
Roland Kachler
Dipl.-Psychologe u.
Psychologischer Psychotherapeut
Schlosshof 7 71686 Remseck
Roland.Kachler@t-online.de
www.kachler-roland.de

Hypnosystemische Trauer- begleitung von Kindern und Jugendlichen

Kurzversion

Copyright R. Kachler

I. Hypnosystemischer Trauer- und Beziehungsansatz.

**Verlust aktiviert das kindliche/jugendliche Bindungssystem
Bindungssystem reorganisiert sich**

- **Verbundenheit bleibt bestehen**
- **Verstorbene z. B. Elternteil bleibt ein innere Gestalt**
- **Finden eines sicheren Ortes für Verst.**
- **Verstorbene wird zur Ressource z. B. innere Begleiterin/Ratgeberin**
- **Innere Beziehung wird aktiv gestaltet und gelebt**
- **Verlustschmerz/Trauer werden verabschiedet, nicht! der Verstorbene**

!Nicht loslassen, sondern integrieren und bewahren!



Übung: Statt loslassen sicherer Ort

II. Kinder und Jugendliche trauern anders

Kinder trauern ... (sehr unterschiedlich):

- gemäß ihrer alterstypischen Entwicklung, Zeit- und Todesvorstellungen

- punktuell und phasenweise
– „pfützenweise“

⚡ Dissoziation beachten

- für sich alleine aus Scham
und um andere zu schützen

! Parentifizierung beachten



Aus: Nimbirt-World.de

II. Kinder und Jugendliche trauern anders

Kinder trauern ... (sehr unterschiedlich):

- mit regressiven Reaktionen
- indirekt und symbolisch



Die Urne von Papa, die Totengöttin Isis, der Eingang in das Totenreich und die Mumie (Tochter, 5,5 Jahre)

- handelnd/“tun“ Trauer; bes. anderen helfen/trösten
- körpernah und körperlich mit Körpersymptomen

II. Kinder und Jugendliche trauern anders

- auch die Trauer anderer: Übernommene Trauer – Identifikatorische Trauer mit Verst.
- Jungen trauern anders – Mädchen auch!

Verluste in der Kindheit/Jugend werden erlebt als schwer und das Leben prägend mit Risiko einer  Komplizierte Trauma-Trauerfolgestörung (KTTS)

Aber auch: in Verlusterfahrung entstehen Bewältigungsstrategien und Ressourcen

**Weil: - wenige Abwehr/hohe Vulnerabilität
- dazu sekundäre u. kumulative Verluste**

Imagination: Eigener früher Verlust in Kindheit

Verluste in der Kindheit – verändernd und prägend mit Risiko einer Komplizierte Trauma- Trauerfolgestörung (KTTS)



Aus: Fotolia.de

III. Ein Metamodell für den Trauma-, Trauer- und Beziehungsprozess



III. Ein Metamodell für den Trauma-, Trauer- und Beziehungsprozess

Tod des nahen Menschen

Schock/Verwirrung/Dissoziation/Erstarrung

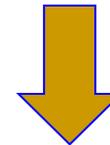
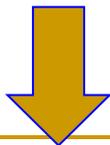


Stabilisierungsarbeit

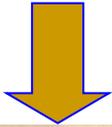
Äußerer Abwesen-
heit des Verst. erleben

und

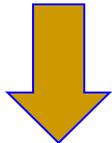
Nähe/Präsenz des
Verst. erleben



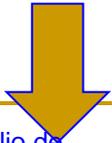
Schmerz, Trauer,
Verlassensein spüren



Gestalten und Ex-
ternalisierung von Schmerz
und Trauer

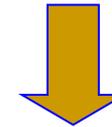


Akzeptieren der
äußeren Ab-
wesenheit des Verst.

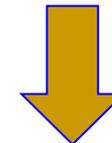


Georg Meister / pixelio.de

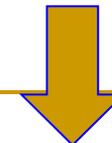
Mitgefühl und Ver-
bundenheit spüren



Kommunikation mit
Verst. und Nähe zu
ihm spüren/gestalten



Finden eines
sicheren Ortes
für Verst.



Mensi / pixelio.de



Lernen im Äußeren
ohne den Verst. zu
Leben

und

Innere Be-
ziehung leben



Realisierungsarbeit

und

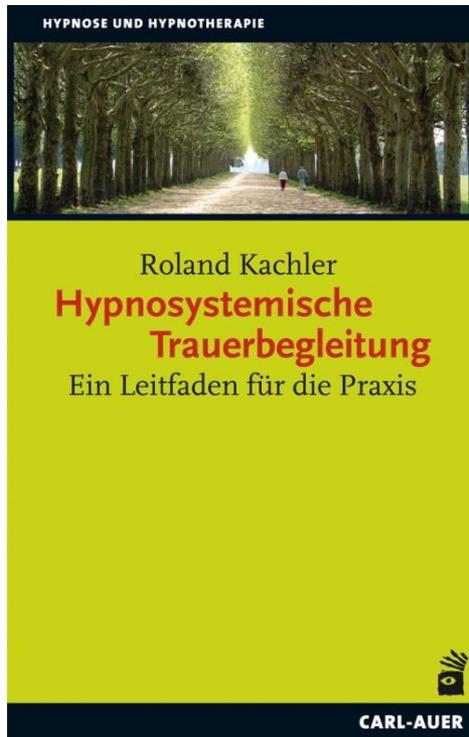
Beziehungsarbeit

Arbeit an weitergehender Entwicklung

Bild: Rainer Sturm pixelio/ Rolf Handke pixelio

III. Ein Metamodell für den Trauer- und Beziehungsprozess

- **Stabilisierungsarbeit:** Einladung zur Stabilisierung und zur Alltagsbewältigung
- **Beziehungsarbeit:** Einladung zu einer inneren Beziehung zum verstorbenen nahen Menschen
- **Realisierungsarbeit:** Einladung zu Realisierung des Verlustes und zum Abgeben der Trauer
- **Arbeit an weitergehenden Entwicklung**



= Vertragsangebote/Einladungshorizonte

! Keine Trauerphasen, sondern Trauer- und Beziehungsaufgaben

! Traumatisierender Verlust: Arbeit am Verlusttrauma

IV. Begleitende Arbeit mit Angehörigen

Arbeit mit Angehörigen:

- Angehörige würdigen; **4 Einladungshorizonte** anbieten
- Trauer- und Beziehungsprozesse **verstehen lernen**
- Kind/Jugendlichen in seinen Prozessen genau **wahrnehmen lernen**
- **Eigene Trauer begrenzen** und **Verantwortung dafür übernehmen**;
bes.: Hilfe annehmen und für Kind transparent machen
- Eigene Trauer **begrenzt!!! zeigen und verbalisieren**
- Den **Verstorbenen begrenzt!!! ins Gespräch bringen**
- Dem Verstorbenen einen **begrenzten!!! Platz im System** geben,
z. B. über Erinnerungsecke
- Erinnerungsrituale zur **begrenzten!!! Aktualisierung** des Verstorbenen
- Mit dem Kind immer wieder und immer mehr **Alltag leben**

V. Stabilisierungsarbeit für Kinder bei schweren Verlusten

! Zentrales Gefühl von Kindern neben der Trauer:

Angst (vor weiterem Verlust, selbst zu sterben, Angst vor Traumareaktion und Trauer u. a.)

- Präsenz, Sicherheit und haltende Haltung vermitteln – Klare Strukturierung einer Sitzung (Eingangsritual, Freispiel, Thema – dazu Methode, Abschlussritual)
 - Normalität, Alltagsstruktur und Alltagsleben unterstützen!
 - Ressourcen und Stärken stärken!
 - Selbstberuhigung und Gefühlsregulation lernen – Den Körper einbeziehen!
-

V. Stabilisierungsarbeit für Kinder bei schweren Verlusten



- Helfer- und Begleitfiguren installieren
- Lindernde Selbstfürsorge einüben lassen
- Konkrete und symbolische haltende Trauer- und Beziehungsorte aufbauen!
- Abwehr und Vermeiden ausdrücklich erlauben!
- Absichtsloses Spielen ermöglichen!

Aus: Fotolia.de

VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

1. Arbeit an und mit Erinnerungen an den Verstorbenen

- *Bilder vom geliebten Menschen aussuchen/aufstellen/malen – auf richtige „Dosierung“ und Distanz achten*
- *Erinnerungs-/Gedenkecke einrichten*
- *Fingeranker für Erinnerungen*
- *Erinnerungsschatzkiste*
- *Erinnerungsgegenstände besprechen*
- *Erinnerungsglas mit Erinnerungspeler*
- *Timeline der gemeinsamen Zeit*



Die Großmutter – ihre Spiegeleier, ihre Erdbeeren, ihr Garten und ihre Rosen



VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

2. Arbeit an und mit Beziehungsgefühlen zum geliebten Menschen

- *Im Körper die Liebe spüren*
 - *Geste/Körperberührung finden*
- *Körperbild und Körperort der Liebe malen*
- *Großes Herz malen*
- *Geschenk für Verst. gestalten (z. B. Kerze ...)*
- *Farbe der Verbundenheit*
- *...*



www.pixaby.com

VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

3. Innere Beziehung durch Kommunikation und Rituale erleben lassen

- *Direkter Dialog über Handpuppen, Spielfiguren u. a.*
- *Flüster- und Begegnungsort einrichten und gestalten lassen*
- *Brief an geliebten Menschen malen*
- *Botschaften über Flaschenpost, Schmetterling u. a.*
- *Kerze für Verstorbenen malen oder gestalten*
- *Pflanze für Verstorbenen aussuchen und einpflanzen*
- *...*



VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

4. Arbeit an und mit dem sicheren, haltenden Ort für den geliebten Menschen



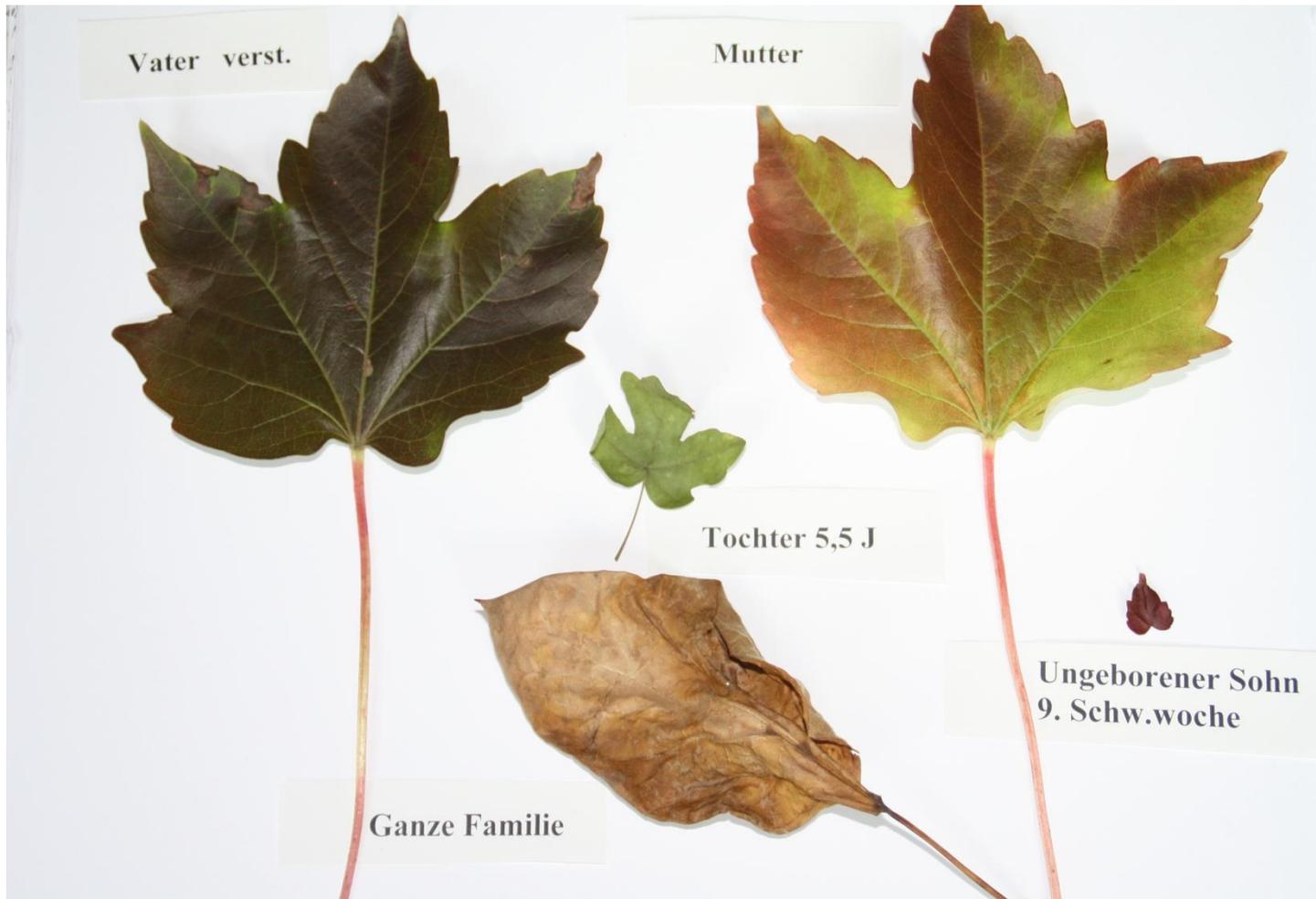
VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

4. Arbeit an und mit dem sicheren, haltenden Ort für den geliebten Menschen

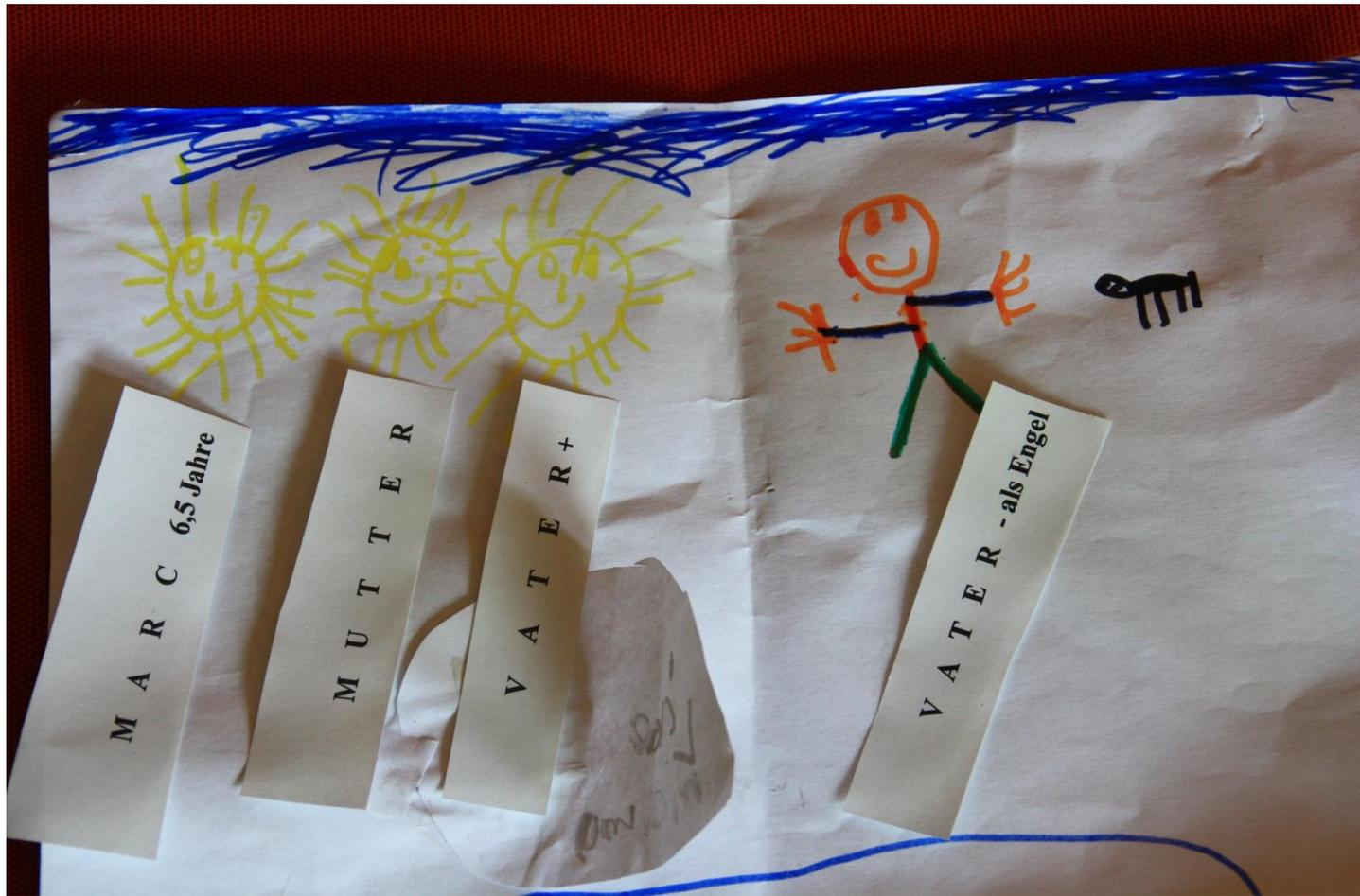
- *Frühere gemeinsame Orte aufsuchen, fotografieren, malen oder gestalten*
- *Konkrete Orte, wie das Grab aufsuchen, etwas dorthin bringen und mit dem lieben Menschen reden*
- *Körper bes. Herz/“in Gedanken = Kopf“ als sicherer Ort*
- *Familiensystem malen/stellen und Verst. einen Platz geben*
- *Orte in der Natur wie Regenbogen, Stern, Himmel anbieten und malen lassen*
- *Transzendente/religiöse Orte malen lassen*
-  *Heilsamer Ort für traumatisierten Verstorbenen z. B. nach Suizid*

Imagination: Verst. als Schmetterling/Vogel an sicheren Ort fliegen lassen

Der verstorbene Vater und der noch ungeborene Bruder gehören zu unserer Familie



Der verstorbene Vater als Engel im Himmel – zusammen mit dem verstorbenen Meerschweinchen



VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

Nicolaus, 7 Jahre alt, Tod des Vaters vor 3 Monaten: „Es gibt zwei Himmel – den, den wir sehen und den, in dem die Toten leben.“



VI. Arbeit an und mit der inneren Beziehung zum geliebten Menschen

5. Arbeit an Beziehungsstörungen zum Verstorbenen

!!!Schuld, Wut ... gegenüber Verst. aktiv abfragen und ansprechen

!!!Gefühle erlauben – eindeutig Position für Kind bes. bei Schuld

!!!Aufträge des Verst./selbstgestellte Aufträge

- *Beziehungsstörung wie Wut, Schuld malen/symbolisieren*
- *Beziehungsstörung, bes. auch Aufträge dem Verst. symbolisch zurückgeben*
- *Verzeihen des Verst. verbalisieren/vorstellen/nachspielen*
- *Symbolischer Gegenstand für Klärung/Verzeihen ... finden*
- *Beziehungsarbeit als heilende Arbeit am Bindungstrauma*
- *Symbolische Traumatherapie für den Verstorbenen!*

Der weinende Engel – Hilfreiches Bild für trauernde Kinder

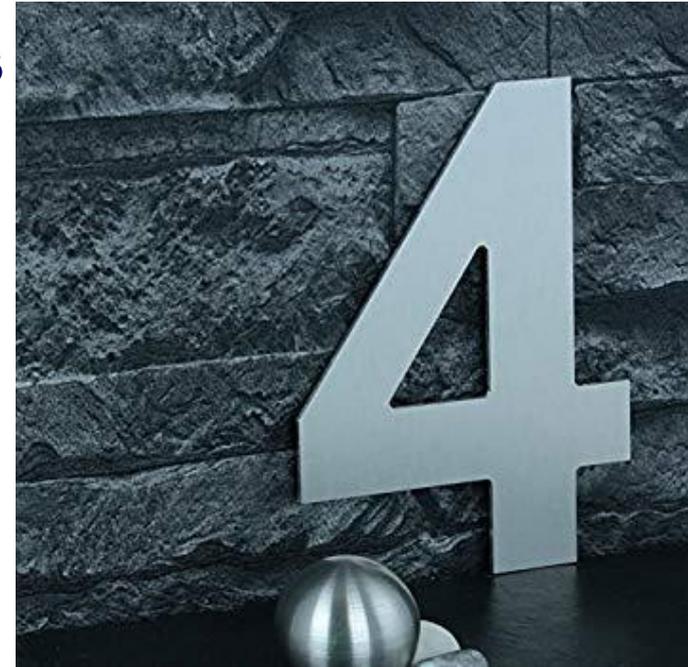


VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

Vierfache Trauerarbeit mit Kindern:

= Arbeit an der

- **Eigenen Trauer des Vermissens**
- **Empathische Trauer:** das Trauern als Mitleiden mit Verst.
- **Übernommenen Trauer aus Umfeld = system. Trauer**
- **Trauer um sekundäre Verluste** der Eltern/eines Elternteils und der vollständigen/funktionalen Familie



www.amazon.de

Übung: Trauererlaubnisse aussprechen in Trance

VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

Die Trauergefühle
handelnd und
gestalterisch in eine
Gestalt bringen lassen
- dabei die Realität behut-
sam benennen

Nicolaus, 7 Jahre alt, Tod
des Vaters vor 3 Monaten



VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

1. Arbeit an der Trauer des Vermissens – Behutsame Realisierung und Gestaltung der Trauergefühle

- Begleitete und geschützte Konfrontation des Kindes mit Realität z. B. Abwesenheit des Verstorbenen
- Behutsame Verbalisierung der Trauergefühle als Angebot
- Alle Gefühle des Kindes erlauben, halten, gestalten!!! und externalisieren lassen – damit die Trauer gehen kann

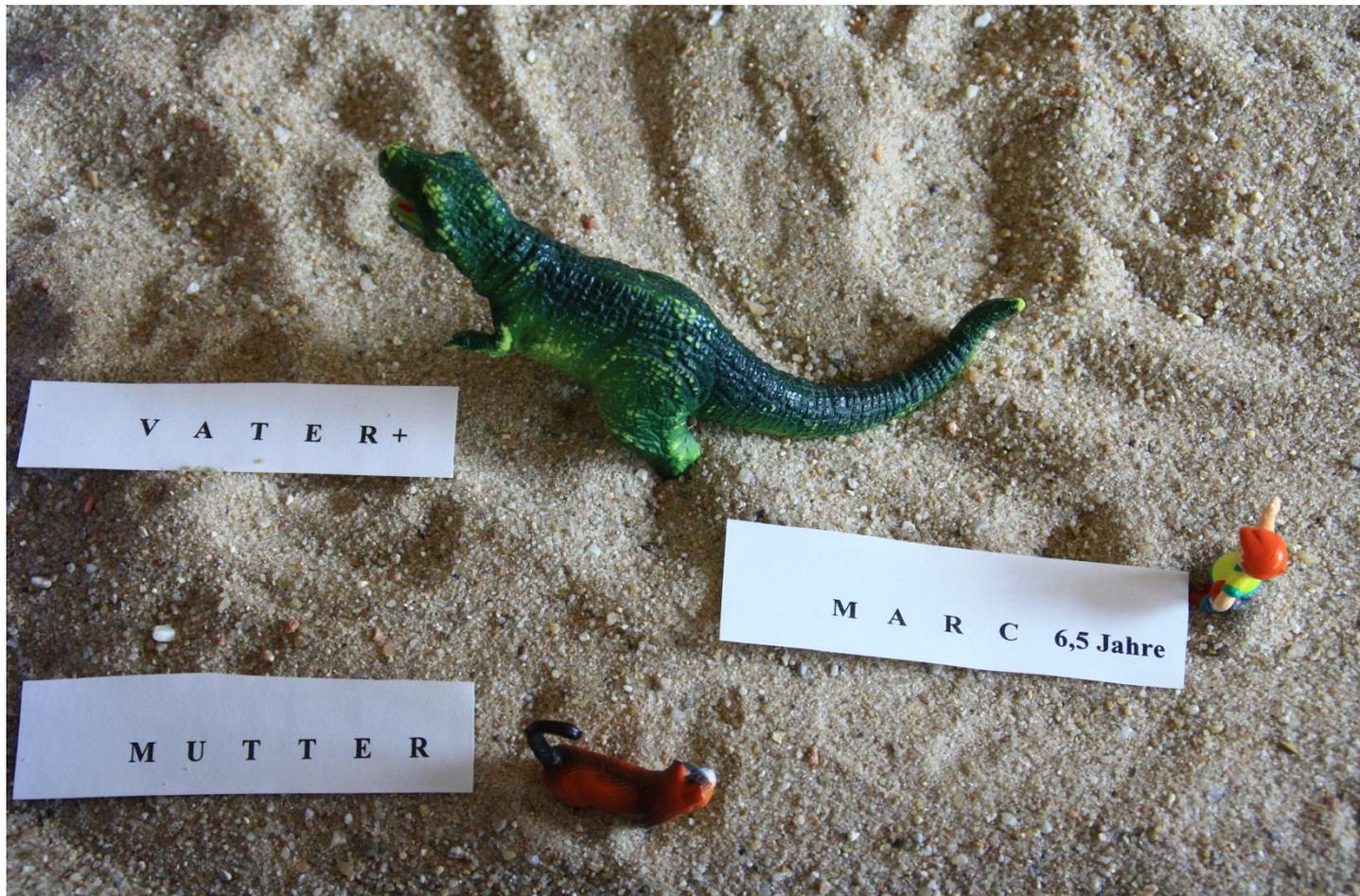
Ziel: Trauer externalisieren, gehen lassen und verabschieden



VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

- *Grabbesuch besprechen – Rituale hierfür entwickeln*
- *Umgang mit Zimmer des Verstorbenen*
- *Leerer Platz am Esstisch malen lassen*
- *Trauerbrief an den Verstorbenen schreiben/malen*
- *Trauer malen oder gestalten/Symbol für die Trauer finden*
- *Große Träne/Tränenfluss/Tränenkrügchen malen*
- *Körper und Körperort der Trauer malen*
- *Körper-Trauer-Orte heilsam versorgen z. B. Klangschale*
- *Trauersteine bemalen und mit Trauersteinen arbeiten*
- *Gespräch mit Gestalt der Trauer*
- *Abschiedsrituale für Abschied von Trauer*
- *...*

Der große Saurier geht und ich winke ihm nach



VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

Nicolaus, 7 Jahre alt, Tod des Vaters vor 3 Monaten



Rituale und Handlungsmöglichkeiten z. B. am Grab finden und gestalten



Aus: Fotolia.de

VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

2. Arbeit an der empathischen Trauer des Kindes

- Mitfühlen/Mitleiden mit dem Verst. würdigen als Ausdruck der Liebe
- Behutsam den Unterschied zwischen Kind und Verst. benennen
- Behutsam den Unterschied zwischen Existenz des Verst. dort und des Lebens des Kindes hier benennen
- Achtung vor dem Tod des Verst. benennen und Erlaubnis zum Weiterleben zusprechen



Differenzierung in Bezogenheit und Erlaubnis zum Leben



Trauma des Verst. gehört zu ihm



Trauma des Verst. heilsam versorgen

= Traumatherapie für Verst.!!!



Imagination: Innere Bühne – Arbeit an Differenzierung zum Verst.

Fallbsp.: 18jährige ist identifiziert mit Suizid des Bruders

VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

3. Arbeit an der übernommenen Trauer des Kindes

- Übernahme der Trauer als Zeichen der Verantwortung/Liebe des Kindes würdigen
- Differenzierung zwischen Kind und Angehörigen
- Übernommene Trauer symbolisch (immer wieder) an Angehörige übergeben – !!! von Angehörigen übernehmen lassen



Aus: Fotolia.de

VII. Die Arbeit mit der Trauer und der äußeren Realität des Verlustes

4. Trauer um sekundäre Verluste der Eltern/eines Elternteils und der vollständigen/funktionalen Familie

!!!Zuerst Arbeit mit dem zurückbleibenden Elternteil und anleiten:

- anerkennen, dass eigene Trauer die Elternfunktion einschränkt
- Elternfunktion soweit als möglich einnehmen
- dem Kind die Situation erklären

Für das Kind:

- Situation des/der zurückbleibenden Elternteils/e erklären
- Trauer und **!!!**Wut darüber erlauben und zu lassen
- Brief dazu/Symbol dafür an Elternteil malen/schreiben

!!!Achtung: Eltern in Trauerbegleitung des Kindes nicht ersetzen wollen

VIII. Arbeit am weitergehenden, eigenen Leben des Kindes

1. Zum weitergehenden Leben ermutigen

Achtung! Hier immer die Loyalität zum verstorbenen geliebten Menschen berücksichtigen!

2. Verstorbener geliebter Mensch als Begleiter

- als ferner wohlwollend zuschauender Begleiter
- als naher mitgehender Begleiter

Die verstorbene Schwester – ein Schmetterling, der mitfliegt

- Bild vom Begleiter als Engel/Licht/Vogel/Schmetterling malen/basteln
- Bild auf Handy laden/Handy-Nummer zum Verst.



VIII. Arbeit am weitergehenden, eigenen Leben des Kindes

3. Loyalität ins weitergehende Leben transformieren

- Zustimmung/Segen des Verst. zum weiteren Leben
- „Mitfreude des Verst. am weiteren Leben



4. Lösen und Verabschieden der Trauer

- *Trauer/Traumareaktion in Abschiedskarton/kiste*
- *Bild von weggeflossener Trauer/Traumareaktion*
- *Abschiedsritual zu Trauer/Traumareaktion*

VIII. Arbeit am weitergehenden, eigenen Leben des Kindes

5. Zur weitergehenden Entwicklung einladen/ermutigen

- *Rucksack für das Leben mit Lebenswünsche des Verst.*
- *Freude/Glückstagebuch*
- *Neugierliste: Was du noch wissen willst*
- *Bild/Imagination/Timeline: Auf Berg stehen und in eigene Zukunft schauen*

!!!**“Rückfall“-Koffer** für wiederkehrende Trauer und Traumareaktionen



Frühe Verluste in der Kindheit
heute lösen:

Traumatische Verlust lösen:

