



Institut Dellanima

Handout: Stephanie Witt-Loers

„Du hast Mist gebaut und trotzdem lieb ich dich“

Kinder und Jugendliche unterstützen, wenn es um vergeben, verzeihen und entschuldigen geht!

Die Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Sie dürfen nur zum persönlichen Gebrauch genutzt und kopiert werden. Ich bitte darum die Urheberrechte und das Copyright zu respektieren.

Themen des Vortrags und Workshops:

Selbstreflexion

Schuld, Vergebung, Entschuldigung als Teile des Trauerprozesses

Aspekte zu Schuld

Facetten und Verstrickungen von Beschuldigungen

Schuld von Kindern und Jugendlichen begegnen

Entschuldigung und Vergebung im Trauerprozess

Vergeben und verzeihen – nicht immer

Kreative Methoden und Rituale

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



dellanima
Trauerbegleitung - Fortbildungen - Vorträge

Wie ist mein Erleben und Umgang mit Schuld, Vergebung und Entschuldigung?

Reflexion:

- Warum fühle (fühlte) ich mich schuldig? Wem gebe (gab) ich Schuld??
- Welche Bedürfnisse, Normen und Nutzen stecken (steckten) hinter meiner Beschuldigung?
- Kann (konnte) ich mir selbst oder anderen vergeben? Was war schwer, was leicht? Warum?

Tipp: PSU Helpline 0800 0 911 912 täglich 9.00-21.00 Uhr
www.dellanima.de

PSU: Psychosoziale Unterstützung. Die HELPLINE bietet telefonische Beratung bei besonderen Belastungssituationen und schwerwiegenden Ereignissen. Die HELPLINE unterstützt Mitarbeiter*innen und Führungskräfte im Gesundheitswesen. Anonym und kostenfrei, Infoblätter und Selbsttests ob die eigene Belastung noch im grünen Bereich ist können online und anonym durchgeführt werden.

Plenumsfragen

Welche Voraussetzungen sind notwendig, damit Kinder/Jugendliche, sich überhaupt mit Vergebung und Entschuldigung auseinandersetzen können?

Wie drücken Kinder und Jugendliche aus, (Reaktionen) dass sie sich mit Schuld befassen?

Vergebung-Verzeihung und Entschuldigung

Kognitive Fähigkeiten

Kenntnis von Werten und Regeln

Verständnis von Regel- und Wertebrüchen

Reflexionsfähigkeit: Bewertung von Regel- und Wertebrüchen

Stichworte: Schuldempfinden- Beschuldigen-Entschuldigung

Copyright © Stephanie Witt-Loers

Stephanie Witt-Loers

Systemische Kinder- und Familientrauerfachberaterin (BVT)

Trauerfachberaterin (BVT)

Sterbebegleiterin

Heilpraktikerin Psychotherapie

Fachautorin, Dozentin

St. Antoniusstr. 10

D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima

info@dellanima.de

www.dellanima.de

IDNR: DE 158598452

Steuern. 20452230614

Phone: 02204-48 17 096

Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Fazit:

Um mir oder anderen vergeben zu können, müssen Regelbrüche wahrgenommen und verstanden werden!

Bildung und Verständnis von Wertesystemen und Normverständnis ist im Entwicklungsprozess, nicht ausgereift!

Verschiedene Faktoren können zu unnötigen Belastungen führen.

Ausdruck von Schuld

Physische Reaktionen

Kognitive Reaktionen

Psychische Reaktionen

Verhaltensreaktionen

Tip: Kartenset „Kreative Trauerarbeit mit Kindern und Jugendlichen, Beltz Verlag 2023, Witt-Loers Emotionswürfel

Wo und wie spüre ich Schuld?

Unruhe, Übelkeit, Bauchschmerzen, Sich als schlechter Mensch fühlen, Ungläubigkeit, Spekulationen, Wut, Hass unkontrollierte Gefühle, Verhalten, sich haltlos fühlen, Ängste: Verlustangst, Angst verrückt zu, Aggression werden, Schlafstörungen, Todesängste, Grübelschleifen, belastende Fantasien, Alpträume, Erschöpfung, hyperaktiv oder gelähmt, Hilflosigkeit; sich verschließen, überfröhlich, Sprachlosigkeit, Gedanken Verantwortung, Verlust Selbstwertgefühl, Zweifel an eigener Person, negatives Selbstbild, persönliche Fähigkeiten und Kompetenzen in Frage stellen, Misstrauen, Vertrauen, (Urteilsvermögen/Bauchgefühl) zu sich (Bezugspersonen) verloren, Beziehungsunfähigkeit, Selbstentwertung, Sich nicht liebenswert finden, Gefühl alles falsch zu machen, Empfinden von Entwertung des bisher gelebten Lebens/Beziehungen, Trauer über die verlorene gemeinsame Zukunft, Versagergefühle, Suizidgedanken betrogen fühlen, , Beziehung u. oder Liebe zum Verstorbenen kann in Frage gestellt werden.....,

Aspekte zu Schuldgedanken und Gefühlen

- Schuld: Bruch von juristisch, moralisch oder sozial anerkannten Gesetzen/Normen//Werten
- juristische/reale/faktische (strafrechtlich relevantes- rechtswidriges, schuldhaftes Handeln-zum Täter werden)

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- persönliche oder kollektive Schuld
- empfundene Schuld ist nicht gleich faktische Schuld
- Schuldgefühl: ist keine Emotion wie Angst, Wut sondern sekundäre Reaktion auf Gedanken schuldig zu sein
- Schuldgedanken und Gefühle sind vielschichtig
- Nicht schuldig werden wollen – z. B. unangenehmes Denken/Fühlen vermeiden - sich an Regeln halten, Angst vor Strafe
- Vergebung: als entlastender Prozess, bei dem sich Denken/Gefühle gegenüber demjenigen, dem vergeben wird, ändern

Schuldgedanken und Gefühle von Kindern

- Kinder entwickeln ab ca. drei Jahren Denken/ Empfinden von Scham und Schuld
- Schuldgedanken sind Voraussetzung für die Einsicht mit einem bestimmten Verhalten gegen Normen und Werte zu verstoßen (abhängig von Gesellschaft/Kultur/Systemen/eigener Reflexion)
- Lernprozess zu verstehen, wann und wie andere durch Verletzung von Normen und Werten geschädigt oder verletzt werden
- Selbstreflexion zum Thema Schuld/Verantwortung muss entwickeln
- Fehlende Vermittlung von Normen, Werten oder permanente Opferrolle oder kein Schuldempfinden, behindern Lernprozesse zum sozialen Umgang und die Übernahme von Verantwortung

Mediatoren bestimmen mit über den Umgang mit Schuld-Vergebung und Entschuldigung

Mediatoren der Trauer

(W.Worden/ergänzt St. Witt-Loers)

- Art der Beziehung/Bindung zum Verstorbenen
- Kognitive und emotionale Entwicklung
- Bewältigungsstil- Möglichkeiten Bewältigungsstile zu entwickeln
- Lebensumstände (Biografie, Familiensituation, Gesundheit, Vorverluste,...)
- Wertesysteme
- Zusätzliche Belastungen
- Soziales Umfeld/Netzwerk
- Ressourcen
- Kulturelle und religiöse Einflüsse
- Erfahrungen /Wissen zum Themenbereich
- Umgang mit schweren Themen in der Familie, Systemen
- Todesverständnis: Irreversibilität, Universalität, Kausalität

Copyright © Stephanie Witt-Loers

Stephanie Witt-Loers

Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)

Trauerfachberaterin (BVT)

Sterbebegleiterin

Heilpraktikerin Psychotherapie

Fachautorin, Dozentin

St. Antoniusstr. 10

D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima

info@dellanima.de

www.dellanima.de

IDNR: DE 158598452

Steuern. 20452230614

Phone: 02204-48 17 096

Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- Verlust trifft gesellschaftliches Tabuthema
- Todesumstände
- Stigmatisierungen

Warum taucht Schuld ohne sekundären Sinn im Trauerprozess von Kindern auf?

- Fehlende Informationen- eigene Verknüpfungen und Interpretationen,
- Kognitives Verständnis – magisches Denken, Werte, Normen nicht verstehen,
- Keine Kommunikation, Kein Einbeziehen- Ausgrenzung,
- Fehlende Vertrauensperson,
- Konstrukte im System (Erwachsene sind Vorbilder),
- Verdächtigungen, Verurteilungen,
- Letzte Bilder – eigene Interpretationen,
- Medien,

Komme ich jetzt ins Gefängnis?

- Paragraph 19 StGB „Schuldunfähigkeit des Kindes“ (bis 14. Geb.)
Kind kann strafrechtlich nicht belangt werden. Grundsatz gilt ebenfalls bei schwerwiegenden Taten, unabhängig ob Kind die erforderliche Reife hatte. Kinder können noch nicht einschätzen, wenn sie etwas Falsches tun, sie können ihr Verhalten nicht entsprechend steuern. Familiengerichte können z. B. anordnen Leistungen der Kinder- und Jugendhilfe in Anspruch zu nehmen. Elternverantwortung wird gefordert. In schweren Fällen: (Kindeswohlgefährdung) Entziehung des Sorgerechts, Unterbringung des Kindes in einem Heim oder psychiatrischen Krankenhaus.
- JGG "strafrechtliche Verantwortlichkeit" von Jugendlichen (14.-18.Geb)
Jugendgerichtsgesetz: Jugendliche können sich strafbar machen. Voraussetzung: „zur Zeit der Tat nach seiner sittlichen und geistigen Entwicklung reif genug ist, das Unrecht der Tat einzusehen und nach dieser Einsicht zu handeln.“ Gerichtliche Feststellung erfolgt im Einzelfall. Ziel des Jugendstrafrechts: Erziehung und Resozialisierung. Bestrafung steht im Hintergrund.

Hinweis: Kinder können fest daran glauben juristische Schuld zu tragen, ohne dass diese vorliegt.
Aus Angst vor Sanktionen bleiben sie stumm.

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Reflexionsfragen um faktischer, juristischer und (subjektiver) Schuld zu begegnen

- Was ist passiert? Wo und wie bist du aktiv geworden?
- Wer hat wie Schaden erlitten?
- Konntest du die Verantwortung tragen?
- Konntest du die Folgen einschätzen?
- Hattest du in der akuten Situation eine Wahlmöglichkeit?
- Hattest du in der Situation Unterstützung?
- Was kannst du aus dem Ereignis lernen?
- Was kannst du wieder gut machen?
- Wie, bei wem kannst du dich entschuldigen? Um Vergebung bitten?
- Kannst du dir selbst verzeihen? Warum nicht?
- Wie möchtest du dein Leben nach diesem Erlebnis gestalten? Was ist dir wichtig?

Tipps:

- Opferschutz der Polizei: www.polizei.nrw/opferschutz-3
- Infos zu Jugendkriminalität und Präventionsberatung: www.polizeiberatung.de
- Initiative „Kurve kriegen“ für kriminalitätsgefährdete Kinder und Jugendliche: www.kurvekriegen.nrw.de
- Haus des Jugendrechts für straffällig gewordene Jugendliche: www.polizei.nrw/artikel/haeuser-des-jugendrechts-in-nordrhein-westfalen
- Polizei für dich: (12- bis 15-Jährige) www.polizeifurdich.de

Weitere Infos und Projekte unter: www.polizei.nrw/kinder-und-jugendliche-als-taeter-und-opfer

Ist Papa ein Mörder?

- Todesumstände, bei denen die Polizei eine Rolle spielt, können Kinder und Jugendliche Schuld vermuten lassen.
- Kinder und Jugendliche können sich verunsichert und verängstigt fühlen.
- Kinder und Jugendliche sprechen häufig nicht über ihre vermutete Schuld.
- Ihre Vermutungen werden durch Wortfetzen, Getuschel, Verheimlichungen, Spekulationen und Verurteilungen verfestigt.
- Oft bleiben Kinder und Jugendliche allein mit ihren Ängsten und Sorgen

Copyright © Stephanie Witt-Loers

Stephanie Witt-Loers

Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)

Trauerfachberaterin (BVT)

Sterbebegleiterin

Heilpraktikerin Psychotherapie

Fachautorin, Dozentin

St. Antoniusstr. 10

D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima

info@dellanima.de

www.dellanima.de

IDNR: DE 158598452

Steuern. 20452230614

Phone: 02204-48 17 096

Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Fazit:

Schuld sollte direkt erfragt werden!

Oft ist Ent-schulden nicht notwendig, wenn sachliche Fragen geklärt wurden!!!

Wer ist schuld, dass Anna tot ist?

Während des kreativen Tuns, die „GROSSE und Kleine“ SCHULD ERFRAGEN!

- „Warum ist ... eigentlich gestorben?“
- „Wer ist überhaupt schuld, dass...?“
- „Manche Kinder denken, dass sie schuld sind, am Tod, weil...!“
- „Andere Kinder denken, dass jemand, den sie kennen schuld ist am Tod...!“
- „Wie ist das bei dir?“
- „Wie kam es dazu, dass ...sterben musste?“ (Todesumstände, Todesursache)
- „Welche Worte oder Handlungen in Bezug auf...tun dir leid?“
- „was hättest du besser nicht gesagt, gemacht?“

Die drei Dimensionen des Todesverständnisses

können helfen Schuldgedanken und Beschuldigungen zu vermeiden oder zu klären!

- Irreversibilität
- Universalität
- Kausalität

Der Todesbrüller ist schuld, dass Mama tot ist! Er wohnt unter unserem Haus!

Psychoedukation in Systemen ist NOTWENDIG!!!!

FAZIT:

- **Psychoedukation kann belastende Schuldgedanken und Gefühle, die durch fehlendes Wissen und falsche Verknüpfungen entstanden sind verhindern und ausräumen.**
- **Schuldgedanken und Gefühle müssen konkret erfragt werden!!! Vertrauensbasis ist Voraussetzung!**
- **Ressourcenarbeit unterstützt Aufbau von Selbstwert und Selbstvertrauen**

TIPPS: altersgerechte Sachinformationen:

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

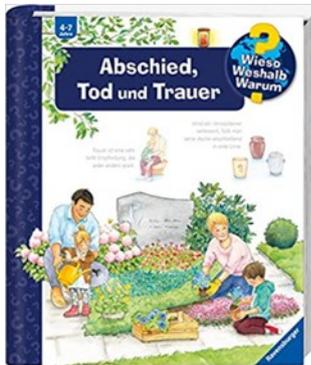
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Knietzsche Filme/ Hefte,

Sarah Benz: Sarggeschichten



Unterstützung aller Traueraufgaben mit speziell entwickelten Kartensets, (auch für Erwachsene und Menschen mit Einschränkungen) zur Wissensübermittlung, beispielsweise zur Vorbereitung auf das Sterben eines Menschen, die Trauerfeier, Bestattungsrituale (interkulturell) und die Bearbeitung der Trauer.

Und noch mehr Impulsfragen

Gesten und Worte im Kontext Schuld-Entschuldigung explizit anbieten!

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- Was tut mir leid?
- Was war blöd von mir?
- Was möchte ich dir noch sagen?
- Was hat mich verletzt?
- Was möchte ich dir verzeihen? Was nicht?
- Wofür sollte ...sich schämen?
- Was hätte ...nie tun sollen?
- Wofür möchte ich mich entschuldigen?
-

Mögliche Schuldkonstrukte innerhalb des Familiensystems und Kinder mittendrin!!!

Bezugspersonen sind im juristischen Sinne schuldig

Bezugspersonen empfinden eigene Schuld

Bezugspersonen beschuldigen sich gegenseitig

Bezugspersonen beschuldigen Verstorbene

Bezugspersonen beschuldigen das Kind

Bezugspersonen beschuldigen außerhalb des eigenen Systems (Ärzte, Autofahrer, Freunde, weitere Familie, Medien, Lehrer, Arbeitgeber, ...)

.....

Hinweis: Sind Bezugspersonen sich uneinig mit ihren Beschuldigungen – bringen sie das Kind in Loyalitätskonflikte, fordern Partei, nehmen Einfluss auf Wahrnehmung und den Trauerprozess des Kindes...

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



dellanima
Trauerbegleitung - Fortbildungen - Vorträge

Schulduweisungen und Verstrickungen

des sozialen Umfeldes an Verstorbenen	vom sozialen Umfeld an Mitglieder von Systemen (Familie, Institution (Arbeitsstelle, Schule, Peergruppe, Drogen- Kriminellen Szene, Medien, Krankenhaus, Rettungsdienst, Polizei...))	vom sozialen Umfeld (inkl. Familie) an Kind/Jugendlichen	innerhalb des Systems zu dem Kind/Angehöriger gehört gegeneinander (Vater gegen Mutter... Familie)
innerhalb des Familiensystems gegen den Verstorbenen		des Kindes/Jugendlichen an sich selbst	
vom Kind/Jugendlichen an den Verstorbenen		vom Kind/Jugendlichen als religiöse oder kulturelle Schuld/Bestrafung	vom Kind/Jugendlichen an System oder Teile des Systems (Familie, Freunde...) andere

© www.dellanima.de

Aspekte empfundener Schuld: Kinder und Jugendliche

- Nach Norm oder verinnerlichten Wertbrüchen (Bsp. lügen, jemandem nichts Gutes wünschen, geärgert, Zimmer nicht aufräumen, nicht geholfen, schlagen)
- Subjektiv- aus eigenen oder systemischen Bewertungssystemen- Wird geheim gehalten! („zu deiner Familie stehen!“ – und lügen?)
- Beziehungen stören, belastende Beziehungen aufrecht erhalten- empfundene Schuld erschwert Distanzierung!
- Minderwertigkeitsgefühle, mangelnder Selbstwert, Selbstzweifel können Schuldgedanken und Schuldgefühle nähren („Ich muss schuld sein, weil“, „Ich empfinde falsch, ... „)
- Wunsch perfekt zu sein, fehlerlos zu sein kann Schuldgedanken auslösen (gutes Kind, Bruder, Schüler)
- Was belastet? Was ist quälend? Welche negativen, unangenehmen Gedanken und Gefühle?

Schuld und Scham sind eng verknüpft

- Aus Scham schweigen
- Sich oder andere für schuldig halten- sich für schuldhaftes Verhalten schämen- lieber schweigen, um sich oder andere zu schützen!

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- „Ich wollte eine liebe Mama haben und über Tote redet man nicht schlecht!“
- Scham als Abwehrkraft: eigene oder Schuld anderer ist zu schwer, Scham- als Verschiebung von Schuld, die nicht auszuhalten ist.
- Sorge vor Verlust von Zuwendung, negativer Bewertung oder Sanktion (Liebe, Aufmerksamkeit)

Hinweis: kreativer Zugang ermöglicht Öffnung des Schuldthemas, Verzeihung des schuldig Gewordenen und Integration des Geschehenen.

Plenumsaufgabe

Welcher Sinn, welche Bedürfnisse könnten noch hinter Schuldgedanken bei Kindern und Jugendlichen stecken? (nicht durch fehlendes Wissen, falsche Verknüpfungen oder faktische Schuld entstanden)

Schuld: Bedürfnisse und Sinn: Systemisch arbeiten MUSS sein!

- Verbindung zum Verstorbenen suchen (Garten zerstören)
- Entlastung und Entschuldung des Verstorbenen
- Erklärung des Unerklärlichen- klare Ursache
- Rolle wechseln wollen- nicht mehr involviert sein- Distanz aufbauen
- Vermeidung von weiterem Unglück
- Wiedergutmachung – am Verstorbenen- eigene Schuld oder Beschuldigung- schlecht behandelt, anderer Lieblingsmensch
- Aggressionsumkehr
- Entlastung von Überforderung- Kompensationsstrategie (auch systemisch!!!)
- Überdecken anderer Gefühle (Ratlosigkeit, Verwirrung...)
- Selbstbestrafung
- Unterbinden von Reflexion: eigene, andere Bezugspersonen
- Bestrafung des Verstorbenen
- Bestrafung von Bezugspersonen
- Sich handlungsfähig fühlen
- Schuldvorwurf als Kontaktangebot zu Beschuldigten

Problematische Strategien im Familiensystem in Bezug auf Schuld

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- Harmonisierung
- Isolation nach außen
- Erstarrung
- Trennung
- Tabuisierung
- Übertragung von Verantwortung
- Bedrohliche Familiengeschichte
- Schuld- und Schamgefühle

Fazit: Kinder und Jugendliche sind in der Bearbeitung von Schuld stark abhängig von ihren Bezugssystemen. Problematische Strategien können dazu führen, dass Kinder sich schuldig fühlen.

Ach so- alle machen Fehler- auch Erwachsene!!!

- Erkenntnis erschüttert Omnipotenz der Bezugspersonen und Sicht auf sich selbst („Ich kann schuldig werden!“)
- Verunsicherung- Neuordnung-Lernprozess
- Lernaufgabe: Fehler machen, „schuldig werden“ als Teil des menschlichen Seins anerkennen (bei sich und anderen)- Selbstakzeptanz
- „Ich darf Fehler machen- ich darf sie mir/anderen eingestehen-ich kann daraus lernen- wohlwollend mit sich und anderen sein
- Streit und Konflikte sind normale Bestandteile von Beziehungen! (Eltern/Geschwister!)
- Entlastende Möglichkeiten im Umgang mit Schuld finden!

Fazit: Keiner macht alles richtig- Vergebung und Entschuldigung können entlasten und Beziehungen wieder herstellen.

Beziehungsgestaltung über den Tod hinaus:

Impulsfragen:

- Was war dir wichtig an..?
- Was hat dich gestört?
- Was hast du von...gelernt?
- Was war hilfreich, was nicht?
- Welche Spuren hat hinterlassen?

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- Was hat euch verbunden- was hat euch voneinander entfernt?
- Was hast du gelernt für andere Beziehungen?
- Welche unangenehmen/angenehmen Gefühle kennst du, wenn du an... denkst?
- Was war blöd von ...?
- Wie gehst du mit unangenehmen Gedanken an ... um, wie mit unangenehmen Gefühlen an...?
- Wofür schämst du dich?
- Wo fühlst du dich schuldig?
- Was würdest du heute anderes machen, wenn ...noch leben würde? Warum?
- Welche Gedanken quälen dich am meisten?
- Was möchtest bei ...entschuldigen?
- Was hätte er tun können, um das, was passiert ist wieder gut zu machen?
- Wofür möchtest du dich entschuldigen?
- Was würdest du wieder gut machen wollen?

Zu heiklen Themen immer wieder Impulsfragen, um Schuldgedanken aufzudecken.

WESENTLICH:

Es braucht Raum für geheime, verstörende und peinliche Gedanken!

Sicherheit, Bindung, Selbstbestimmung, Selbstwert, Positive Erfahrungen und Erleben fördern!!!

Vergebung: anderen und sich selbst! Warum?

- Selbstverständnis und Selbstliebe entwickeln
- Lernen sich und anderen zu vergeben
- andere Bewältigungsprozesse finden- entlasten
- Scham- oder Schuldgefühle zulassen
- Akzeptanz der Verletzung
- neue Perspektiven/Deutungen - Mitgefühl für sich und andere
- angenehme Gedanken und Gefühle entwickeln
- Selbstfürsorge: eigene Bedürfnisse wahrnehmen u. sich dafür einsetzen- aus Verantwortung für E. lösen
- aus Erfahrungen lernen
- Beziehungen neu gestalten- tröstliche Bindung entwickeln
- Zukunft gestalten- Lebenssinn

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Hinweis: INDIVIDUELL und SENSIBEL vorgehen, Zeit lassen: Traueraufgaben und Mediatoren beachten

Selbstvorwürfe entlasten- sich vergeben

- „Du bist ein Kind, Kinder tragen keine Schuld an...“,
- „Du bist nicht verantwortlich.“,
- „Du hast das Recht auf...“,
- „Es hatte nichts mit dir zu tun.“,
- „Du konntest nicht wissen, dass er sterben würde. “Du hast dein Bestes gegeben.“

Unterstützung bei Schuldgedanken von Kindern und Jugendlichen

- Stabilisierung u. Stärkung: Selbstwahrnehmung, Selbstwert,
- für Sicherheit sorgen- stabile Bindung zur Trauerbegleiter: in/Therapeut: in
- Gefühle und Gedanken zulassen-ausdrücken
- Erlaubnis geben sich selbst zu fühlen- selbst zu entscheiden- auch entgegen....
- Regulieren von extremen Emotionen
- Grübeln unterbrechen
- Aufdecken und Stärken von Ressourcen
- Rollen tauschen- „Was könnte ... denken?“, „Wie könnte es noch gewesen sein?“
- Lernprozesse: sich zu reflektieren- auch kritisch
- Neue Erfahrungen ermöglichen
- SELBSTWIRKSAMKEIT FÖRDERN
-

Hinweis: Wahrnehmen, was bereits alles gut läuft! Was schon geschafft ist. Wie oft vergeben wir vielleicht, ohne es bewusst zu merken?

Suizid, Substanzmissbrauch, Verbrechen

- Psychoedukation
- Todesursache benennen: Familiengeheimnis/Konstrukte/Hypothesenunklare T. U.
- Nicht urteilen, nicht spekulieren, verdächtigen
- Informationen über behördliches Vorgehen
- Tuscheln, Ausgrenzung...Verurteilung /Vermittlerrolle
- Warumfrage
- Gefühle zulassen

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- Grundvertrauen in die Welt u. sich selbst stärken
- Themen: Schuld, Erleichterung
- Ehrliches, würdiges Bild des Verstorbenen
- Letzte Bilder- Tröstende Erinnerungen
- Medien
- Den Ort des Sterbens friedlich gestalten
-

Tipps:

Opferschutz der Polizei!!!

www.agus-selbsthilfe.de

www.leuchtturm-on.de

www.suizidpraevention.de

telefonseelsorge/krisenkompass

www.krisenintervention-psnv.de

www.anuas.de, 030 25 04 51 51

www.tabusuizid.de

Du hast mich alleine gelassen und ich bin schuld!

- Im Rückblick anerkennen, dass Äußerungen und Pläne zum damaligen Zeitpunkt trotzdem ehrlich gewesen sein können.
- Den Verstorbenen als ganzen Menschen sehen, mit Sonnen und Schattenseiten.
- Nicht die Todesursache sollte im Mittelpunkt stehen.
- Todesursache- mögl. psych. Erkrankung

Checkliste für Begleiter:innen:

- Vorgespräch: Umgang im System mit Schuld und Scham, Tabuthemen. Erstgesprächsbögen in Witt-Loers: „Kindertrauergruppen leiten“/“Hallo ich lebe noch- trauernde Geschwister begleiten“
- Psychoedukation: Trauerreaktionen, Todesursachen, Todesumstände Jenseitsvorstellungen, antizipatorische Trauer und Ressourcen stärken
- Kognitive Fähigkeiten prüfen:, magisches Denken, drei Dimensionen
- des Todesverständnisses (eigene Verknüpfungen u. Interpretationen?)
- Verständnis: von Werten, Normen, Regeln u. Gültigkeit prüfen
- Explizit erfragen: Schuldgedanken und Gefühle(Wer, wie, Ursache-woher)

Copyright © Stephanie Witt-Loers

Stephanie Witt-Loers

Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)

Trauerfachberaterin (BVT)

Sterbebegleiterin

Heilpraktikerin Psychotherapie

Fachautorin, Dozentin

St. Antoniusstr. 10

D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima

info@dellanima.de

www.dellanima.de

IDNR: DE 158598452

Steuern. 20452230614

Phone: 02204-48 17 096

Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

- Verstrickungen: wahrnehmen- sichtbar machen-Rollen- Distanz ermöglichen
- Persönliche Bedürfnisse erkennen, zulassen, Wege finden
- Faktische Schuld: Kinder bis 14 Jahre sind im juristischen Sinne: nicht schuldig
- Verifizieren Infos/ Fragen zur Realität- faktische Schuld verwerfen/z. B.denken kann keine realen Ereignisse auslösen
- Empfundene Schuld: Regelbrüche? Schuld: Funktion und Bedürfnisse?
- Klären ob Schuldgedanken ausgeräumt werden konnten, Bedürfnis(se) dahinter stehen oder Schuld Vergebung oder Entschuldigung benötigt wird!!!

Nicht immer vergeben

- Verletzung zu groß
- Leid wird bagatellisiert
- Thema Überleben: Vergebung, Entschuldigung verschieben- da sonst zu Überforderung kommen kann
- Bezugspersonen fordern Ent-schuldung/Entschuldigung - erzwungenes Vergeben
- Vergeben ohne innere Überzeugung
- Vergebung in Abhängigkeit von anderer Person (Distanzierung von anderer Person)
- Vergebung um sich dem Schmerz zu entziehen
- Kein stabiles Lebensumfeld
- Ambivalenz der eigenen Schuldfragen
- Verantwortung für eigene Schuld übernehmen- zu groß/Überforderung- Selbstentwertung
- Bewertung und Schuldzuweisungen aus sozialem Umfeld

Trauer aktiv gestalten

Bewegung, Meditation, Fantasiereisen

Berührungen, Massagen

Naturerfahrungen

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Düfte, Lieblingsessen

Klang, Musik, Gesang

Bilder, Fotos,

Rituale

Kreative Methoden



Kreative Methoden in der Kinder- und Jugendtrauerarbeit. Fotokartenset mit Impulsfragen Beltz Verlag, Stephanie Witt-Loers

Kreative Methoden im Set für die Arbeit auch gut geeignet für die Arbeit mit Erwachsenen und Menschen mit Einschränkungen. Alle Angebote geordnet nach den Aufgaben der Trauer und mit Impulsfragen für leichtes und inhaltliches Arbeiten.

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de

www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Fazit:

Vergebung und Entschuldigung

- Wissensvermittlung und Psychoedukation (Bezugspersonen/soz. Umfeld)
- Traueraufgaben begleiten
- Mediatoren berücksichtigen
- Aufbau und Stärkung von Ressourcen (personale/soziale)
- **Individuelles** kindgerechtes Begleitungskonzept
- Multioptionale Begleitung der gesamten Familie
- Netzwerkarbeit
- Einsatz verschiedener Methoden

AKTUELLE INFOS UNTER meiner Homepage: www.dellanima.de
oder auf Instagram: [stephanie_wittloers](https://www.instagram.com/stephanie_wittloers)

Literatur

- Enright, Robert D. (2006) : Vergebung als Chance. Neuen Mut fürs Leben finden. Huber, Bern
- Fücker, Sonja (2020): Vergebung: Zu einer Soziologie der Nachsicht. Frankfurt am Main: Campus Verlag
- Kast, Verena (2005): Wenn wir uns versöhnen. Kreuz Verlag, Stuttgart
- Mucksch, Norbert (2017): Frieden schließen: Die Bedeutung der Versöhnung in der Trauerbegleitung. Göttingen: Vandenhoeck Ruprecht
- Murphy, Jeffrie G. (2004): Getting Even: Forgiveness and Its Limits. Oxford: Oxford University Press
- Paul, Chris (2010): Schuld macht Sinn. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus
- Wagner, B. (2019). Psychotherapie mit Trauernden. Weinheim: Beltz.

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

Witt-Loers, S., (2010). Trauernde begleiten. Eine Orientierungshilfe. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

Witt-Loers, S., (2019). Trauer bei Menschen mit geistiger Behinderung begleiten. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

Witt-Loers, S., (2022). Hallo ich lebe noch- Trauernde Geschwister begleiten. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Witt-Loers, S. (2009) Sterben, Tod und Trauer in der Schule. Göttingen

Witt-Loers, S. (2012) Trauernde Jugendliche in der Schule. Göttingen

Witt-Loers, S. (2013/2027) Kindertrauergruppen leiten. Ein Handbuch. Göttingen

Witt-Loers, S. (2014) Trauernde Jugendliche in der Familie. Göttingen

Witt-Loers, S. (2016) Wie Kinder Verluste erleben –und wie wir hilfreich begleiten können. Göttingen

Witt-Loers, S. (2017) Nie wieder wir- weiterleben von Frauen nach dem Tod ihres Partners. Göttingen

Witt-Loers, S. (2021). Memo zu Sterben, Tod und Trauer. 30 Bildpaare für die therapeutische und pädagogische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen von Stephanie Witt- Loers und Sylvain Merot, Weinheim: Beltz Verlag

Witt-Loers, S., (2022). Über Tod und Trauer reden. 70 Fotokarten mit Informationen und Anregungen für die therapeutische und pädagogische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Beltz Verlag, Weinheim

Witt-Loers, S. (2023). Kreative Methoden in der Kinder- und Jugendtrauerarbeit. Fotokartenset mit Impulsfragen Beltz Verlag, Weinheim.

Wolf, Doris (2017): Ab heute kränkt mich niemand mehr. München: PAL Verlag

Worden, W. J. (2017). Beratung und Therapie in Trauerfällen. Ein Handbuch. Göttingen: Hogrefe.

Znoj, H.-J. (2012). Trauer und Trauerbewältigung. Psychologische Konzepte im Wandel. Stuttgart: Kohlhammer.

Znoj, H.-J. (2016). Komplizierte Trauer (2., überarb. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94



Institut Dellanima

COPYRIGHT

Copyright © Stephanie Witt-Loers
Stephanie Witt-Loers
Systemische Kinder - und Familientrauerfachberaterin (BVT)
Trauerfachberaterin (BVT)
Sterbebegleiterin
Heilpraktikerin Psychotherapie
Fachautorin, Dozentin
St. Antoniusstr. 10
D- 51429 Berg. Gladbach

Institut Dellanima
info@dellanima.de
www.dellanima.de
IDNR: DE 158598452
Steuern. 20452230614
Phone: 02204-48 17 096
Fax: 02204-8 54 94