

Robert Grimm

Der leise Flug des mutigen Schwans

Impressum

Angaben gemäß § 5 TMG und § 55 RStV

Verantwortlich für den Inhalt gemäß § 55 Abs.2 RStV:

Robert Grimm

Wiendorfer Weg 57

18258 Schwaan

E-Mail: info@trauerredner-grimm.de

www.trauerredner-grimm.de

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer:

DE252879055

Hinweis:

Dies ist ein privat veröffentlichter Titel über

Amazon Kindle Direct Publishing (KDP).

Der Herausgeber ist für den Inhalt verantwortlich.

ISBN Print: 978-3-912416-00-8



dieses Buch gehört:



Vorwort für Erwachsene

Liebe Mamas, liebe Papas, liebe Bezugspersonen, dieses Buch möchte Sie und Ihren Schützling auf einem Weg begleiten, den sich niemand freiwillig aussucht: den Weg durch Trauer und Abschied. Wenn ein geliebter Mensch oder ein vertrautes Tier stirbt, verändert sich alles. Kinder erleben diesen Verlust ganz anders als Erwachsene. Manchmal sind sie sehr traurig, manchmal wütend, manchmal ganz ruhig oder scheinbar fröhlich – und dann wieder untröstlich. All das ist normal. Vielleicht fühlen Sie sich unsicher, was jetzt „richtig“ ist. Vielleicht haben Sie selbst kaum Kraft, weil Sie ebenfalls trauern. Dieses Buch möchte Ihnen helfen, kleine Schritte gemeinsam zu gehen – mit Geschichten, Bildern, Ritualen und vielen Ideen, wie Trauer Raum bekommen kann. Trauer ist kein Zustand, der einfach verschwindet. Sie verändert sich. Sie darf kommen und gehen, laut sein oder leise. Ihr Schützling braucht dabei vor allem Sie. Ihre Nähe, Ihre Ehrlichkeit, Ihr Dasein.

Wie Sie Ihren Schützling unterstützen können

◆ Da sein

Kinder brauchen in dieser Zeit vor allem verlässliche Nähe. Setzen Sie sich dazu. Nehmen Sie Ihr Kind in den Arm. Bleiben Sie einfach bei ihm.

◆ Zuhören

Erlauben Sie alle Fragen, auch die schmerzhaften. Ehrliche Antworten schaffen Vertrauen – selbst wenn sie traurig machen.

◆ Gefühle benennen

Helfen Sie, Worte für das Unfassbare zu finden:

„Du bist heute sehr traurig.“ oder „Es fühlt sich schwer an.“

◆ Gefühle zulassen

Neben Stille gehören zur Trauer auch laute Wut oder Angst. Bieten Sie Ihrem Kind dafür Raum – durch Malen, Weinen oder Bewegung.

◆ Rituale anbieten

Wiederkehrende Gesten helfen, das Unveränderliche anzunehmen, beispielsweise eine Kerze anzünden oder gemeinsam Fotos anschauen.

Auch Sie dürfen traurig sein

Sie müssen nicht immer stark sein. Kinder dürfen sehen, dass auch Erwachsene weinen. Das zeigt: Traurigkeit gehört zum Leben wie auch zum Lieben. Wenn Sie selbst Unterstützung brauchen, holen Sie sich Hilfe. Beratungsstellen, Hospizdienste oder vertraute Menschen können entlasten (mehr dazu ab Seite 60). Bewusst taucht keine erwachsene Figur aus Lumas familiären Umfeld auf, denn diese Rolle übernimmt quasi jeder, der dieses Buch zur Hand nimmt, um seinem Schützling beizustehen, der wiederum durch Luma dargestellt wird. Dabei möchte das Buch keine Vorreiterrolle einnehmen, sondern einzig und allein Anregungen geben. Dafür enthält es Geschichten für Kinder, Mitmachideen, Hörübungen und Platz für Erinnerungen. Nehmen Sie sich die Zeit, gemeinsam hinein zu hören und zu spüren, was heute passt und was vielleicht noch warten darf. Trauer hat keine Eile. Sie braucht Zuwendung, Geduld und Liebe. Und genau diese Liebe schenken Sie, indem Sie einfach da sind.

Ihr Dasein ist das größte Geschenk.

