

Sigrun Eder • Tanja Wenz
Evi Gasser

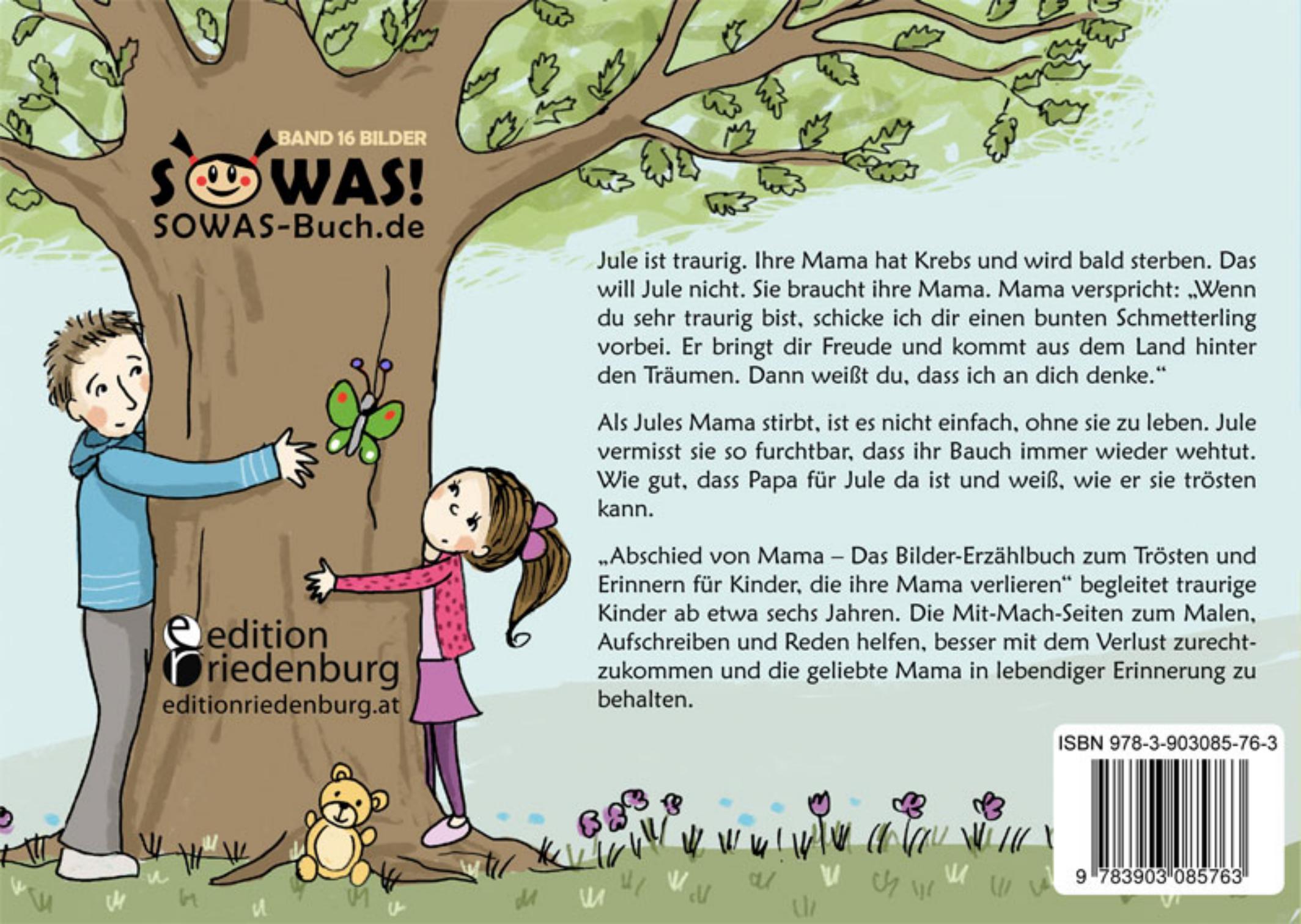
BAND 16 BILDER
SÜWAS!
macht Kinder zu Experten
für sich selbst

Abschied von Mama

Das Bilder-Erzählbuch zum
Trösten und Erinnern für Kinder,
die ihre Mama verlieren

edition
riedenburg





BAND 16 BILDER
SOWAS!
SOWAS-Buch.de

edition
riedenburg
editionriedenburg.at

Jule ist traurig. Ihre Mama hat Krebs und wird bald sterben. Das will Jule nicht. Sie braucht ihre Mama. Mama verspricht: „Wenn du sehr traurig bist, schicke ich dir einen bunten Schmetterling vorbei. Er bringt dir Freude und kommt aus dem Land hinter den Träumen. Dann weißt du, dass ich an dich denke.“

Als Jules Mama stirbt, ist es nicht einfach, ohne sie zu leben. Jule vermisst sie so furchtbar, dass ihr Bauch immer wieder wehtut. Wie gut, dass Papa für Jule da ist und weiß, wie er sie trösten kann.

„Abschied von Mama – Das Bilder-Erzählbuch zum Trösten und Erinnern für Kinder, die ihre Mama verlieren“ begleitet traurige Kinder ab etwa sechs Jahren. Die Mit-Mach-Seiten zum Malen, Aufschreiben und Reden helfen, besser mit dem Verlust zurechtzukommen und die geliebte Mama in lebendiger Erinnerung zu behalten.

ISBN 978-3-903085-76-3



9 783903 085763

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autoren noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autoren bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Arzt/Ärztin, PsychologIn oder PsychotherapeutIn.

Markenschutz

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

1. Auflage Mai 2017
© 2017 edition riedenburg
Verlagsanschrift Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet www.editionriedenburg.at
E-Mail verlag@editionriedenburg.at

Lektorat Dr. Heike Wolter, Regensburg
Satz und Layout edition riedenburg
Herstellung Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-903085-76-3

Hallo du!

Ich bin Jule. Meine Mama ist todkrank und ich weiß von ihr, dass sie bald sterben wird.

Papa und ich halten zusammen und versuchen, die Zeit mit Mama zu genießen und uns darauf vorzubereiten, ohne Mama klar zu kommen. Das ist ganz schön schwierig, denn Mama fehlt mir schon jetzt.

Die Angst und der Kummer machen, dass mir mein Bauch immer wieder wehtut. Dann ist Papa für mich da. Er macht mir einen Früchtetee mit Honig und wir reden über Mama, ihre Krankheit und den Tod.

Hast du auch deine Mama verloren? Oder wird sie bald sterben? Vermisst du sie genauso wie ich? Lies meine Geschichte.

Die Mit-Mach-Seiten sind nur für dich. Sie helfen dir, besser mit der Krankheit und dem Tod deiner Mama umzugehen und deine Erinnerungen an sie lebendig zu halten.

Deine Jule



Meine Mama ist krank. Sie trägt ein buntes Tuch um den Kopf, weil sie keine Haare mehr hat. Der Krebs hat sie krankgemacht.

„Ich sterbe bald“, sagt Mama eines Tages zu mir. Dann nimmt sie mich auf den Schoß und erklärt mir: „Sterben ist wie weggehen und nicht mehr wiederkommen.“

Das klingt furchtbar. Wie soll ich denn ohne meine Mama klarkommen? Mama legt ihre dünnen Arme um mich und wiegt mich sanft hin und her.



Ich bin traurig. Meine Mama soll nicht weggehen. Sie ist doch meine Mama! „Gehst du weg, weil ich böse war?“, frage ich beunruhigt. Mama lächelt mich mit ihrem Ich-hab-dich-lieb-Blick an und sagt: „Nein Jule, ich muss wegen der Krankheit gehen.“ „Das will ich aber nicht!“, rufe ich aufgebracht. Ich boxe in mein Kissen, so wütend bin ich auf einmal.

Meine Mama streichelt mir über meine Haare und sagt: „Jule, ich möchte auch lieber bei dir und Papa bleiben. Aber die Krankheit macht meinen Körper so schwach, dass er bald nicht mehr funktioniert.“



In der Nacht schmerzt mein Bauch und ich kann nur schwer einschlafen. Dabei kommt mir eine Idee.

Am nächsten Tag frage ich Mama: „Können Papa und ich mit dir mitkommen?“

Meine Mama umarmt mich und sagt: „Nein, das geht nicht. Da, wo ich hingehe, gibt es nur Platz für Menschen wie mich. Du und Papa, ihr habt gesunde Körper, euer Platz ist hier. Ihr werdet noch viel Schönes miteinander erleben, und wenn ihr an mich denkt, bin ich ein Teil davon.“



Mein Papa ist seit letzter Woche den ganzen Tag daheim und kümmert sich um Mama. Oma besucht uns täglich mittags und bringt leckeres Essen mit. Leider hat Mama wenig Appetit und lässt das meiste übrig. Dabei ist sie doch so dünn!

Abends liegen Papa, Mama und ich zusammen im Bett. Papa liest uns eine Geschichte vor oder macht Scherze. Ab und zu lacht Mama auch. Das tut gut!

Ich versuche mir ganz fest zu merken, wie Mama klingt. Dann kann ich mich später daran erinnern.



Seit einiger Zeit geht es Mama viel schlechter. Ich sitze neben ihr. Mein Bauch tut wieder weh. „Das kommt vom Traurigsein“, sagt Oma.

Mit ihrer Hand fängt Mama eine meiner Tränen auf und sagt: „Es ist ok, wenn du traurig bist, weil ich weggehen muss.“ Mama zieht mich nah zu sich heran und gibt mir einen Kuss. Ich lege meinen Kopf auf ihre Brust und lausche ihrem Herzschlag. Das beruhigt mich etwas.

Später kommt Papa zu uns. Besorgt hält er Mamas Hand und streichelt sie. Als ich meine Schulaufgaben mache, bleibt er bei ihr. Er möchte sie nicht mehr alleine lassen.





Die nächsten Seiten sind nur für dich. Sie helfen dir, mehr über dich zu erfahren und die Erinnerungen an deine Mama lebendig zu halten. Male und/oder schreibe deine Ideen auf. Du kannst auch alle Bilder der Mit-Mach-Seiten bunt ausmalen. Hol deine Stifte und leg los!



Was ist Liebe für dich?



Woran merkst du, dass du geliebt wirst?

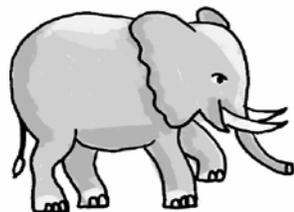


Welche Menschen lieben dich?



Wer gehört zu deiner Familie?

Welche/s Haustier/e hast du?



Wer war deine Mama?

Meine Mama heißt: _____ .

Sie hatte _____ Haare und _____ Augen.

Sie ist im Monat _____ geboren.

Ihr Lieblingsessen war _____ .

Lachen musste sie, wenn _____

Ihre Lieblingsfarbe war _____ .

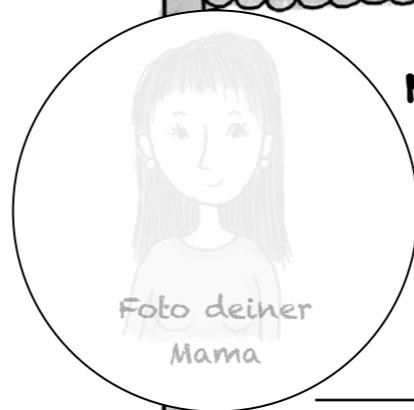
Mir ist noch am meisten in Erinnerung, dass _____

Wütend wurde Mama, wenn _____

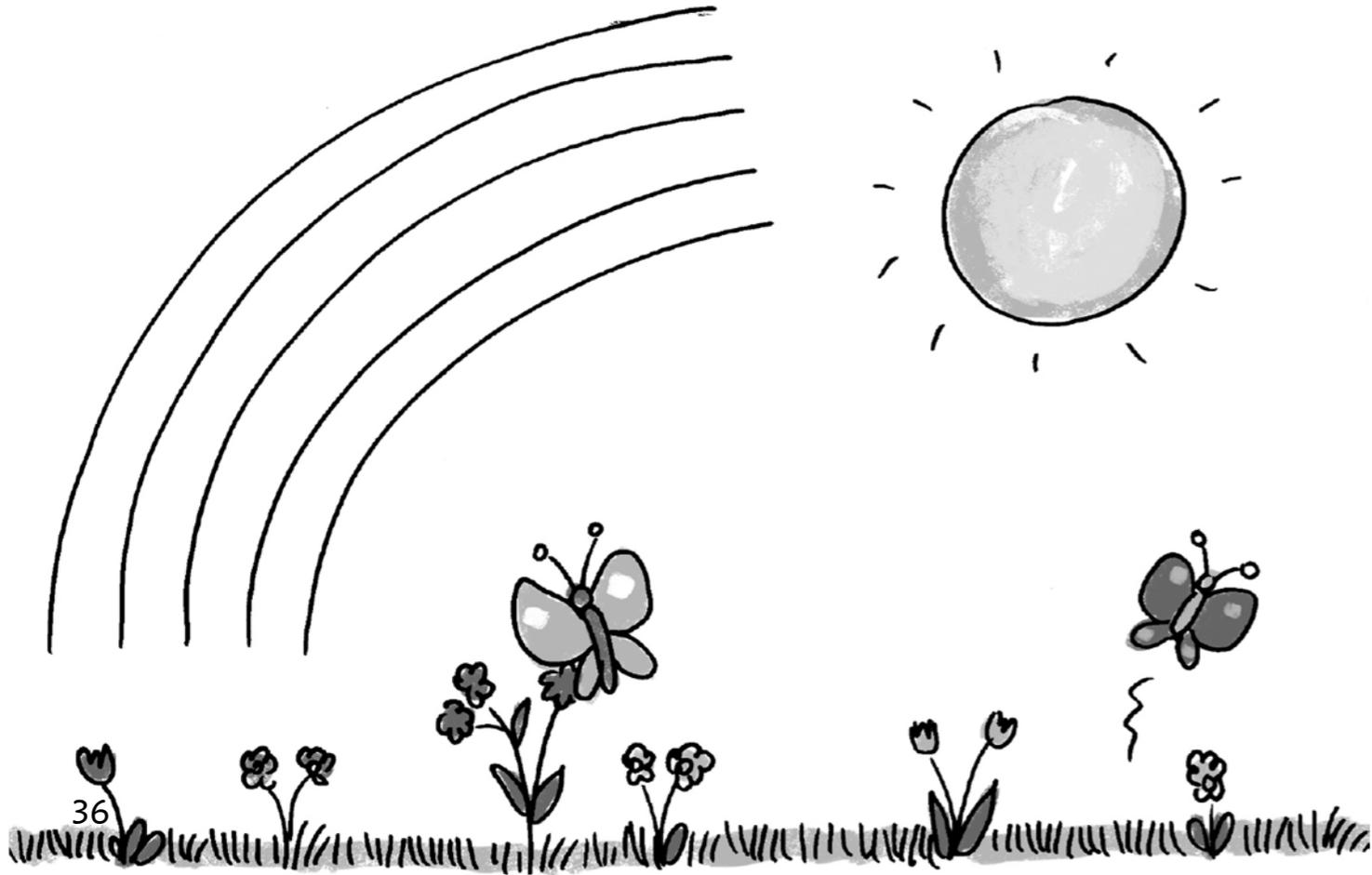
Ihr Kosewort für mich war _____ .

Am liebsten habe ich mit Mama _____

Das Lieblingstier von Mama war _____ .



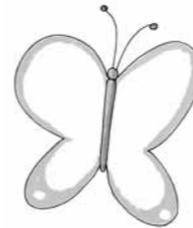
Was hat deine Mama über den Tod gedacht? Woran hat sie geglaubt?



Was ist deiner Mama passiert?



Wann ist sie gestorben?



Warst du dabei?

Ja

Nein

Wie hast du dich von deiner
Mama verabschiedet?



Wo wurde deine Mama bestattet?



Gehst du gerne dorthin?

Ja

Nein, weil _____

An welchem Ort bist du gerne, um dich an
deine Mama zu erinnern?





Womit hast du deiner Mama früher ein Lächeln auf die Lippen gezaubert?

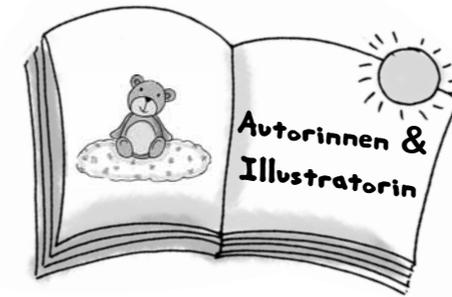


Wie hast du deine Mama dazu bringen können, dir einen Wunsch zu erfüllen? Kreuze an.



Womit hast du deine Mama früher auf die Palme gebracht?





Mag. Sigrun Eder hat 2008 bei der edition riedenburg die Buchreihe „SOWAS!“ gegründet. Sie arbeitet am Uniklinikum Salzburg. Als Klinische Psychologin, Systemische Familientherapeutin sowie Säuglings-, Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin ist sie an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie am Universitätsinstitut für Klinische Psychologie der Christian-Doppler-Klinik – Paracelsus Medizinische Privatuniversität tätig.



Tanja Wenz ist Mutter von zwei Kindern, Autorin und Krankenschwester. In ihrer Arbeit erlebt sie häufig, dass der Tod eines geliebten Menschen Angehörige in stummer Trauer zurücklässt, dass aber insbesondere Kinder viele Fragen dazu haben und sich gern ausdrücken möchten.



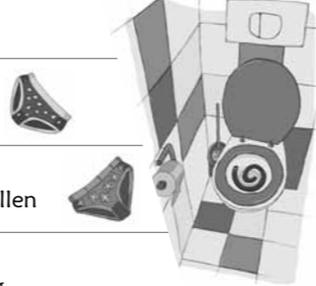
Evi Gasser lebt und arbeitet als freischaffende Grafikerin und Illustratorin in Kastelruth. Für verschiedene Verlage hat sie bereits erfolgreich mehrere Kinderbücher illustriert. Sie zeichnet Adventskalender, Glückwunschkarten, Malbüchlein und vieles mehr.

SOWAS!
macht Kinder zu Experten
für sich selbst



edition
riedenburg
editionriedenburg.at

Band 1: „Volle Hose“
Einkoten bei Kindern: Prävention und Behandlung



Band 2: „Machen wie die Großen“
Was Kinder und ihre Eltern über Toilettenfertigkeiten wissen sollen

Band 3: „Nasses Bett“
Nächtliches Einnässen bei Kindern: Prävention und Behandlung

Band 4: „Pauline purzelt wieder“
Hilfe für übergewichtige Kinder und ihre Eltern



Band 5: „Lorenz wehrt sich“
Hilfe für Kinder, die sexuelle Gewalt erlebt haben

Band 6: „Jutta juckt's nicht mehr“
Hilfe bei Neurodermitis – ein Sachbuch für Kinder und Erwachsene

Band 7: „Konrad, der Konfliktlöser“
Strategien für gewaltloses Streiten



Band 8: „Annikas andere Welt“
Hilfe für Kinder psychisch kranker Eltern

Band 9: „Papa in den Wolken-Bergen“
Hilfe für Kinder, die einen geliebten Menschen verloren haben

Band 10: „Herr Kacks und das Pi“
So landen großes und kleines Geschäft direkt im Klo!



Band 11: „Woanders hin?“
Für Kinder, die nicht zu Hause wohnen



Band 12: „Felix und der Sonnenvogel“
Das Bilder-Erzählbuch für Kinder, die getröstet und beschützt werden wollen

Band 13: „Rosa und das Mut-Mach-Monsterchen“
Das Bilder-Erzählbuch für Kinder, die mutiger sein wollen

Band 14: „Wie war es in Mamas Bauch?“
Das Bilder-Erzählbuch für alle kleinen und großen Leute, die auf Zeitreise gehen wollen

Band 15: „Karim auf der Flucht“
Das Bilder-Erzählbuch für heimische Kinder und ihre neuen Freunde von weit her



SOWAS! MINI für Kinder ab 2 Jahre

Band 1 MINI: „So fliegt der Wuschelfloh aufs Klo!“
Die Geschichte vom Spatz, der endlich ohne Windel sein wollte

Band 2 MINI: „So gehen die Tiere groß aufs Klo!“
Mit dem Wuschelfloh auf Klo-Weltreise

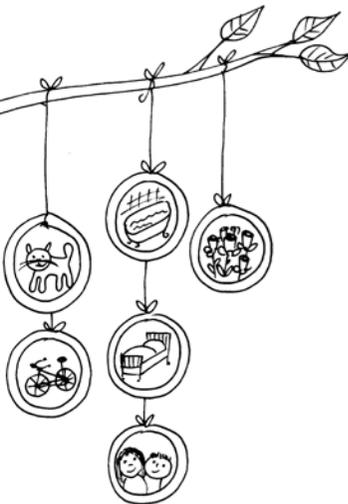
Band 3 MINI: „Lotta geht schon aufs Klo!“
So schaffen es Kinder rechtzeitig auf die Toilette

Die „SOWAS!“-Reihe wird fortgesetzt!

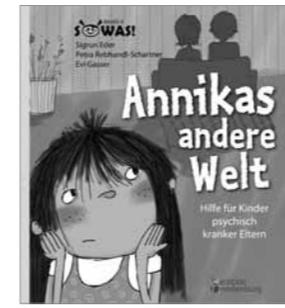
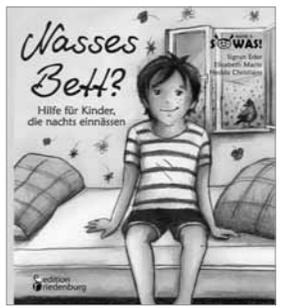
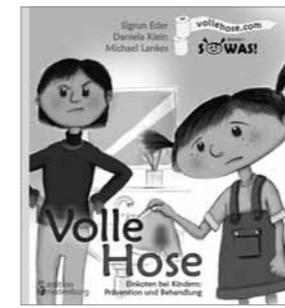


SOWAS!
SOWAS-Buch.de





SOWAS!
SOWAS-Buch.de



SOWAS!
SOWAS-Buch.de



e edition
riedenburg
editionriedenburg.at