

Lea und Paul

Deine Schwester, Dein Bruder ist gestorben.



Text und Illustration von Carola Otterstedt

Lea und Paul sind 8 Jahre alt. Leas kleiner Bruder ist auf dem Weg vom Spielplatz von einem Auto angefahren worden und im Krankenhaus gestorben. Pauls große Schwester war seit vielen Jahren krebskrank und ist jetzt mit 14 Jahren daheim gestorben. Paul sitzt schon eine ganze Weile beim großen Baum auf der weiten Wiese im hohen Gras, als Lea dazukommt und die beiden sich kennen lernen.



Lea

Wir sind in das Krankenhaus gefahren und da hab ich meinen Bruder gesehen. Er sah aber gar nicht wie mein Bruder aus. Sein Kopf war in einem großen Verband und ganz viele Schläuche und Maschinen waren an ihm. Dann hat die Krankenschwester eine Jalousie runter gemacht.

Paul

Meine Schwester ist schon ganz lange krank gewesen und hat Chemotherapien bekommen. Als sie immer müder geworden ist, ist sie nach Hause gekommen und wir haben noch zusammen gespielt. Ich habe ihr auch was aus der Schule erzählt. Aber eines Tages ist sie nicht mehr aufgewacht.

Wenn dein Bruder oder deine Schwester stirbt, dann ist plötzlich alles ganz anders. Eigentlich war er, war sie doch immer da. Am Morgen noch war Leas Bruder ganz gesund und jetzt liegt er im Krankenhaus zwischen vielen Maschinen, die piepen, und soll tot sein? Und Pauls Schwester hat doch die vielen Jahren ganz gut mit der Krankheit gelebt und nun ist sie tot.

Vielleicht ist das ja alles nur ein böser Traum. Hat die Krankenschwester die Jalousie nur runtergelassen, damit der Bruder besser schlafen kann? Und Pauls Schwester, na ja, so lange hat sie eigentlich noch nie geschlafen. Und die Eltern sind ja auch ganz traurig geworden. Es ist wirklich ganz schön schwer zu verstehen, dass der Bruder, die Schwester jetzt tot sein sollen.

Ein Mensch, der gestorben ist, sieht ganz friedlich aus. Aber er schläft nicht wie wir, denn er atmet nicht mehr. Wenn der Mensch aufhört zu atmen, wenn er gestorben ist, dann geht er aus seinem Körper heraus. Er braucht diesen Körper jetzt nicht mehr.



Lea

Meinst du, ob mein Bruder noch das Auto gesehen hat? Vielleicht weiß er jetzt sogar, wie es ist, wenn man fliegen kann. Eigentlich hat er nie viel Angst gehabt. Ob er im Krankenhaus Schmerzen hatte?

Paul

Früher hat meine Schwester viel Schmerzen bei den Untersuchungen und so gehabt. Aber zu Hause haben ihr Ärzte und Hospizschwestern geholfen. Eigentlich war sie nur so schrecklich müde am Ende.

Wenn du einen Menschen sehr lieb hast, dann hoffst du natürlich, dass es ihm recht gut geht. Lea würde am liebsten wissen, was ihr Bruder wohl gefühlt hat, als ihn das Auto anfuhr. Sie macht sich auch Gedanken, ob ihr Bruder wohl Angst oder Schmerzen hatte. Paul erinnert sich, dass seine Schwester bei Untersuchungen schon mal Schmerzen hatte. Aber er erinnert sich auch, dass Ärzte, Kranken- und Hospizschwestern seiner Schwester daheim gut helfen konnten. Es gibt zum Beispiel sehr gute Medikamente gegen Schmerzen.

Es ist wirklich nicht einfach zu sehen, wenn es deinem Bruder, deiner Schwester schlecht geht. Es macht dir sicher auch Angst, wenn er, wenn sie sich plötzlich verändert und sich ganz anders verhält als früher. Pauls Schwester ist zum Beispiel immer müder geworden. Das gehört oft zu der Krankheit und auch zum Sterben dazu. Es kann dem Kranken sogar helfen, mit seiner Krankheit besser zu leben. Aber die meisten Menschen, die sehr müde und erschöpft sind, werden wieder gesund und leben noch sehr lange. Wenn der Körper aber sehr krank ist und sterben möchte, dann macht die Erschöpfung des Körpers den Menschen sehr müde. Das ist ganz natürlich.



Lea

Mein Bruder wollte schon wieder mit meinen Kuschtieren spielen. Das wollte ich aber nicht. Dann ist er raus zum Spielplatz gelaufen. Meine Eltern haben immer gesagt, ich soll auf meinen Bruder aufpassen. Aber eigentlich habe ich mir auch immer eine Schwester gewünscht, mit der man besser spielen kann.

Paul

Die ganzen Jahre ging es nur um meine Schwester. Die Eltern, die Oma, alle fragten immer nur, wie es meiner Schwester geht. Wahrscheinlich muss ich erst krank sein, damit ich nicht immer beim Abwasch helfen muss. Ich hab irgendwann einfach so einen blöden Füller aus der Federmappe meiner Schwester genommen. Den brauchte sie ja sowieso nicht mehr, weil sie gar nicht mehr zur Schule ging. Aber ich würde ihn ihr jetzt lieber wieder zurückgeben.

Lea macht sich Sorgen, ob sie schuld daran ist, dass ihr Bruder gestorben ist. Hätte sie ihn doch mit ihren Kuschtieren spielen lassen, dann wäre er nicht einfach zum

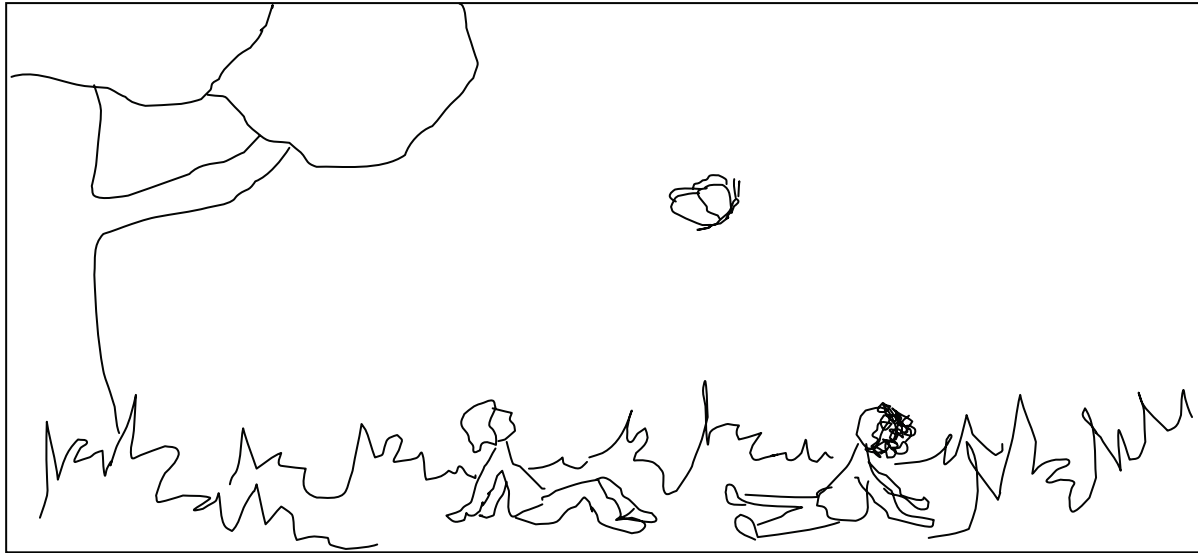
Spielplatz gelaufen und auf dem Heimweg vom Auto angefahren worden, denkt sie. Und dann haben auch noch die Eltern Lea immer gesagt, sie solle ja auf ihren Bruder aufpassen. Lea findet, dass das mit einer Schwester einfacher gewesen wäre, mit der sie wahrscheinlich auch viel besser hätte spielen können. Es ist manchmal wirklich eine zu schwere Aufgabe auf sein jüngeres Geschwisterkind aufzupassen. Und dann passiert so ein schlimmer Unfall. Aber es ist ganz wichtig, dass du weißt, dass es nicht deine Schuld ist.

Paul ist manchmal richtig wütend, weil sich alle immer nur um seine kranke Schwester gekümmert haben. Fast ist er ein bisschen neidisch auf die kranke Schwester gewesen. Aber irgendwie schämt er sich auch für dieses Gefühl, denn so schwer Kranksein ist ja ganz schlimm. Aber warum musste er auch immer den Abwasch machen? Die Erwachsenen beachten dich nicht und gleichzeitig wollen sie ständig, dass du mithilfst. Alle konzentrieren sich darauf, dass es dem Kranken gut geht. Und wer kümmert sich um dich?

Und dann hat Paul sich einfach mal selbst beschenkt. Da war der besonders tolle Füller und den hat er dann einfach aus der Federmappe seiner Schwester genommen. Aber irgendwie hat ihm der Füller dann gar keine Freude gemacht, weil er ständig daran dachte, dass er ja eigentlich seiner Schwester gehörte. Und jetzt drückt es ihn irgendwie, weil er ihn doch seiner Schwester gar nicht mehr zurückgeben kann.

Manchmal fühlst du dich von den Eltern ganz ungerecht behandelt. Das ist gar nicht so einfach auszuhalten. Und gerade wenn eines deiner Geschwister bevorzugt wird, ist es richtig gemein. Auf der anderen Seite ist ja klar, dass die kranke Schwester, der kranke Bruder Hilfe braucht. Du hilfst ihr ja auch gerne mit. Aber dann passiert doch wieder eine große Ungerechtigkeit und vor lauter Wut nimmst du dir dann einfach etwas, was der Schwester gehört. Also klauen willst du ja eigentlich gar nicht. Aber ist das nicht wie eine kleine Belohnung für die ganzen Dinge, die du neuerdings zusätzlich in der Familie leisten muss? Dummerweise hast du gar nicht so richtig Freude an dem Gegenstand, den du genommen hast, weil du ihn ja nicht wirklich geschenkt bekommen hast.

Aber auch wenn deine Schwester, dein Bruder jetzt tot ist, vielleicht magst du in ihr Zimmer, in sein Zimmer, an das Grab oder zu dem Lieblingsplatz gehen und in Gedanken mit ihr, mit ihm reden. Nimm den Gegenstand mit, entschuldige dich bei ihr, bei ihm. Dann kannst du den Gegenstand zu ihren, seinen anderen Sachen zurücklegen. Wenn du den Gegenstand gerne als Andenken behalten möchtest, dann bitte sie, ihn darum. Warte einen Moment und wenn du dich ganz wohl und befreit fühlst, dann behalte ihn ruhig für dich.



Lea

Ob mein Bruder tot war, als die Jalousie nach unten gegangen ist? Ich habe meinen Bruder nie mehr gesehen. Wir haben dann nur so eine Vase auf den Friedhof gebracht. Dort steht jetzt ein Kreuz mit seinem Bild. Ich habe dort das bunte Windrad, was ich ihm zum Geburtstag schenken wollte, in die Erde gesteckt.

Paul

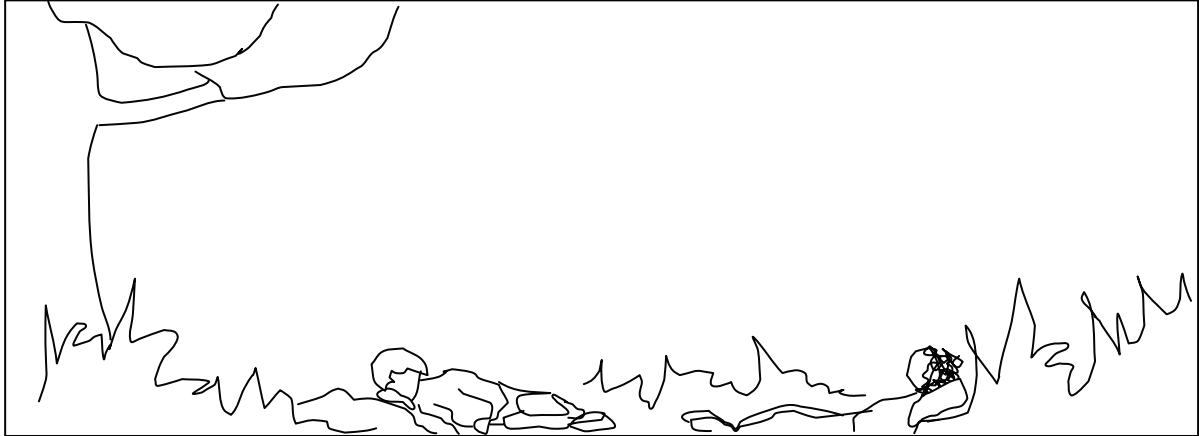
Meine Mutter und meine Tante haben meiner Schwester ihr Lieblingskleid angezogen. Mein Vater und ich sind hierher gegangen und haben Blumen gepflückt. Meine Schwester hat auf dieser Wiese immer Blumen gepflückt. Wir haben dann am Bett bei meiner Schwester eine Kerze angezündet und gesungen. Und dann war noch die

Trauerfeier in der Kirche mit ihren Klassenkameraden. Der Sarg wurde in die Erde getan und ganz viele Blumen haben ihn bedeckt.

Lea hat ihren Bruder zum letzten Mal im Krankenbett gesehen. Manchmal fragt sie sich, ob ihr Bruder wirklich tot ist. Vielleicht stellst du dir auch diese Frage. Es wäre gut, wenn du darüber mit einem Erwachsenen sprechen kannst. Oft *begreifen* wir Menschen traurige Situationen nicht so schnell und es hilft, wenn wir den toten Körper berühren dürfen, damit wir *begreifen*: Mein Bruder, meines Schwester ist tot.

Paul konnte seiner Schwester auf Wiedersehen sagen. Er durfte auch seine tote Schwester berühren. Er half dabei ihr Blumen ins Haar zu binden und ihre Lieblingskette umzulegen. Die ganze Familie feierte ihr zu Ehren ein Fest. Sogar die Klassenkameraden seiner Schwester waren bei der Trauerfeier. Und bei der Beerdigung wusste Paul dann, dass in dem Sarg nur der Körper von seiner Schwester lag. Aber das war dann nicht mehr seine Schwester, weil der Körper sich nicht mehr bewegte, nicht mehr lachte und nicht mehr nach ihm rief oder sich mit ihm zanken konnte. In der Erde lag nicht seine Schwester, nur noch ihr toter Körper.

Wie kommt der tote Körper von Leas Bruder in die Vase? fragt sich Lea zu Recht. Nachdem Leas Bruder gestorben ist, wurde der von ihm zurückgelassene Körper in einem Krematorium verbrannt. Die Asche wurde dann in eine Urne gegeben, die wie eine Vase aussieht. Und diese Urne ist jetzt in einem kleinen Grab. Die Eltern stellten ein Kreuz mit dem Bild von Leas Bruder auf und Lea hat das Grab noch mit einem Windrad geschmückt, das ihr Bruder sich zum Geburtstag gewünscht hatte.



Lea

Wo wohl mein Bruder jetzt ist? Meine Oma sagt, Kinder kommen immer sofort in den Himmel und sind dann Engel. Aber ich kann mir meinen Bruder gar nicht als Engel vorstellen. Der war manchmal ganz schön nervig.

Paul

Also meine Schwester macht jetzt bestimmt all das, was sie sich die letzten Jahre so gewünscht hat. Sie wollte Pyramidenforscherin werden und isst jetzt ganz sicher zusammen mit den Mumien in Ägypten ein Zitroneneis.

Ja, wo wohl jetzt alle toten Menschen sind? Sind sie vielleicht im Himmel? Zum Glück ist der Himmel ja groß und weit. Sonst würden die ganzen Menschen im Himmel und die vielen Engel irgendwann mit unseren Flugzeugen zusammenstoßen?

Aber wo ist denn nun Leas Bruder? Lea meint, ein Engel könnte er gar nicht sein, denn er war ja nicht immer lieb. Es wär' doch zu spannend, wenn wir wissen würden, wo wir nach dem Tod hingehen. Aber leider kann kein Erwachsener dir wirklich sagen, wo dein verstorbener Bruder, deine verstorbene Schwester jetzt ist. Denn die lebenden Menschen haben in das große Reich der Verstorbenen noch nicht hineinschauen können.

Aber jeder von uns hat die Gelegenheit mit Hilfe unserer Träume den Engeln auf die Spur zu kommen und den verstorbenen Menschen ab und zu wieder zu begegnen. Manchmal sehen wir sie vielleicht, aber öfters spüren wir sie nur. Plötzlich spürst du vielleicht, wie wohl dir ist, dass du umarmt wirst und ganz viel Mut und Kraft bekommst. Der Engel hat dich liebt, ist um dich und hilft dir durch dein Leben.

Und Paul hat wohl ganz Recht, dass auch dein Bruder, deine Schwester jetzt vielleicht gerade das machen, was sie auch im Leben so gerne machen wollten. Manchmal kannst du dich deinem Bruder, deiner Schwester ganz nah fühlen, wenn du an seinen, ihrem Lieblingsplatz bist. Vielleicht sitzt ihr gerade zusammen auf einer Holzbank?

Natürlich wäre es spannend zu wissen, ob Pauls Schwester wirklich gerade mit den Mumien in Ägypten Eis isst, aber wichtig ist, dass Paul es fühlt, dass es so ist. Und was spürst du? Lass dir Zeit und frage einfach deine verstorbene Schwester, deinen verstorbenen Bruder, wo sie, wo er jetzt ist. Und manchmal spürst du eine Antwort



Lea

Eigentlich hab ich zu nichts Lust. In der Schule die nerven mich alle unheimlich. Und meine Eltern sind nur traurig und streiten sich ständig.

Paul

Meine Eltern weinen auch und dann lachen sie plötzlich, weil das Baby irgendwas macht. Ich bin immer so müde. Vielleicht habe ich auch dieselbe Krankheit wie meine Schwester -

Es ist oft sehr schwer. Immer wieder kommt da so ein dicker Kloß im Hals hoch und wahrscheinlich hast du noch nicht einmal Lust auf Schokolade oder dein Lieblingsessen. Und dann laufen schon wieder die Tränen, und du weißt gar nicht warum. Alles ist so traurig und du fühlst dich ganz leer, erschöpft und wahnsinnig müde.

Lea hat ganz recht. Die Schule ist jetzt wirklich nur noch nervig. Das ist doch eigentlich jetzt gar nicht so wichtig, findet sie. Und gerade, wenn sie mal an den

Bruder denkt, wird sie von der Lehrerin aufgerufen und natürlich weiß sie dann gar nicht, was sie gerade sagen soll. Die Pausen machen auch keinen Spaß, was soll sie jetzt auch so blöd herumspielen. Wer hat jetzt schon Lust auf Gummitwist oder Fußball? Die Beine sind zentnerschwer. Am liebsten magst du dich jetzt irgendwo nur für dich in eine ruhige Ecke setzen. Diese traurigen Gefühle sind ganz natürlich. Aber keine Angst, nach und nach wirst du dich auch wieder besser fühlen.

Zu Hause sind die Eltern so gereizt. Ständig weinen Leas Eltern und streiten sich. Lea versteht nicht, warum. Wenn ein Kind stirbt sind die Eltern ganz verwirrt. Sie trauern sehr um das verstorbene Kind und sind wie du sehr traurig. Oft suchen die Erwachsenen auch nach einem Grund, warum ihr Kind sterben musste. Und manchmal wissen sie sich keinen Rat, als sich gegenseitig die Schuld an dem Tod des Kindes zu geben. Das ist natürlich ganz schlimm für dich. Vielleicht hilft es der Familie, sich miteinander ganz fest in den Arm zu nehmen und sich zu drücken. Sagt euch ruhig: „Es ist so traurig!“ und weint auch ruhig, wenn euch danach ist. Ihr habt euch alle lieb und seid zusammen stark. Vielleicht könnt ihr alle auch gemeinsam zu dem Lieblingsplatz des verstorbenen Bruders, der verstorbenen Schwester gehen und dort ein Blümchen pflanzen.

Für Paul ist es manchmal ganz verwirrend. Einmal weinen seine Eltern und sind sehr traurig. Und wenn dann das Baby irgendetwas Komisches macht, dann können sie einfach darüber lachen. Wenn wir traurig sind, weil jemanden gestorben ist, dann fühlen wir uns unendlich erschöpft, leer und denken, das wird immer so weitergehen. Aber manchmal kann ein Baby oder ein Haustier mit seinen drolligen Bewegungen uns zum Lachen bringen. Das ist gut. Wer sagt, in der Trauerzeit darf man nicht lachen, ist blöd. Die Trauer gehört zum Leben. Und weil Lachen zum Leben gehört, darfst du auch in der Trauer lachen. Also weine und lache. Und wenn es etwas zum Lachen gibt, dann freue dich darüber. Deine verstorbene Schwester oder dein Bruder wollten nicht, dass du aufhörst zu lachen.

Traurigsein ist anstrengend. Wenn du viel weinst, wird dein Körper ganz müde. Vielleicht fühlst du dich dann erschöpft und krank. Paul hat Angst, dass seine

Müdigkeit auch ein Zeichen ist, dass er nun die gleiche Krankheit hat wie seine Schwester. Paul will nicht sterben. Es ist ganz natürlich, dass du dir Sorgen machst, wenn du dich müde und erschöpft fühlst. Nur ganz selten wird ein müder Mensch so krank, dass er später sterben muss. Aber es ist ganz wichtig, dass du weißt, dass du gesund bist. Am besten gehst du einmal zu eurem Hausarzt und erzählst ihm von deinen Sorgen.



Lea

Wenn ich so hänge, dann können die Tränen gar nicht mehr über mein Gesicht laufen. Meinst du, dass wir in unserem ganzen Leben immer so weiter weinen werden?

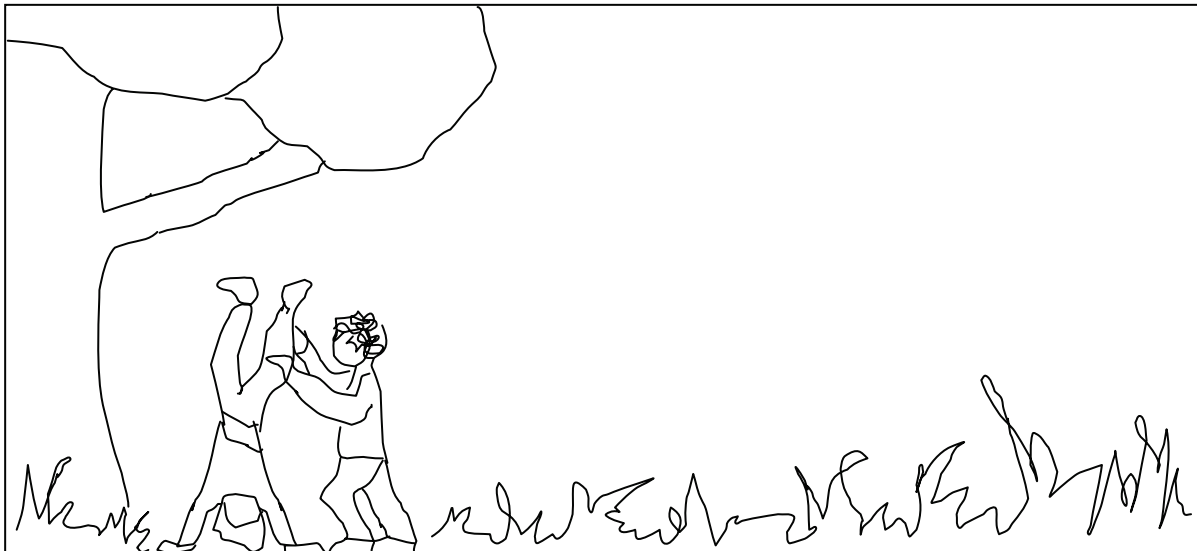
Paul

Ich glaube nicht. Das ist doch viel zu anstrengend. Außerdem ist nächste Woche der Geburtstag von meinem besten Freund. Da ist es immer ganz lustig!

Wenn dein Bruder, deine Schwester gestorben ist, dann ist das so traurig, dass du vielleicht denkst, dass das jetzt immer so weiter geht. Aber nach einer Zeit wirst du merken, dass du immer noch viel an ihn, an sie denkst, aber der Kloß in deinem Hals

kleiner wird, dass die Tränen nicht mehr so viel fließen. Das heißt nicht, dass du jetzt deinen Bruder, deine Schwester weniger lieb hast. Du kannst jetzt nur wieder auch die anderen Dinge im Leben sehen. Paul freut sich zum Beispiel schon wieder auf den Geburtstag seines besten Freundes. Und das ist gut, denn deine Freunde warten bestimmt schon auf dich. Sie freuen sich, dass du bald wieder Lust hast, mit ihnen draußen zu spielen. Und dir tut es bestimmt auch gut, wenn du mal wieder hörst, wie es ihnen geht und was sie so machen.

Deine Eltern brauchen vielleicht noch etwas mehr Zeit. Jeder Mensch darf sich die Zeit zum Weinen und Trauern nehmen, die er braucht. Das ist manchmal gar nicht so einfach zu verstehen, denn vielleicht bist du enttäuscht, wenn deine Eltern gerade keine Lust haben über einen tollen Witz zu lachen, mit zum Schwimmbad oder in den Zirkus zu gehen. Aber auch deine Eltern werden nicht immer traurig bleiben. Und vielleicht kann derweil deine Tante oder dein Onkel mit dir in den Zirkus gehen?



Lea

Meine Mutter hat mir verboten allein auf die Straße zu gehen. Sie will mich jetzt sogar jeden Tag zur Schule bringen!

Paul

Meine Eltern haben immer noch keine Zeit für mich. Ich dachte, jetzt kann mein Vater auch mal wieder mit zum Fußball kommen. Ob wir wenigstens in diesem Jahr in den großen Ferien einmal wegfahren?

Leas Bruder ist von einem Auto angefahren worden und nun hat ihre Mutter Angst, auch Lea könnte etwas passieren. Lea findet, sie ist alt genug um alleine in die Schule zu gehen. Und eigentlich stimmt das ja auch. Aber ihre Mutter ist so traurig über den Tod von Leas Bruder, dass sie im Moment gar nicht sieht, wie vorsichtig Lea im Straßenverkehr ist. Eltern lieben ihre Kinder so sehr, dass sie es gar nicht ertragen können, ein Kind verlieren zu müssen.

Manchmal ist es für dich gar nicht einfach, in dieser Zeit die Eltern zu verstehen. Aber vielleicht ist so ein gemeinsamer Spaziergang zur Schule auch eine schöne Zeit, wo du deine Mutter mal nur für dich hast. Und nach einiger Zeit lassen deine Eltern dich sicher auch wieder ganz allein in die Schule gehen.

Paul versteht gar nicht, warum seine Eltern jetzt, wo sie seine Schwester nicht mehr pflegen müssen, immer noch nicht mehr Zeit für ihn haben. Sie sitzen daheim herum, kümmern sich um das Baby oder müssen ständig irgendwelche Briefe schreiben. Es wäre doch zu schön, wenn jetzt einer der Eltern auch mal wieder nur für dich da ist. Frag' doch deinen Vater oder deine Mutter und sag: „Ich brauch dich! Kannst du mit mir nächsten Freitag zum Fußball kommen?“ Oder: „Gehen wir am Samstag gemeinsam zum Schwimmen?“ Du darfst deinen Eltern sagen, dass du auch einmal nur mit ihnen einen Ausflug machen willst. Das Baby kann bestimmt auch mal bei der Tante, beim Opa oder bei Freunden bleiben. Erzähl deinen Eltern von deinen Träumen und Wünschen, auch über den nächsten großen Urlaub.



Lea

Alle machen nur psst, wenn ich von meinem Bruder sprechen will. Meine Oma sagt, meine Eltern sind zu traurig und können jetzt nicht über meinen Bruder reden.

Paul

Wir erzählen schon viel von meiner Schwester, aber meine Eltern weinen auch. Ich habe eine tolle Lehrerin, die fragt mich immer, wie es mir geht. Als meine Schwester im Krankenhaus war, hat sie mich sogar eingeladen mit ihrer Familie zusammen ins Schwimmbad zu gehen.

Leas Oma hat leider Recht, dass viele Erwachsene Angst haben, über Trauriges zu sprechen. Sie glauben doch tatsächlich, dass dadurch alles noch schlimmer wird. Aber das stimmt ja gar nicht: Wenn du über das sprechen kannst, was dich traurig macht, dann kannst du mit den Tränen besser leben. Lass dich durch ein *psst* nicht einschüchtern. Suche dir einen Erwachsenen, der dir gerne zuhört und sich für deine Gedanken, deine Traurigkeit und auch für deine Fröhlichkeit interessiert.

Paul kann mit seinen Eltern über seine Schwester sprechen. Seine Schwester war lange Zeit zu Hause und die ganze Familie hat viele gemeinsame Erinnerungen an sie. Während der vielen Jahre, wo Pauls Schwester krank war, hatten die Eltern nicht immer Zeit und Geduld für Pauls Fragen. Oft waren seine Eltern müde und traurig.

Aber eine Lehrerin von Paul hatte für ihn Zeit und lud ihn sogar ein mit ihrer Familie einen Ausflug zu machen. Manchmal ist es richtig schön, auch mal in eine andere Familie gehen zu können. Da wird dann nicht über Krankheit oder Tod gesprochen und man kann einfach nur lustig sein. Vielleicht kennst du auch eine Familie, die du mal besuchen magst? Frag ruhig deine Eltern, ob sie dir helfen können einen Besuch zu organisieren.



Lea

Manchmal träume ich von meinem Bruder, wie wir im Planschbecken miteinander spielen und uns mit dem Gartenschlauch nass sprühen.

Paul

Ich gehe gerne hier auf die Wiese. Weißt du, dass ich hier auch mit meiner Schwester spreche?

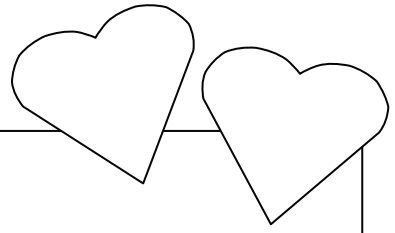
Auch wenn dein Bruder, deine Schwester gestorben ist, sie sind nicht wirklich weg. Wenn du möchtest, kannst du ihnen begegnen. Lea träumt von ihrem Bruder. Paul

spricht mit seiner Schwester auf der Wiese. Du kannst zum Lieblingsspielplatz deiner Schwester, deines Bruders gehen oder zu ihrem, seinem Grab und dort ein schönes Spielzeug ihr, ihm hinlegen.

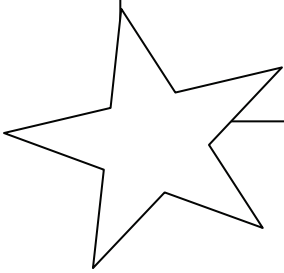
Vielleicht magst du aber auch einen Brief schreiben oder malen und lässt ihn an einem Luftballon in den Himmel hinauf. Oder du faltest den Briefbogen zu einem Schiffchen und schickst ihn über einen Fluss, hin zu dem großen Meer.

Ob du nun Träume oder Gedanken hast, etwas aufschreibst oder in die Luft hinein sagst, betest oder singst, alles wird deinen verstorbenen Bruder, deine verstorbene Schwester erreichen. Und wenn du magst, ganz still und ruhig bei dir bist, spürst du vielleicht auch deinen Bruder, deine Schwester ganz nah bei dir: wie einen leichten Windhauch, eine kleine weiße Wolke oder einen hellen Sonnenstrahl am Himmel.

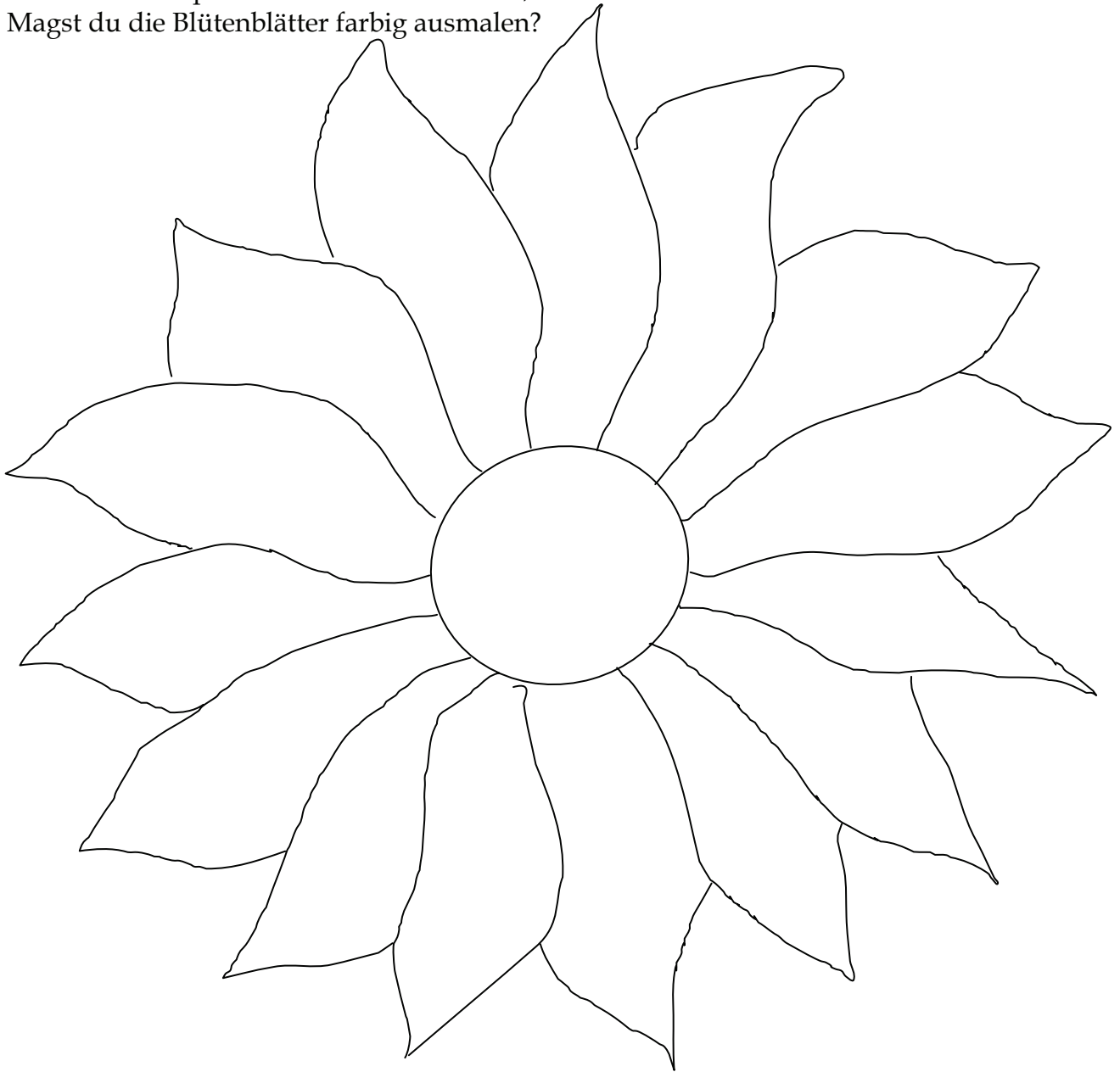
Dies ist mein Lieblingsbild von



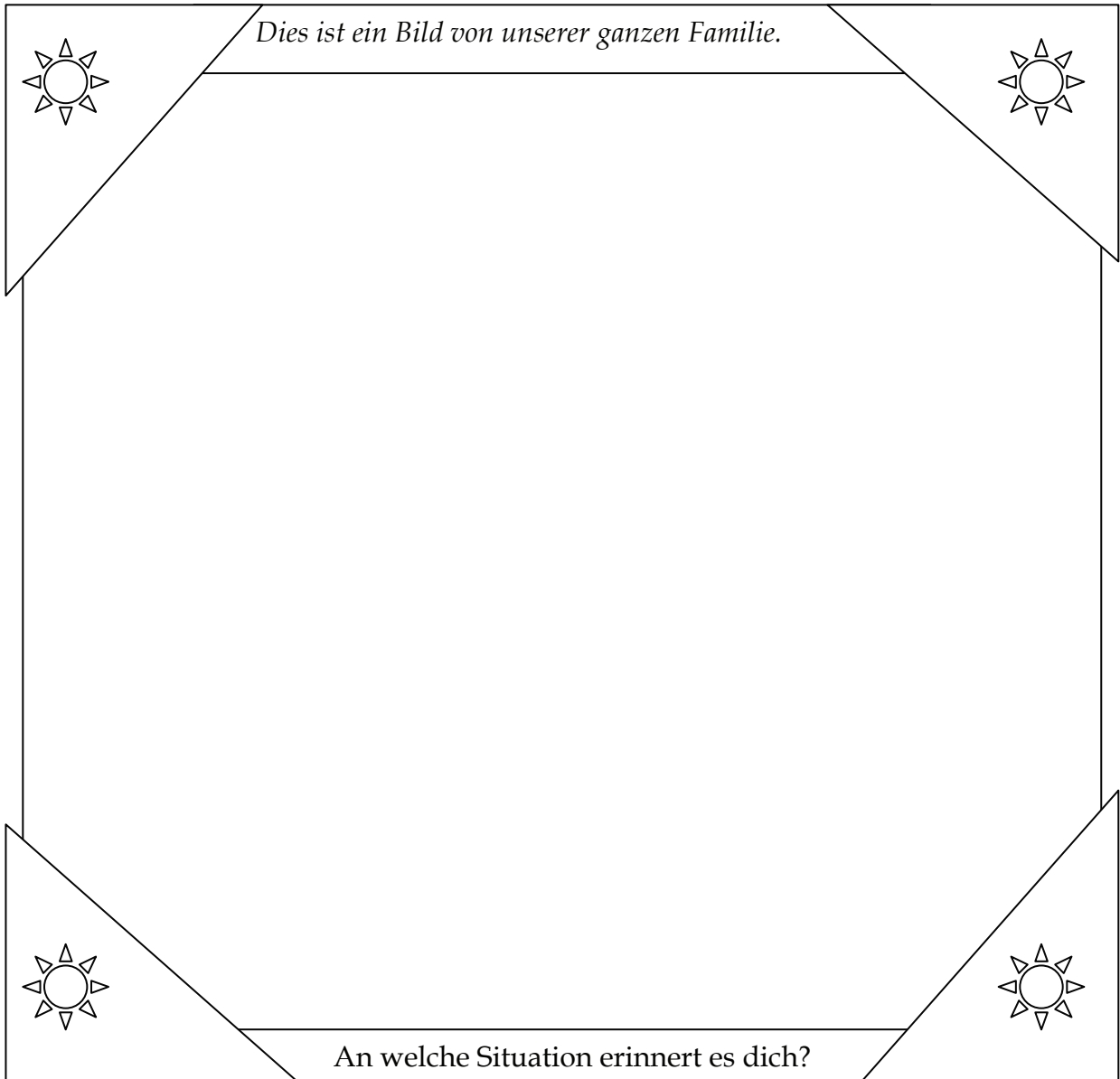
Sie/Er ist gestorben am



So einzigartig und besonders jede Blüte ist, ist auch jeder Mensch.
Welche Farben passen zu deiner Schwester, deinem Bruder?
Magst du die Blütenblätter farbig ausmalen?



Dies ist ein Bild von unserer ganzen Familie.



An welche Situation erinnert es dich?

Besondere Tage

~~~~~

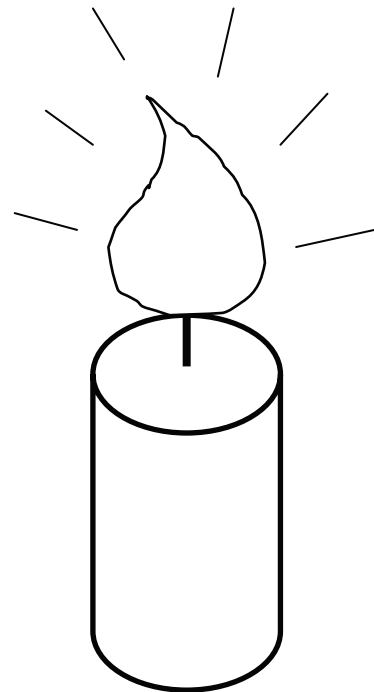
~~~~~

~~~~~

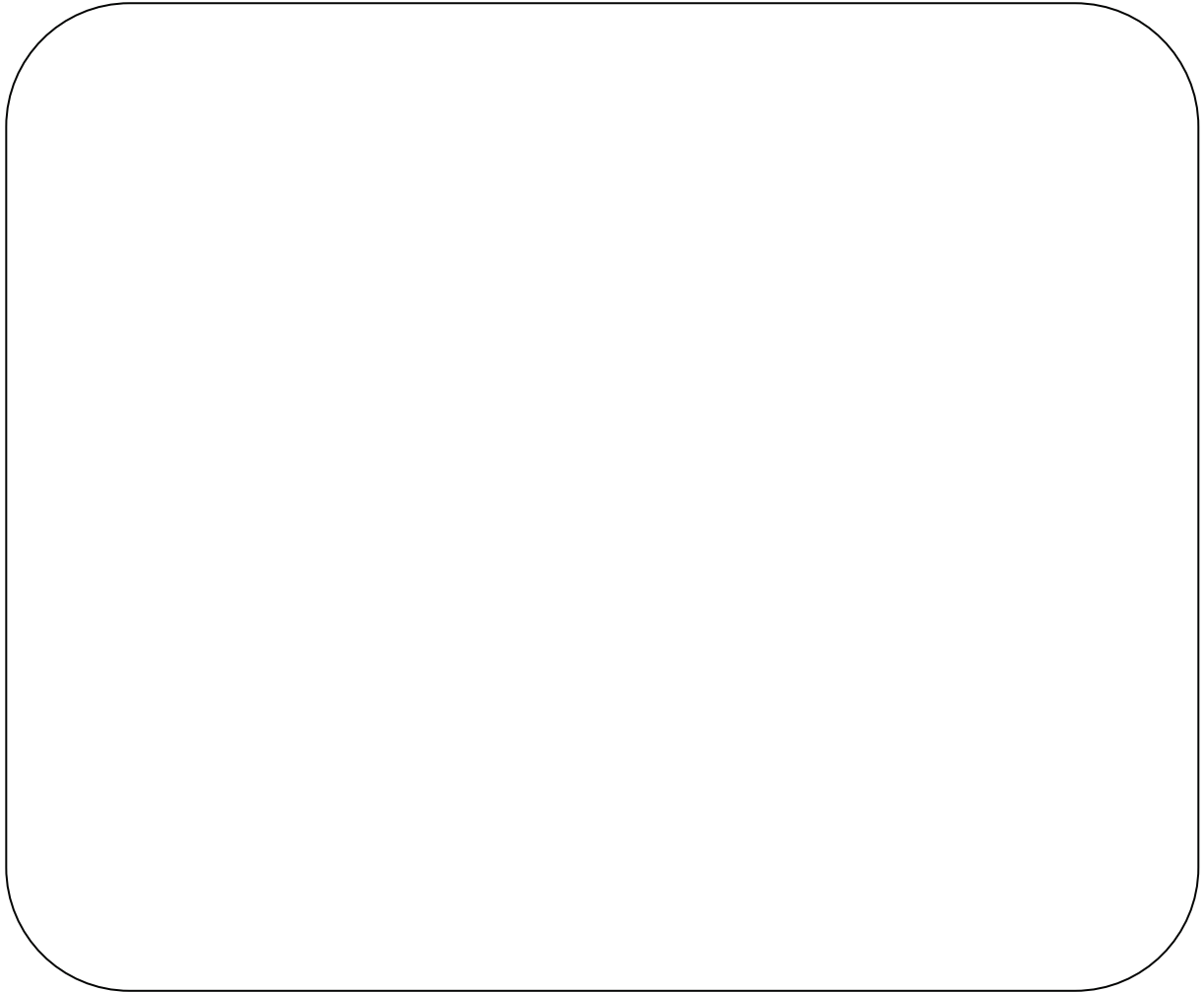
~~~~~

Es gibt sicher ein paar besondere Tage, an denen du dich an deine Schwester, deinen Bruder besonders gerne erinnern möchtest.

An diesen Tagen kannst du eine Kerze für deine Schwester, für deinen Bruder anzünden. Wenn du möchtest, kannst du eine schöne Kerze kaufen und diese mit Wachs oder Filzstiften besonders verzieren.



Wenn ein Mensch stirbt, verlässt er seinen Körper. Niemand weiß, wohin er dann wandert. Viele Menschen haben die Vorstellung von einem besonders schönen Ort, an dem wir auf eine andere Weise weiterleben. Vielleicht magst du dein Bild malen von dem Ort, zu dem deine Schwester, dein Bruder hingegangen ist?



Tipps



Lea und Paul haben sich ihre Traurigkeit, ihre Ängste, ihre Sorgen, Wünsche und Träume erzählen können. Kennst du einen guten Freund, eine nette Lehrerin, einen Sporttrainer, dem du gerne von Dir erzählen würdest. Trau dich ruhig!



Erzähle jemandem von deinen Sorgen, Ängsten und Gefühlen, male oder schreibe sie auf. Und wenn du dich danach fühlst, schreie sie einfach aus dir hinaus.



Wenn Du gerne Freunde treffen und mit ihnen spielen möchtest ist das wichtig. Auch wenn deine Schwester, dein Bruder gestorben ist - dein eigenes Leben darf weitergehen.



Verliere nicht den Mut, wenn du dich traurig und erschöpft fühlst. Viele trauernden Menschen haben die gleichen Gefühle. Hab keine Angst, es wird sich nach einer Zeit auch wieder ändern.



Du wirst niemals deine verstorbene Schwester, deinen verstorbenen Bruder vergessen, aber du wirst dich nach einiger Zeit besser fühlen.

Adressen

Die Nummer gegen Kummer
speziell für Kinder Tel. 0800-1110333

Kindernotruf (Österreich)
Tel. 02622-66661

Herzklopfen (Österreich)
Telefonberatung für Kinder, Tel. 0800-206060

Help-on-fon (Schweiz)
Sorgentelefon für Kinder, Tel. 1570057

T.A.B.U. (Schweiz)
Beratungstelefon, Tel. 079-4004382

e-mail
beratung@telefonseelsorge.de
info@deutscher-kinderhospizverein.de
sorgentelefon@telering.at

Internet
www.telefonseelsorge.de
www.kinderhospizverein.de

Bücher

- ◆ *Und wenn ich falle?, Vom Mut, traurig zu sein, von Marie-Thérèse Schins, dtv.*
- ◆ *Du fehlst mir, du fehlst mir! von Peter Pohl, dtv.*