

Abschied nehmen!

Tod und Trauer in der Miniarbeit

Bei den diesjährigen „AK Mini on tour“-Besuchen haben wir uns mit dem Thema Tod und Trauer in der Miniarbeit auseinandergesetzt. Dem AK Mini ist es wichtig, dieses wichtige, wenn auch schwierige Thema, auch hier nochmal aufzugreifen und euch Minileiterinnen und Minileiter zu motivieren, mit euren Minis dazu zu arbeiten. Hier nochmals ein paar Infos, Methoden und Ideen:

Andrea

Vier Aspekte, die der Tod umfasst

1. Alle Körperfunktionen und alle Sinne funktionieren nicht mehr
2. Der Tod ist endgültig, es gibt keine Rückkehr ins irdische Leben
3. Für jeden Tod gibt es einen Grund, eine Ursache (Altersschwäche, Krankheit, Unfall, ...)
4. Alle Lebewesen müssen sterben

Quelle: Wittkowski, J. 1990 und Wintsch, H. 1996

Wie stellen sich Kinder den Tod vor?

Kinder bis zum Alter von etwa vier Jahren

- haben keine genaue Vorstellung von Raum und Zeit (Tod und Schlaf werden manchmal gleichgesetzt)
- haben keine Angst vor dem eigenen Tod (man kann aus dem Tod wieder ins Leben zurückkehren = aufwachen; der Tod wird als zeitlich begrenzt betrachtet)
- haben die Vorstellung, dass der Tod nicht jeden betrifft (z.B. die eigenen Eltern sterben nicht)

Kinder von fünf bis etwa acht Jahren

- ab etwa sechs Jahren verstehen Kinder, dass der Tod endgültig ist und alle Lebewesen betrifft
- erste Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod (häufig mit Ängsten verbunden)
- der Tod ist eine Bestrafung (Kinder haben die Vorstellung, dass der Tod als Bestrafung für nicht braves Verhalten ist)

Kinder von neun bis etwa zwölf Jahren

- haben ein umfassenderes Verständnis über den Tod (Kinder kennen unterschiedliche Todesursachen) setzen sich mit dem eigenen Tod auseinander (Angst vor dem eigenen Sterben, Vorstellungen oft schmerzhaft)
- haben die Vorstellung, dass der Tod eine bestimmte Person ist (der Tod sei jemand bestimmtes, der kommt: Sensenmann, schwarze Mann, ...)

Heranwachsende ab etwa 13 Jahren

- haben ein umfassendes Verständnis über den Tod und dessen Folgen (konkrete Gedanken über das, was dadurch passiert oder auch nicht mehr geschehen kann bzw. wird)
- setzen sich intensiv mit dem eigenen Tod und Sterben auseinander (häufig konkrete Gedanken darüber, was wäre wenn man sterben würde)

Quelle: aus Vortrag KI-Tage 2014 Innsbruck, Autor: Oliver Junker, www.kindertrauer.info

Oft werden Kinder und Jugendliche zum ersten Mal mit dem Tod eines nahestehenden Menschen konfrontiert und verfügen noch nicht über Bewältigungsstrategien. Ihre Trauer kann sehr verschieden verlaufen, ist oft undurchschaubarer, unberechenbarer und unterliegt einem anderen Rhythmus. Wichtig ist es, Jugendlichen ihrer eigene Form der Trauer zuzugestehen, da es keine richtige oder falsche Trauer gibt.

Prinzipien für den Einsatz von Minis bei Begräbnisfeiern:

- Freiwilligkeit
- Trauer/Gefühle thematisieren (Warum sind die Angehörigen traurig? Jeder Person trauert anders, hat andere Bedürfnisse und Ausdrucksformen)
- Ansprechperson für Minis
- Nicht überdramatisieren, bzw. Gefühle produzieren, die nicht das sind
- Dank/Wertschätzung an Minis nicht vergessen
- evtl. Möglichkeit, Abschied zu nehmen

Wenn Betroffenheit auftritt

Wenn du eine Gruppenstunde zu diesem Thema gestaltest oder bei einer Beerdigung Betroffenheit auftritt...


- sich viel Zeit nehmen, Tränen dürfen sein
- Möglichkeit zum Reden geben (Was macht dich jetzt gerade traurig? Was brauchst du jetzt, damit du getrost trauern kannst? Möchtest du von einer Person erzählen, die du vermisst? Wann war ich einmal so traurig?)
- Möglichkeit zum Abschiednehmen geben (Brief, Flaschenpost, Luftballon, Papierschiffchen mit Botschaft auf den Weg schicken...)
- Luft & Bewegung: Spaziergang
- auch nach der Beerdigung oder Gruppenstunde Zeit einplanen!



amoi seg ma uns wieda

Ideen für die Gruppenstunde


Abschiede/Trauer thematisieren

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	2-3 Personen	15 min

So geht's:

Lade deine Minis dazu ein über folgende Fragen zu sprechen: Welche Abschiede gibt es? Wie sehen sie aus? (nachstellen, nachspielen) – Welche Gesichter machen die betroffenen Personen? Welche Körperhaltung haben sie?... Welche Gefühle spielen dabei eine Rolle? Wie fühlt sich welcher Abschied an? Welche Abschiede habe ich schon erlebt?

Flaschenpost

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	2-3 Personen	15 min


Du brauchst:

Eine leere Flasche, Blumen, ein Lied

So geht's:

Du stellst eine leere Flasche an einem zentralen Ort auf, so dass die Minis auf Zettel schreiben können, was er/sie dem/der Verstorbenen noch sagen möchten. Die Zettel werden in die Flasche gesteckt. Für das Ritual wird ein Termin und ein Treffpunkt an einem Fluss vereinbart (ein paar Tage sollten Zeit zum Schreiben sein, eventuell nach dem Begräbnis...). Die Flasche wird mit einem Korken verschlossen. Bevor sie in den Fluss geworfen wird kann jemand ein paar Worte sprechen, oder jeder bekommt die Möglichkeit, noch kurz etwas zu sagen, sich gemeinsam zu erinnern. Dann wird die Flasche mit ein paar Blumen in den Fluss geworfen und die Briefe damit auf die Reise geschickt. Ein Lied schließt das Ritual stimmig ab.

Würfelgespräch

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	2-3 Personen	15 min

Du brauchst:

einen Würfel

So geht's:


Die Minis würfeln reihum und beantworten die gewürfelte Frage.

Es können auch Rückfragen gestellt werden.

Wichtig ist, dass alle Minis genug Zeit haben und sie nicht zu einer Antwort zu gedrängt werden.

1. Was bedeutet Tod für mich?
2. Wie stelle ich mir den Himmel vor?
3. Warum werden Tote schön angezogen und Gräber geschmückt?
4. Gibt es Verwandte/Bekannte von mir, die gestorben sind? Vielleicht auch Tiere?
5. War ich schon einmal bei einem Begräbnis? Wie fühle ich mich auf dem Friedhof?
6. Joker: Such dir eine Frage aus, die du gerne beantworten möchtest!

Himmelsbilder malen

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 10	1-2 Personen	45 min


Du brauchst:

Zeichenpapier, Malstifte

So geht's:

Male mit deinen Minis Himmelsbilder oder lass sie davon erzählen, wie sie sich den Himmel vorstellen. Du kannst auch ein großes Plakat auflegen, bei dem alle zu malen beginnen, sodass ein großes Himmelsbild entsteht.

Symbole

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	10 - 14	2-3 Personen	30 min


Du brauchst:

Kreuz, Wasser, Erde, Brot, Blumen, schwarzes Tuch, Kerze, ein Blatt Papier und Stifte

So geht's:

Verteile im Raum folgende sieben Symbole: Kreuz, Wasser, Erde, Brot, Blumen, violett/schwarzes Tuch, Kerze. Lege dazu ein Blatt Papier und Stifte. Nun gehen die Minis herum und versuchen für jedes Symbol folgende Fragen zu beantworten: Welche Bedeutung hat das Symbol im Alltag? Welche Bedeutung hat das Symbol bei der Begräbnisfeier? Anschließend könnt ihr gemeinsam darüber sprechen.

Musik

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	10 - 14	2-3 Personen	15 min

Es gibt viele bekannte Lieder die vom Thema Tod, Trauer und Abschied handeln. Mit den größeren Minis kannst du gut dazu arbeiten.


Hier ein paar Liedvorschläge:

- Christina Stürmer – Weißt du wohin wir gehen
- Die Toten Hosen – Nichts bleibt für die Ewigkeit
- Enya – Only time
- Eric Clapton – Tears in heaven
- Herbert Grönemeyer – Stück vom Himmel
- Nena – Du bist überall (für ihren verstorbenen Sohn)
- Rosenstolz – Gib mir Sonne
- Silbermond – Kartenhaus, Irgendwas das bleibt, Himmel auf
- Söhne Mannheims – Und wenn ein Lied
- Andreas Gabalier – Amoi segma uns wieder

Musik ruft sehr schnell Gefühle hervor. Deine Sensibilität ist bei der Auswahl der Lieder gefragt.



Die Geschichte der „Handvoll Bohnen“

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	↑	15 min

Du brauchst: Bohnen
So geht's:

Dies ist die Geschichte eines italienischen Grafen, der sein Haus nie verließ, ohne sich eine Handvoll Bohnen einzustecken. Er tat dies nicht etwa, um die Bohnen zu kauen. Nein, er nahm sie mit, um die schönen Momente des Tages bewusster wahrzunehmen und sie zählen zu können. So ließ er jedes Mal, wenn er etwas besonders Schönes erlebte und sei es noch sei eine winzige positive Kleinigkeit – einen Plausch mit der Nachbarin, ein Vogelzwitschern in der Abendkühle, ein Kinderlächeln, ein gutes Essen – kurz für alles, was seine Sinne erfreute, eine Bohne von der rechten in die linke Jackentasche wandern.

Manchmal waren es gleich zwei oder drei. Abends saß er dann zu Hause und zählte die Bohnen aus der linken Tasche, – seine glücklichen Momente des Tages. Er zelebrierte diese Minuten! Uns sogar an einem Abend, an dem er nur eine einzige Bohne aus seiner Tasche zog, war er sich dessen bewusst: auch für diesen einen Moment des Tages, der ihn glücklich gemacht hatte, hatte es sich gelohnt zu leben.

Du schenkst jedem und jeder Mini eine Handvoll Bohnen mit der Einladung das System des italienischen Grafen in der kommenden Woche auszuprobieren.

Quelle: aus Vortrag beim Mini-Vernetzungstreffen 2015 von Julia Baumgartner, Katholische Jugend Oberösterreich



Quelle: Wikipedia

BEST OF FRANZISKUS I.

«Alle machen wir viele Fehler im Leben. Lernen wir unsere Schwächen zu erkennen und um Verzeihung zu bitten.»

Via Twitter am 04.03.14

«Ärgern wir uns über jemanden? Beten wir für ihn. Das ist christliche Liebe.»

Via Twitter am 17.06.13

«Beten wir für den Frieden! Versuchen wir, den Frieden aufzubauen und dabei bei uns zu Hause anzufangen!»

Via Twitter am 16.01.14

Spiele aus der Kiste

Einfache Spiele (für Minis) mit wenig Material

Spielen, spielen, spielen – gerade in der Arbeit mit Minis musst du sicherlich oft schnell ein Spiel kennen und einsetzen; manchmal wirst du sicher auch Spiele planen und deinen Minis Aktionen und Gruppenstunden neben dem Dienst am Altar anbieten. Diese Spiele kannst du alle mit wenig Material spielen!

Viel Spaß beim Ausprobieren und Spielen!

Lisa

Bau dir eine Spiekekiste



für Gruppenleiterinnen / Gruppenleiter

Du brauchst: einen Koffer oder eine Kiste oder ein leeres Regal oder einen Stoffbeutel usw.

So geht's: Wähle einen Behälter für deine „Spiekekiste“ aus und lege folgende Materialien hinein:

- ungefähr 100 Wäscheklammern
- mehrere kleine Bälle
- ein Löffel pro Kind
- viel Zeitungspapier
- 2-3 Zollstöcke
- 1-4 Decken
- Zuckerlen
- einen Würfel
- ein Frisbee
- ein langes Seil
- Augenbinden
- einige Blätter und Stifte, Klebestreifen,
- Spagat

Deinen Spieleabenteuern mit den Kids steht nichts mehr im Wege!

