mit Kindern über den Tod sprechen

Der Tod ist ein Thema, das oft mit Unsicherheit und Unbehagen behaftet ist. Viele Erwachsene fragen sich: Wie sollen wir mit Kindern über dieses schwierige Thema sprechen? Hierfür ist es entscheidend zu verstehen, dass Kinder von Natur aus neugierig sind. Sie können einen offenen, natürlichen Umgang mit dem Thema entwickeln – wenn wir ihnen dazu die Möglichkeit geben.

**Der Lebenskreislauf als Einstieg.** Ein erster Schritt kann sein, Kindern den Lebenskreislauf in der Natur näherzubringen. Wenn sie sehen, wie Pflanzen wachsen, blühen und verwelken, lernen sie den natürlichen Ablauf von Werden und Vergehen kennen. Solche Erlebnisse helfen ihnen, das Leben in seiner Gesamtheit zu begreifen und den Tod nicht als etwas Ungewöhnliches oder Bedrohliches wahrzunehmen.

**Gelegenheiten, das Thema anzusprechen.** Alltägliche Beobachtungen bieten natürliche Gesprächsanlässe. Ein toter Igel am Straßenrand oder ein Friedhofsbesuch (ohne traurigen Anlass) sind Gelegenheiten, um mit Kindern über den Tod zu sprechen. In solchen Momenten können wir ihnen helfen, den Tod als Teil des Lebens akzeptieren und verstehen zu lernen. Der Tod muss nicht zwangsläufig mit Angst und Ohnmacht verbunden sein. Auch regelmäßige Kontakte zu älteren, kranken Menschen können Kindern den Umgang mit dem Altwerden, Kranksein und dem Sterben näherbringen und ihnen helfen, eine natürliche Perspektive darauf zu entwickeln.

**Kinder nicht vor Verlusten bewahren, sondern begleiten.** In Verlustsituationen – der Verlust eines Gegenstands oder der Tod eines Haustiers – sollten wir unsere Kinder nicht von diesen Erfahrungen fernhalten. Stattdessen brauchen sie Raum, um ihre Gefühle zu verarbeiten. Für Kinder ist es hilfreich, ihren Verlust nicht sofort durch schnellen Ersatz zu „heilen“. Wenn wir ausreichend Zeit geben und sie einfühlsam begleiten, lernen sie, dass Abschied und Trauer zum Leben gehören. So entwickeln sie wertvolle Strategien, um mit Verlusten umzugehen.

**Offene und ehrliche Gespräche führen.** Eine vertrauensvolle Kommunikation hilft Kindern, ihre Fragen zu stellen und ihre Ängste zu überwinden. Dabei sollten wir sowohl die sachliche als auch die emotionale Ebene berücksichtigen. Bilderbücher, die behutsam mit dem Thema umgehen, können eine wertvolle Unterstützung sein. Sie zeigen, dass das Leben eines verstorbenen Menschen in unseren lebendigen Erinnerungen und vielfältigen Geschichten weiterleben kann.

**Keine einfachen Antworten, aber ehrliche Haltungen.** Kinder stellen oft Fragen, auf die wir keine einfachen Antworten haben. In solchen Momenten ist es vollkommen in Ordnung zu sagen: „Darauf weiß ich keine Antwort.“ oder „Das weiß niemand so genau.“ Diese ehrliche Haltung stärkt das Vertrauen des Kindes. Gleichzeitig sollten wir vorsichtig mit Aussagen sein, die später nicht mehr haltbar sind, da dies das Vertrauen des Kindes in uns erschüttern könnte.

**Den Tod als Teil des Lebens begreifen.** Der Tod muss kein Tabuthema sein. Vielmehr bietet er die Möglichkeit, mit Kindern über Leben, Verlust und Liebe zu sprechen. Wenn wir ihnen helfen, eine gesunde Haltung zum Tod zu entwickeln, stärken wir sie auch darin, das Leben bewusster und wertschätzender zu erleben.

Margit Franz, Diplom-Pädagogin Darmstadt

[www.margitfranz.de](http://www.margitfranz.de) / <https://www.instagram.com/margit.franz>