



**Katholische Jungschar  
Südtirols**

**news**

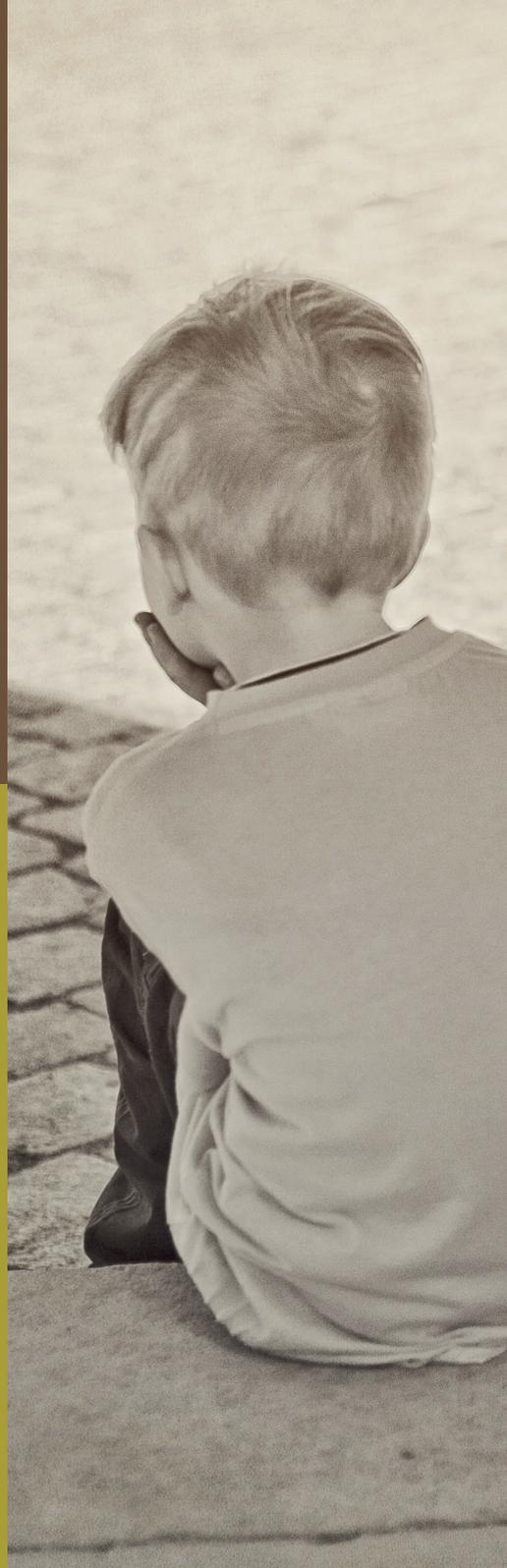
# **ICH DENK AN DICH**

**Umgang mit Trauer bei Kindern**



Bald ist Allerseelen, der Tag, an dem wir an unsere Verstorbenen denken und uns an sie erinnern. Dadurch hat dieser Tag etwas Trauriges und Besinnliches an sich. Tod und Trauer sind Themen, die wir von uns wegschieben, denn wir beschäftigen uns ungern damit. Doch trotzdem werden wir alle mit dem Thema konfrontiert, auch die Kinder. Diese News soll euch Informationen geben zum Thema Kinder und Trauer, wie ihr als Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter damit umgehen könnt, welche Übungen ihr mit eurer Gruppe machen könnt, um sie zu unterstützen, welche Aktionen ihr zu Allerseelen durchführen könnt und einiges mehr. Wir hoffen, dass wir euch mit diesem Heft unterstützen können!

Daniela Stefan



## TRAUER UND TRAIRIGKEIT

In dieser News kommen diese beiden Begriffe – **Trauer und Traurigkeit** – vor. Ihr findet Informationen und praktische Tipps, wie ihr mit traurigen und trauernden Kindern umgehen könnt, jedoch liegt der Schwerpunkt bei der Trauer.

**TRAUER:** seelischer Schmerz über einen Verlust oder ein Unglück, die Zeit des Trauerns nach einem Todesfall, ein Ausdruck des Verlustes und der Bewältigung

**TRAIRIGKEIT:** eine Reaktion auf seelische Belastung, gedrückte und negative Stimmung, von entmutigenden Geschehnissen ausgelöst

Quellen: [www.therapie.de/psyche/info/ratgeber/lebenshilfeartikel/trauer/artikel](http://www.therapie.de/psyche/info/ratgeber/lebenshilfeartikel/trauer/artikel), [www.medlexi.de/Traurigkeit](http://www.medlexi.de/Traurigkeit)

## Allerheiligen – Allerseelen

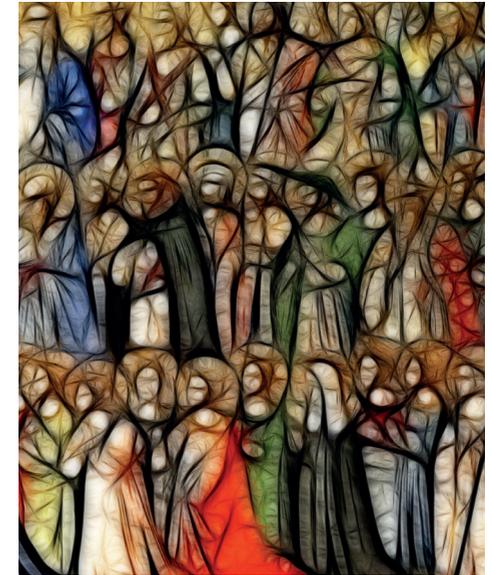
### Was ist der Unterschied?

Allerheiligen und Allerseelen werden manchmal als das Gleiche angesehen und mit Tod und Trauer verbunden, doch es sind zwei verschiedene Gedenktage. Was die Unterschiede sind, erfährt ihr hier!

#### ALLERHEILIGEN

Seit es das Christentum gibt, gibt es Heilige. Das Wort „heilig“ beinhaltet das Wort „heil bringend“. Heilige sind Menschen, die heil machen wollen und die sich für andere Menschen und für die Schöpfung einsetzen.

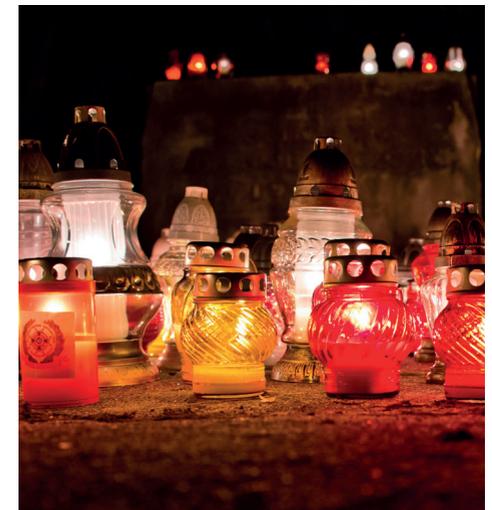
Am 1. November, am Hochfest Allerheiligen, gedenkt die Kirche aller ihrer Heiligen, nicht nur den offiziell Heiliggesprochenen. Deshalb kann es auch noch lebende Personen geben, die heilig sind. Heilige sind für uns Vorbilder im Leben und im Glauben, weil sie nach dem Vorbild und Beispiel Jesu leben und gelebt haben. Allerheiligen ist somit ein Freudenfest.



#### ALLERSEELN

Neben Allerheiligen gibt es Allerseelen. Am diesem Tag (2. November) feiern wir das Gedenken aller Verstorbenen.

Durch die Feier halten wir die Erinnerung an die Toten wach und rufen uns die Vergänglichkeit des eigenen Lebens ins Gedächtnis. Wir besuchen die Gräber und beten für die Verstorbenen. Die Gräber werden mit Blumen und Kerzen geschmückt, was zum Ausdruck bringt, dass wir sie nicht vergessen. Auch wenn der Körper im Grab liegt, glauben wir, dass der Mensch bei Gott ist und lebt.





## Tod sein – und doch leben

Woran wir glauben

Wenn ein Mensch stirbt, ist er tot. Der Tod ist etwas Endgültiges. Und dennoch hat der Tod nicht das letzte Wort! Alle Religionen suchen eine Antwort auf die Frage nach dem Tod. So treffen wir z.B. bei den Kelten, Germanen und vor allem in Asien die Vorstellung der Reinkarnation – das ist der Glaube daran, dass die Seele nach dem Tod in einen anderen Körper übergeht und dort weiterlebt. Der christliche Glaube gibt auch eine Antwort:

**Als Christinnen und Christen glauben wir, dass der Tod nicht Ende, sondern Anfang eines neuen Lebens bei Gott ist.**

Der Tod ist der Übergang vom irdischen Leben zu einem ewigen Leben. Grund für diese Hoffnung finden wir in Jesus Christus selbst, der uns zusagt: „Ich bin die Auferstehung und das Leben, wer an mich glaubt, wird leben in Ewigkeit.“ Der Tod ist eine Schwelle, ein Übergang in ein neues Leben. Wir glauben, dass wir nach unserem Tod ganz bei Gott sind, unsere Mitmenschen wiedersehen und bei ihm Vollendung und Erlösung finden.



### JEMAND STIRBT

Jemand stirbt  
und das ist  
wie wenn Schritte verstummen.  
Aber wenn es ein kurzer Aufenthalt  
vor einer neuen Reise wäre?

Jemand stirbt  
und das ist  
wie wenn eine Tür zuschlägt.  
Aber wenn es ein Tor wäre und  
dahinter andere Landschaften sich auftun?

Jemand stirbt  
das ist  
wie wenn ein Baum zur Erde stürzt.  
Aber wenn es ein Samen wäre  
der in einer andern Erde keimt?

Jemand stirbt  
und das ist vielleicht  
wie wenn in der Stille plötzlich eine Orgel  
einsetzt und die verstummte kleine Melodie  
eines Menschenlebens mit allen Registern  
neu spielt...

*Benoit Marchon*

## Kinder und Trauer

Warum und wie sie trauern

### WARUM SIND KINDER TRAUERIG?

Für Traurigkeit und Trauer gibt es die unterschiedlichsten Gründe und Auslöser: meist sind es Erlebnisse, wie kleinere oder größere Verluste, Trennungen oder Scheidung, Abschiede oder auch Vernachlässigung von Personen, Tieren, Gegenständen oder Werten, welche Kinder liebgewonnen oder zu welchen sie eine Bindung aufgebaut haben. Die Anlässe von Kindertrauer können also sehr unterschiedlich und vielfältig sein.

*Quelle: Specht-Tomann 2008, S. 55*

### WIE TRAUERN KINDER?

Die Art und Weise der Trauer oder Traurigkeit ist meist sehr individuell und unterschiedlich und zugleich auch stark abhängig von der jeweiligen Situation. Prinzipiell kann man aber sagen, dass die Trauer der Kinder umso intensiver ist, je vertrauter ihnen ein Gegenstand, ein Mensch, ein Ort oder eine Situation gewesen ist.

Wie gut und wie schnell Kinder ihre Trauererfahrungen verarbeiten können, hängt meist stark davon ab, wie die Erwachsenen in ihrem Umfeld darauf reagieren. Die Erwachsenen sind dabei Vorbilder und übertragen ihre Stimmungen auf die Kinder. Es spielt auch eine Rolle, wie zu Hause in der Familie mit der Situation umgegangen wird:



Wird über das Erlebte gesprochen? Zeigen die Erwachsenen selbst Verunsicherung oder versuchen sie diese zu verstecken? Reagieren die Erwachsenen mit Zuversicht oder Hoffnungslosigkeit? Werden die Emotionen gezeigt und zugelassen?

Wie Kinder trauern hängt auch mit der Erziehung der Kinder zusammen und inwiefern sie Geborgenheit, Halt und Vertrauen erlebt haben. Diese und ähnliche Faktoren können die Traurigkeit der Kinder stark lenken und beeinflussen.

**Die Erfahrung von Geborgenheit und Zuwendung ist besonders wichtig für den Trauerprozess.**





## TRAUERREAKTIONEN VON KINDERN UND JUGENDLICHEN

Prinzipiell gilt, dass die Reaktionen auf Trauer genauso vielfältig sind wie ihre Anlässe. Es gibt keine einheitlichen Muster, Abläufe oder gar Standardprogramme von Trauer, da der Trauerprozess so unterschiedlich und einzigartig ist, wie wir Menschen es auch sind. Wie bereits erwähnt, wird der individuelle Trauerprozess häufig durch gesellschaftliche Faktoren geprägt oder beeinflusst. Bei der kindlichen und jugendlichen Trauer gilt vor allem, dass sie auch je nach Altersstufe sehr verschieden sein kann und sich auch ständig dem Alter sowie Entwicklungsstand anpassen bzw. verändern kann. Manchmal wirkt es so, als würden Kinder und Jugendliche nicht trauern. Dies muss aber nicht sein, denn es gibt verschiedene Reaktionen. Manche spielen weiter, was oft auch ein Zeichen für Schock sein kann oder sie wollen es nicht wahr haben.

**Bei Kindern und Jugendlichen ist es besonders wichtig, sensibel zu sein, möglichst genau hinzuschauen und die Situation zu beobachten.**

### Mögliche Trauerreaktionen

- auf emotionaler Ebene  
Schmerz, Kummer, emotionale Leere, Sehnsucht, Angst, Schuldgefühle, Wut, Unsicherheit
- auf körperlicher Ebene  
Kraftlosigkeit, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Bauch- und Kopfschmerzen
- auf Verhaltensebene  
Weinen, Schreien, Erstarrung, überaktives Verhalten, Rückzug, feindseliges Verhalten
- auf kognitiver Ebene  
Grübeln, Suche nach Schuld, Suche nach dem Sinn des Lebens, Gedankenleere, Gedankenrasen, vermindertes Selbstwertgefühl

Quelle: [https://www.gute-trauer.de/inhalt/trauer/trauer\\_erscheinungsformen](https://www.gute-trauer.de/inhalt/trauer/trauer_erscheinungsformen)

## Umgang mit trauernden Kindern

### Was kann ich als Gruppenleiterin oder Gruppenleiter tun?

Kinder werden immer wieder mit der Realität des Todes konfrontiert und müssen mit einem plötzlichen Verlust zurechtkommen. Es besteht die Gefahr, dass der Tod und die dazugehörige Trauer verdrängt werden. Kinder wollen und brauchen aber Antworten auf ihre Fragen. Sie brauchen Menschen, die sie begleiten, und Rituale, die ihnen helfen, den Tod eines geliebten Menschen zu verarbeiten.

Auch wenn wir manchmal der Meinung sind, Kinder wissen noch nicht was sie brauchen oder möchten, ist dies gar nicht der Fall. Vor allem wenn Kinder traurig sind oder trauern, wissen sie besonders gut, was ihnen hilft. So kann es oft am besten sein, wenn man die Kinder einfach fragt, was sie gerne hätten oder machen würden. Wenn man das Gefühl hat, das Kind ist ein wenig überfordert mit allem, kann es auch gut sein, selbst Vorschläge zu bringen.

**Frage die Kinder, was sie brauchen, wie du sie unterstützen kannst oder schlage ihnen etwas vor.**

Die Traurigkeit/Trauer kann über einen längeren Zeitraum andauern, da es sich um einen Entwicklungs- und Verarbeitungsprozess handelt, welcher seine Zeit braucht.

Halt dir immer wieder vor Augen, dass nicht du für das Leid der Kinder verantwortlich bist.

„Weniger ist oft mehr“ – manchmal ist es besser wenn du einfach nur zuhörst.

Du kannst die Situation nicht ändern.

Du kannst nur versuchen die Situation für das Kind erträglicher zu machen und dem Kind Halt zu geben.

### WIE VERHALTE ICH MICH TRAUERIGEN UND TRAUERNDEN KINDERN GEGENÜBER?

Versuche die Fragen der Kinder zu beantworten. Falls du keine Antwort auf eine Frage hast, sage ihnen dies.

Sprich mit den Kindern ehrlich darüber.

Versuche nicht das Geschehene mit deinen persönlichen Erfahrungen zu vergleichen.

Zwing die Kinder zu nichts. Sei für die Kinder da.

Vermeide Aussagen wie: „Das verstehst du noch nicht“, „dafür bist du noch zu klein“, „Gott hat Oma zu sich geholt“, „Oma wird für immer schlafen“ usw. Diese Sätze verunsichern Kinder oder verängstigen sie.

## Methoden, um mit Trauer und Traurigkeit umzugehen:



### Brief schreiben

Manchmal hilft es, einfach drauf los zu schreiben. Je nachdem was geschehen ist, kann der Brief manchmal nicht mehr übergeben werden, dann kann er ans Grab gelegt, aufbewahrt oder symbolisch vernichtet werden. Die Kinder können auch sich selbst einen Brief schreiben und ihre Sorgen und Ängste, aber auch ihre Hoffnungen aufschreiben.



### Kerze verzieren und/oder anzünden

Gemeinsam mit den Kindern kann eine Kerze verziert werden. Diese oder eine andere Kerze können die Kinder dann anzünden, ein Gebet sprechen und sich an die verstorbene Person erinnern.



### Ablenkung/Spielen

Trauernde Kinder sollen sich nicht nur ablenken, aber Ablenkung ist zwischendurch auch gut. Den Kindern soll das Gefühl gegeben werden, dass sie sich ablenken und spielen gehen können und auch sollen.



### Schatzkiste basteln

Ihr könnt mit den Kindern eine Kiste bemalen und verzieren oder ihr bastelt selbst eine aus Papier. Diese Schatzkiste können die Kinder dann z.B. mit Erinnerungen an die verstorbene Person oder mit positiven Gedanken füllen.



### Bild zeichnen

Die Kinder können ein Bild malen und zeichnen, z.B. eine schöne Erinnerung, ihre Wünsche und Gefühle... Sie können dann das Bild aufhängen, verschenken oder z.B. ans Grab legen.



### Spaziergang

Ein Spaziergang kann oft helfen, um nachzudenken oder um auf andere Gedanken zu kommen. Außerdem tut frische Luft und Bewegung nicht nur unserer Gesundheit, sondern auch unserer Seele gut.



### Samen pflanzen

Wenn eine Person gestorben ist, die den Kindern nahe stand, können sie eine Pflanze/Baum pflanzen. Die Pflanze kann ans Grab gestellt werden oder als Ort der Erinnerung dienen. Sie soll den Kreislauf von Leben und Tod symbolisieren.



### Erinnerungen erzählen

Es hilft, sich gegenseitig Erinnerungen über die verstorbene Person zu erzählen und so den Menschen in den Mittelpunkt zu holen.

## Spiele und Übungen

### Kinder in ihren Gefühlen stärken

Für Kinder ist es nicht immer leicht, zu sagen, wie es ihnen geht, was sie beschäftigt, die Gefühle zuzulassen und an sich zu glauben. Vor allem, wenn sie traurig sind, ist dies schwierig. Hier findest du einige Spiele und Übungen, um herauszufinden, wie es den Kindern geht, um die Kinder mit ihren Gefühlen vertrauter zu machen, um sie zu stärken und an sich zu glauben. Diese Spiele und Übungen kannst du immer wieder mal in deine Gruppenstunde einbauen.

### WÜRFELGESPRÄCHE

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	2-3	20 min

**Du brauchst:** großen Schaumstoffwürfel, Papier, Fragen, Stifte

**So geht's:** Auf dem Würfel befestigst du Fragen, mit denen du herausfinden möchtest, wie es den Kindern geht und ob sie etwas bedrückt. Jedes Kind würfelt dann einmal und die Frage, welche es würfelt, soll es dann beantworten.

**Wichtig:** Wenn ein Kind nicht antworten möchte, dann akzeptiere dies. Mit diesem Würfelgespräch kann es gelingen, dass du bereits zu Beginn der Gruppenstunde weißt, welche Kinder etwas bedrückt. So kannst du während der Gruppenstunde darauf achten.

voll ist, könnt ihr es gemeinsam in einen Fluss werfen und so nimmt dieser all eure Sorgen und Ängste mit. Vor allem für die Kinder kann dies sehr befreiend sein.



### RESSOURCENRUCKSACK

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	10 - 14	2-3	20 min

**Du brauchst:** Zettelchen und Stifte, eine Schachtel oder ein Säckchen

**So geht's:** Diese Übung kann mit nur einem Kind persönlich oder in der Gruppe gemacht werden. Jedes Kind macht dabei aber für sich einen eigenen „Ressourcenrucksack“. Die Kinder versuchen, jedes für sich, verschiedene Dinge, welche sie gut können und gerne machen und nach Dingen, die bei ihnen gegen Traurigkeit helfen. Diese schreiben sie dann auf Zettelchen. Die Kinder geben ihre Zettelchen in ein kleines Säckchen oder in eine Box. Immer wenn die Kinder traurig sind, können sie ihre Box nehmen und sich die Zettelchen durchlesen. Es soll sie daran erinnern, was sie gerne tun und gut können.

### FLASCHENPOST

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	2-3	10 min

**Du brauchst:** Flasche oder großes Glas, Zettelchen, Stifte

**So geht's:** Du nimmst eine Glasflasche oder ein großes Glas, welches für eure Ortsgruppe in ein „Kummertglas“ verwandelt wird. Dieses bleibt fix im Raum stehen und alle Kinder können immer alles, was sie bedrückt (ihre Ängste, Sorgen, Traurigkeit...), auf Zettelchen schreiben und sie in das Glas stecken. Wenn das Glas dann voll oder fast

## GEFÜHLSKARTEN

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	1-2 Personen	30 min

**Du brauchst:** zugeschnittene Kärtchen aus Karton, Stifte, Farben, evtl. Vorlagen

**So geht's:** In einer Gruppenstunde könnt ihr gemeinsam mit den Kindern Gefühlskarten anfertigen. Sammelt mit den Kindern viele verschiedene Gefühle und Emotionen (z.B. fröhlich, traurig, wütend, lachend, weinend, schlagend). Im nächsten Schritt teilen sich die Kinder die Karten auf und auf jede Karte wird das Gefühl aufgeschrieben und die Kinder zeichnen z.B. ein Symbol, ein Monster, ein Mensch, ein Gesicht usw., das zu der Karte passt. Zu Beginn einer Gruppenstunde können die Kinder die Karten wählen, die gerade zu ihrer Stimmung passen. Sollte ein Kind mal traurig sein, kann die Übung mit diesem Kind gemacht werden. Die Karten helfen uns, über Gefühle zu sprechen, da die Kinder auf die Karten zeigen können und das Erzählen und Reden unterstützt wird.

**Tipp:** Unter [www.gefuehlsmonster.de](http://www.gefuehlsmonster.de) kannst du dir die Karten, die als Gefühlsmonster dargestellt werden, anschauen und darüber nachlesen.

## GLÜCKSPILZE – TRAUERKLÖSSE

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	1-2 Personen	20 min

**Du brauchst:** eventuell Musik

**So geht's:** Die Kinder überlegen sich, wie sich ihrer Meinung nach, „Trauerklöße“ und „Glückspilze“ bewegen und wie ihre Mimik ist. Die Kinder laufen als „Trauerklöße“ im Raum herum, wenn sie der Zauberer antippt, werden sie zu „Glückspilzen“ und verändern auch ihre Bewegungen und ihre Mimik. Die „Trauerklöße“ können die „Glückspilze“ fangen und diese dadurch wiederum in „Trauerklöße“ zurückverwandeln. Schafft ihr es, alle „Trauerklöße“ zu „Glückspilze“ zu verwandeln?

## SORGENPÜPPCHEN

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	1-2 Personen	30 min

**Du brauchst:** Draht, Garn in verschiedenen Farben, Schere, Papier, Stifte

**So geht's:** Mit dem Draht formt ihr ein Strichmännchen und wickelt dann den Garn um den Draht. Die Kinder können dies so bunt wie sie wollen gestalten. Ist das Männchen fertig mit Garn umwickelt, schneidet ihr einen dünnen Streifen Papier ab und wickelt es beim Kopf des Männchens herum und befestigt es. Dann wird noch das Gesicht aufgemalt und fertig ist das Sorgenpüppchen. Ihr könnt auch mehrere basteln und sie in eine kleine Tasche oder Schachtel geben. Bei dieser Gelegenheit könnt ihr die Kinder fragen, mit wem sie reden, wenn es ihnen nicht so gut geht. Gibt es bestimmte Personen oder Tiere, denen sie alles erzählen können? Jetzt haben sie ihre eigenen Sorgenpüppchen, denen sie auch alles, was sie beschäftigt erzählen können, denn darüber reden hilft.



Quelle: <https://www.kikisweb.de/basteln/stoff/sorgenpuppen.htm>  
(Text und Bilder)

## KINDERMUTMACHLIED

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

**Du brauchst:** Laptop oder Handy, Box, Liedtext

**So geht's:** Spielt den Kindern das Lied vor und teilt die Liedtexte aus. Ihr könnt euch gemeinsam Bewegungen zum Lied überlegen und dann das Lied singen und die Bewegungen nachmachen. Ihr könnt das Lied in der Gruppenstunde, aber auch bei einem Gottesdienst singen.

## Lied „Kindermutmachlied“

Text und Musik:  
Andreas Ebert

Refrain Em A D

La - la - la - la - la, la - la - la - la - la,

A D Em

la - la - la - la - la - la, la - la - la - la, la - la - la - la la,

A D A D<sub>Fine</sub>

la - la - la - la - la, la - la - la - la - la - la - la.

D A D

1. Wenn ei - ner sagt: „Ich mag dich du; ich

G A D G A

find dich ehr - lich gut!“, da krieg ich ei - ne

D G A<sup>7</sup> D

Gän - se - haut und auch ein biss - chen Mut.

2. Wenn einer sagt: „Ich brauch dich du; ich schaff es nicht allein“, dann kribbelt es in meinem Bauch, ich fühl mich nicht mehr klein.
3. Wenn einer sagt: „Komm, geh mit mir; zusammen sind wir was“, dann werd ich rot; weil ich mich freu, dann macht das Leben Spaß.
4. Gott sagt zu dir: „Ich hab dich lieb. Ich wär so gern dein Freund! Und das, was du allein nicht schaffst, das schaffen wir vereint.“



© SCM Hänssler im SCM Verlag  
GmbH & Co. KG, Holzgerlingen

Stephan Sigg: Das Kirchenjahr im Kindergarten (er)leben. Von Aschermittwoch bis Pfingsten  
© Auer Verlag GmbH, Donauwörth

# Wir denken an unsere Verstorbenen

## Gruppenstunde zum Thema „Allerseelen“



Allerseelen bietet die Chance, über den Tod nachzudenken, ohne persönlich zu sehr betroffen zu sein. Das ist gerade für Kinder wichtig, damit sie im „Ernstfall“ besser damit umgehen können.

**Du brauchst:** einen großen Reifen (evtl. Hula-Reifen) bzw. ein Seil oder Schnur, ungefähr 20 kleine Zweige, eine Schale mit Erde, ein schwarzes und ein weißes Tuch, kleine Teelichter, größere Kerze (wenn möglich die Osterkerze), eine schöne Tischdecke

### So geht's:

- Zuerst wird die Tischdecke auf den Boden in der Kreismitte ausgebreitet und darauf der Reifen/das Seil gelegt. Ein Kind darf die große Kerze/Osterkerze anzünden und in die Mitte stellen. Gemeinsam wird nun über das Fest Allerseelen gesprochen. Es wird überlegt, warum wir es feiern und was dabei wichtig ist. Nun dürfen die Kinder die Zweige, als Zeichen des Lebens, so auf den Reifen legen, dass daraus ein schöner Kranz wird: Er hat keinen Anfang und kein Ende, so wie Gott.
- Nun wird die Schale mit Erde neben die Osterkerze gestellt. Die Kinder dürfen die Erde auch angreifen und daran riechen. Erde ist nicht nur Schmutz, sondern sie ermöglicht Wachstum und ist Grundlage für alle Blumen und Pflanzen. Das schwarze Tuch, das um die große Kerze gelegt wird, ist Zeichen dafür, dass uns der Tod von geliebten Menschen traurig macht. Dabei sollen Kinder aber trotzdem spüren, dass das Leben weitergeht, wenn ein Mensch stirbt. Dafür ist das weiße Tuch ein Zeichen, das ebenfalls zur Kerze gelegt wird.

- Nun darf jedes Kind das Teelicht an der Osterkerze entzünden. Es sagt dazu, für welche Person/welches Tier die Kerze brennt, z.B.: „Ich zünde meine Kerze für meine Oma an, die schon gestorben ist.“
- Als Abschluss singen oder beten alle gemeinsam ein Vater-Unser.

Weitere Ideen für diese oder eine andere Gruppenstunde:

### STEINE VERZIEREN

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	1-2	20 min

**Du brauchst:** für jedes Kind 1-2 größere, flache Steine, Filzstifte, Farben

**So geht's:** Jedes Kind bekommt ein bis zwei Steine und kann den Stein mit den Farben bemalen und etwas draufschreiben. Am Friedhof gibt es viele verschiedene Grabsteine, die zur Erinnerung an die Verstorbenen dienen. Die Kinder können selbst einen kleinen Stein gestalten und ihn bei einem Grab oder an einem Erinnerungsort hinlegen. Sie können den Stein auch für sich selbst mit Symbolen und Wünschen verzieren und ihn als Glücksbringer, der ihnen Kraft gibt, verwenden.



### TEELICHTER GESTALTEN

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	1-2	20 min

**Du brauchst:** Teelichter, bunte Kartone, verschiedenfarbige Stifte, Scheren, Klebstoff

**So geht's:** Die Kinder schneiden sich ein Stück Karton so zurecht, wie es ihnen gefällt, wie z.B. einen Kreis, eine Blume, einen Stern, ein Kreuz usw. Dann wird das Teelicht auf den Karton gelegt und mit Bleistift umrundet. Dann bemalen und verzieren die Kinder den Karton und kleben zum Schluss das Teelicht auf. Sie können das Teelicht als Gedenken an eine verstorbene Person verzieren oder einfach so. Die Kerze kann bei der Gruppenstunde/der Feier verwendet, zum Friedhof gebracht oder nach Hause mitgenommen werden.

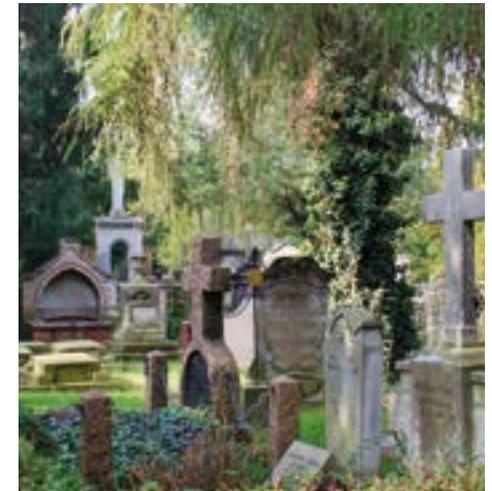
### Friedhofsbesuch Bausteine für eine Gruppenstunde beim Friedhof

Um Allerseelen gedenken wir den Verstorbenen. Wir glauben, dass die Menschen nach dem Tod bei Gott sind. Um uns an sie zu erinnern und zu gedenken, schmücken wir den Friedhof mit Blumen und Kerzen, besuchen das Grab und beten dort. Manche Kinder waren noch nie oder noch nicht oft beim Friedhof. Deshalb ist es gut, wenn ihr gemeinsam mit eurer Gruppe dorthin geht. Die Kinder können den Friedhof erkunden und gemeinsam kann dann eine kleine Feier gemacht werden. Hier findet ihr einige Bausteine für den Friedhofsbesuch.

### RUNDGANG

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	1-2	30 min

**So geht's:** Am Friedhof angekommen, könnt ihr die Kinder alleine oder in Gruppen losschicken. Sie können alles erkunden und entdecken. Welche Symbole kommen vor? Wie verhalten sich andere Menschen? Wie sieht der Grabschmuck aus? Nach dem Rundgang kommen alle wieder zusammen und berichten, was sie entdeckt haben. Die Kinder sollen sich auch überlegen, ob sie Fragen zum Friedhof haben. Diese Fragen können die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter beantworten oder aufschreiben und ein anderes Mal mit dem Pfarrer besprechen.



### HIER IN DER STILLE

Hier in der Stille zünde ich eine Kerze an und komme einen Moment zur Ruhe.

Hier in der Stille rückt das Licht der Kerze mein Leben in ein anderes Licht.

Hier in der Stille spricht er „Ich bin das Licht der Welt“ und „Ihr seid das Licht der Welt.“

Hier in der Stille zünde ich eine Kerze an für Menschen, die ein Licht brauchen.

Hier in der Stille brennt meine Kerze weiter, wenn ich gehe.

*Haringke Fugmann*

## KREUZ BASTELN

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	↑↑	20 min

**Du brauchst:** ein paar Äste, ein Spagat, Scheren, Schleifen, Blumen

**So geht's:** Die Kinder sammeln ein paar Äste, jedes Kind braucht mindestens zwei. Dann werden die beiden Äste mit einem Spagat zu einem Kreuz zusammengebunden und können eventuell auch mit Blumen und Schleifen verziert werden. Beim Friedhofsbesuch können die Kreuze mitgenommen werden. Die Kinder können dann ihr Kreuz an einer von ihnen ausgewählten, besonderen Stelle hinlegen oder aufstellen.

Das Kreuz ist Symbol des Todes, aber auch Symbol der Hoffnung, weil Jesus auferstanden ist.



## GEBET

Wir glauben, dass Gott der Vater ist, von den Toten, die er auferweckt hat, und von uns Lebendigen hier auf Erden. Deshalb wollen wir für uns und für die Toten zu Gott beten.

Wenn wir hier auf dem Friedhof beten, dann bringen wir damit zum Ausdruck, dass Gott immer für die Menschen da ist, ob sie noch auf dieser Erde leben oder dieses Leben bereits verlassen haben. So beten wir, wie Jesus es uns gelehrt hat: Vater unser...

## KERZE ANZÜNDELN

	ALTER	GRUPPENGROSSE	DAUER
	8 - 14	↑↑	20 min

**Du brauchst:** weiße Grablichter und wasserfeste Filzstifte

**So geht's:** Die Kinder können die Grablichter mit den Filzstiften verzieren. Vielleicht kennen sie eine Person, die auf dem Friedhof begraben ist. Wenn dies der Fall ist, können sie für diese Person das Grablicht verzieren und beim Grab hinstellen. Kinder, die kein Grab kennen, können sich eines aussuchen oder auch die Kerze mitnehmen und woanders aufstellen.

Licht ist Zeichen des Lebens. Deshalb zünden wir für unsere Verstorbenen eine Kerze an. Denn sie leben für immer im Licht Jesu, der von den Toten auferstanden ist.



## GEBET AM GRAB

Guter Gott, du vergisst keinen einzigen Menschen. Du willst immer bei uns sein. Du schenkst uns Licht und Wärme. Heute bitten wir dich am Grab von (Name): Sieh auf ihn/sie und schenke ihm/ihr dein Licht und deinen Frieden. Amen.

## WER LEBEN WILL WIE GOTT

(Gotteslob Nr. 460, Ein Kreis beginnt zu leben 1, Seite 205)

# Bausteine für einen Gottesdienst

## Impulse für eine Allerseelen-Feier oder ein Begräbnis

### Kyrierufe

Herr Jesus Christus, du bist uns nahe, wenn wir einsam sind. Herr erbarme dich.  
Herr Jesus Christus, du bist unsere Zuversicht, wenn es uns schlecht geht. Christus erbarme dich.  
Herr Jesus Christus, du bist der Weg, wenn wir nicht mehr weiter wissen. Herr erbarme dich.

### Impuls

Erinnerungen sind etwas Wunderbares. Sie können aber auch sehr schmerzhaft sein. Heute spüren wir das besonders. Heute, da wir uns an Menschen erinnern, die uns nahe standen, die uns viel bedeuten und die wir verloren haben.

Wir danken dir für alle guten Erinnerungen, die wir behalten dürfen und die uns heute Freude bereiten, und bitten dich, alle traurigen Erinnerungen nicht zu schwer werden zu lassen für die, die sie mit sich tragen auf Schritt und Tritt.

Lass alle Menschen zur Ruhe kommen, die traurig sind und weinen. Dir o Gott, vertrauen wir unsere Toten an und die, die um sie trauern. In dir finden wir Trost und Hoffnung, denn du bist ein Gott der Lebenden. Amen.

**Lesung:** Alles hat seine Zeit (Koh 3,1-8)

**Evangelium:** Wenn das Weizenkorn in die Erde fällt und stirbt (Joh 12,23-26)

### Fürbitten

*Es wird ein Körbchen mit Steinchen herumgereicht. Jedes Kind und jeder Erwachsene nimmt sich einen Stein und hält ihn in der Hand.*

Wir wollen nun still werden und beten. Dazu halte den Stein in deiner Hand. Spürst du schon, wie er warm wird? (...) Gott hört dir zu.

Du kannst ihm nun ein Gebet sagen, ganz still nur für dich. Denke dabei an einen Menschen, für den du jetzt beten willst.

– Stille –

Wir legen die Steine nun in die Mitte (oder auf den Altar). Wir zeigen damit: Gott geben wir unser Gebet. Ihm können wir es anvertrauen.

### Friedensgruß

Manchmal fehlen uns die Worte. Aber wir können Zeichen der Nähe schenken, die trösten. Geben wir einander ein Zeichen des Friedens und der Versöhnung.

### Lieder

- Herr du bist mein Leben (Gotteslob Nr. 456, Ein Kreis beginnt zu leben 2 Nr. 124)
- Herr lehre uns, dass wir sterben müssen (Gotteslob Nr. 508)
- Meine Seele ist Stille in dir (Gotteslob Nr. 900)
- Meine Zeit steht in deinen Händen (Gotteslob Nr. 896, Ein Kreis beginnt zu leben 2 Nr. 222)
- Möge die Straße (Gotteslob Nr. 908, Ein Kreis beginnt zu leben 2 Nr. 230)
- Sei unser Gott (Gotteslob Nr. 911)
- Stimme, die Stein zerbricht (Gotteslob Nr. 417)
- Suchen und Fragen (Gotteslob Nr. 457, Ein Kreis beginnt zu leben 1 Seite 184)
- Wer leben will wie Gott (Gotteslob Nr. 460, Ein Kreis beginnt zu leben 1 Seite 205)





## Wenn ein Lebenslicht erlischt...

### Workshop zum Thema Tod & Trauer

Helfen, beistehen, getragen sein. Was tun, wenn die Oma einer Freundin stirbt? Wie gehe ich damit um, wenn ein Kind aus meiner Gruppe die Mama verloren hat? Wie kann ich den Tod eines Freundes aus meinen Kollegenkreis verkraften? In diesem interaktiven Workshop erhältst du Hilfestellung, wie du das Thema Tod und Trauer im Vorfeld aber auch in der akuten Phase mit Kindern und Jugendlichen sensibel behandelst und ihnen zur Seite stehen kannst. In Zusammenarbeit mit Südtirols Katholischer Jugend.

**Anmeldeschluss: 14 Tage vor Kursbeginn**

Zielgruppe: Leiterinnen und Leiter, Pfarrer, Mitarbeitende in den Pfarrgemeinden

Termin: Sa. 16. Februar 2019

Uhrzeit: 09.30 – 12.30 Uhr

Referententeam: Rudi Samt und Martina Gamper (in der Trauerbegleitung tätig)

Ort: Jugendkirche Meran

Kursbeitrag: wird bekannt gegeben

## Unterstützung und Beratung findest du bei...

### Young and Direct

WhatsApp: 345 0817 056

Pers. Gespräch:

Johann-Wolfgang-von-Goethe-Str. 42

39100 Bozen

Facebook: Young+Direct Beratung Consulenza

E-Mail: [online@young-direct.it](mailto:online@young-direct.it)

Jugendtelefon: 8400 36366

Skype: young.direct

### Caritas - Hospizbewegung

Wir bieten Begleitung für  
Sterbende und Trauernde an.

Marconistraße, 7

39100 Bozen

Tel. +39 0471 304 370

E-Mail: [hospiz@caritas.bz.it](mailto:hospiz@caritas.bz.it)

### Caritas - Telefonseelsorge

Reden hilft. Wir hören zu.

Sparkassenstraße 1

39100 Bozen

Tel. 840 000 481

E-Mail: [ts@caritas.bz.it](mailto:ts@caritas.bz.it)

### IMPRESSUM

Herausgeberin: Katholische Jungschar Südtirols - KJS, Redaktion: Daniela Tschöll und Stefan Plattner

Grafik: Ideenfabrik Kaltern; Verantwortlicher Direktor: Dr. Josef Innerhofer - Reg. Trib. Nr. 1/96; Druck: Fotolito Varesco Auer;

Bilder: pixabay.com, Katholische Jungschar Südtirols