

PETRA BERGHAUS

# WENN KINDER TRAUERN

Trost, Rituale und Sprache  
für Familien, Kitas, Schulen und Hospize

LESUNGEN,  
VORTRÄGE,  
SEMINARE UND  
WORKSHOPS





## Das bin ich

Ich bin **Trauersängerin, Trauerbegleiterin und Gründerin der gemeinnützigen Trost-Tiger Hilfe.**

Ich möchte Mut machen und eine Brücke bauen zwischen Leben und Tod. Mit meiner Stimme berühre ich Herzen, gebe Menschen in schweren Zeiten Halt und begleite Sterbende wie Hinterbliebene auf besondere Weise. Meine eigenen Lieder erzählen von Liebe und Loslassen, von Suchen und Finden, von Zweifeln und Hoffen.

Der **Trost-Tiger** entstand aus meiner eigenen Trauer, als meine Mutter völlig überraschend starb. Aus einem gezeichneten Bild wurde ein Kuscheltier, eine Geschichte, ein Symbol und schließlich eine Bewegung, die Kindern und Erwachsenen Trost schenkt. Heute verbinde ich dieses Herzensprojekt mit Workshops, Spendenaktionen und kreativen Materialien für Klein und Groß.

Als **Autorin und Medienstimme** für Abschied, Mut und neue Rituale möchte ich zeigen, dass Trauer sichtbar, spürbar und kindgerecht sein darf. Als Grafikerin gestalte ich seit vielen Jahren Bücher, Materialien und kreative Konzepte rund um Trauer, Therapie und Transformation.

Als **Dozentin** vermittele ich in Vorträgen und Workshops mein Wissen zu Musik am Lebensende, Kindertrauer und dem gesellschaftlichen Wert von Trost.

**Mehr über mich und meine Arbeit findest du auf meiner Webseite:  
[www.petraberghaus.de](http://www.petraberghaus.de)**

**Kontakt: Petra Berghaus**

**Telefon: 01577/2177743**

**Mail: [gesang@petraberghaus.de](mailto:gesang@petraberghaus.de)**

# Kinder liebevoll in der Trauer begleiten

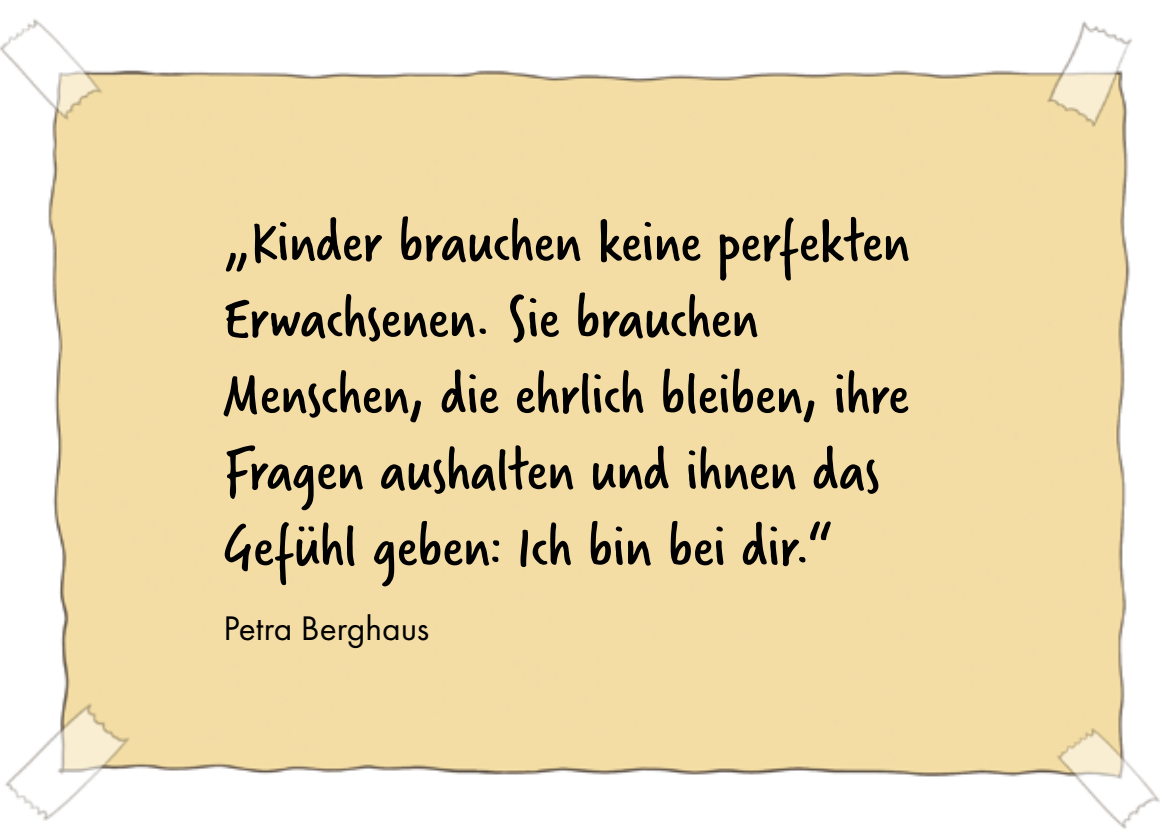
Herzlichen Dank, dass du dich für das Thema **Kindertrauer** interessierst. Es ist mir eine besondere Freude, Menschen zu stärken, die Kinder in schweren Zeiten begleiten: **Eltern, Erzieher\*innen, Lehrer\*innen, Hospizdienste, Ehrenamtliche, Therapeut\*innen** und alle, die Kindern Halt geben möchten.

Wenn ein Mensch stirbt, verändert sich das Leben einer Familie oft von einem Moment auf den anderen. Kinder spüren diese Veränderung sofort. Sie stellen Fragen, ziehen sich zurück, werden wütend, lachen plötzlich wieder oder springen mitten aus der Traurigkeit ins Spiel. **Das ist Kindertrauer.**

In meinen **Lesungen, Workshops und Seminaren** verbinde ich fachliches Wissen mit persönlichen Geschichten, kreativen Übungen, einfachen Ritualen und musikalischen Impulsen.

Mein **Trost-Tiger** begleitet mich als liebevolle Leitfigur für Trost, Sprache, Gefühle und kreative Trauerbegleitung. Teilnehmende erhalten Einblicke in ausgewählte Inhalte meines Buches „Ich tröste dich“ sowie praktische Ideen, wie Gespräche über Abschied, Verlust, Gefühle und Hoffnung kindgerecht gelingen können.

**Ich freue mich, wenn dieses Angebot dich und deine Einrichtung unterstützt.**



„Kinder brauchen keine perfekten Erwachsenen. Sie brauchen Menschen, die ehrlich bleiben, ihre Fragen aushalten und ihnen das Gefühl geben: Ich bin bei dir.“

Petra Berghaus

# Organisatorisches und Rahmenbedingungen

## Getränke, Snacks & Mittagspause

Damit sich die Teilnehmenden gut aufgehoben fühlen und konzentriert arbeiten können, empfehle ich – je nach Dauer der Veranstaltung – Getränke sowie kleine Snacks bereitzustellen.

Bei **Halbtages- und Tagesseminaren** sind Pausen fester Bestandteil des Programms.

Tagesseminare beinhalten zusätzlich eine Mittagspause.

Die Organisation von Getränken, Snacks und Mittagessen erfolgt in der Regel durch den Veranstalter.

Gerne stimme ich mich hierzu individuell mit der Einrichtung ab.

## Raum & Technik

Benötigt werden – je nach Gruppengröße und Format – ein geeigneter Seminarraum, Sitzmöglichkeiten für die Teilnehmenden, ggf. Tische, eine Präsentationsmöglichkeit (Beamer oder Bildschirm).

Einen Verstärker und Mikrofon für meinen Gesang bringe ich selbst mit.

Weitere Details besprechen wir unkompliziert im Vorfeld.

## Trost-Tiger Bücher- & Materialtisch

Gerne bringe ich auf Wunsch einen kleinen **Trost-Tiger Bücher- und Materialtisch** mit. Dort haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, meine Bücher, **Trost-Tiger-Materialien**, Kuscheltiere, Karten, **Trost-Checklisten** und ausgewählte Begleitmaterialien kennenzulernen und bei Interesse direkt zu erwerben.

Der **Materialtisch** ergänzt das Seminar um praktische Impulse und konkrete Ideen für den Alltag, die pädagogische Arbeit oder die Begleitung trauernder Kinder und Familien.



# Wenn Kinder trauern

**Vorträge, Workshops und Seminare für Kitas, Schulen, Hospize, Familienzentren und pädagogische Fachkräfte**

## **BESCHREIBUNG:**

**Wie Erwachsene Kindern Halt geben, ehrlich über Tod und Abschied sprechen und Trost im Alltag erfahrbar machen können.**

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, gerät oft die ganze Familie aus dem Gleichgewicht. Kinder spüren sehr genau, wenn etwas nicht stimmt. Sie stellen direkte Fragen, wechseln scheinbar plötzlich zwischen Weinen und Spielen, ziehen sich zurück oder werden wütend. Viele Erwachsene möchten helfen, wissen aber nicht, was sie sagen sollen.

In meinen Seminaren und Workshops zeige ich Eltern, pädagogischen Fachkräften, Ehrenamtlichen und Begleitenden, wie Kinder trauern, was sie in unterschiedlichen Altersphasen brauchen und wie wir ihnen mit ehrlichen Worten, Ritualen, kreativen Methoden, Musik und liebevoller Präsenz Halt geben können.

Format	Dauer	Ziel	Preis
Vortrag oder musikalische Lesung	90 Minuten	Sensibilisierung, Elternabend, Teamimpuls	390 €*
1/2-Tages-Workshop	4,5 St.	Vertiefung mit Übungen, Austausch und Praxisbezug	590 €*
Tagesseminar	9 St.	Intensive Fortbildung mit Methoden, Fallarbeit, Ritualen und Transfer	1100 € *

**Teilnehmende:** Tagesseminare: ca. 20-40 Personen  
Halbtages-Workshops: ca. 10-25 Personen  
Vortrag: Personenzahl entsprechend der Raumgröße

\*Preise verstehen sich zzgl. MwSt. und Fahrtkosten.

# Impulsvortrag mit Gesang (90 Min.)

## **Titel:**

**„Wenn Kinder trauern - was Erwachsene wissen sollten“**

## **BESCHREIBUNG:**

Ein warmer, kompakter Einstieg in das Thema Kindertrauer. Dieser Impulsvortrag schenkt Orientierung und erste Sicherheit: Wie erleben Kinder Tod und Abschied? Welche Sätze helfen? Was macht Kindern Angst? Und wie können kleine Rituale im Alltag tragen?

## **ZIELGRUPPE:**

Eltern, Kitas, Schulen, Familienzentren, Hospizdienste, Trauerbegleiter\*innen, Ehrenamtliche und Interessierte.

## **INHALTE:**

- Kindertrauer verstehen: Warum Kinder zwischen Weinen und Spielen wechseln
- Altersgerechte Sprache für Tod, Abschied und Erinnerung
- Hilfreiche Sätze - und Formulierungen, die eher verunsichern
- Schuldgefühle erkennen und Kinder entlasten
- Kleine Trost-Rituale für Zuhause, Kita und Schule
- Musikalische Impulse als Brücke, wenn Worte fehlen

## **METHODEN:**

Impulsvortrag, persönliche Geschichten, Austausch, kurze Reflexionsfragen, konkrete Alltagstipps. Wertvolle Inhalte aus meinem Mitmachbuch "Ich tröste dich".

**Kosten: 390,- Euro zzgl. MwSt. und Fahrtkosten**



# Halbtages-Workshop

(4,5 Stunden inkl. Pausen)

**Titel:**

**„Kinder liebevoll durch Trauer begleiten - Worte, Rituale und kreative Methoden“**

**BESCHREIBUNG:**

In diesem Praxis-Workshop geht es darum, mehr Sicherheit im konkreten Umgang mit trauernden Kindern zu gewinnen. Die Teilnehmenden lernen typische Reaktionen kennen, üben einfache Gesprächseinstiege und entwickeln Ideen, die direkt in Familie, Kita, Schule, Hospizdienst oder Beratung einsetzbar sind.

**SCHWERPUNKT:**

Welche Rituale passen? Wie kann ich eine Erinnerungskiste gestalten? Wie antworte ich auf schwierige Kinderfragen? Wie kann ein Symbol zum Gesprächsöffner werden?

Der Trost-Tiger bildet hier einen wichtigen roten Faden des Workshops: als Symbol für Trost, Beziehung und kreative Zugänge in der Trauerbegleitung. Gemeinsam arbeiten wir mit ausgewählten Methoden, Übungen und Materialien aus meinem Buch „Ich tröste dich“.

**INHALTE:**

- Grundlagen der Kindertrauer und typische Reaktionen
- Kinderfragen ehrlich und altersgerecht beantworten
- Umgang mit Angst, Wut, Schuld, Rückzug und Überforderung
- Rituale für Abschied, Erinnerung und besondere Tage
- Kreative Methoden: Gefühlsbilder, Trost-Koffer, Briefe, Kerzenrituale
- Leichte Musik- und Stimmimpulse zur Beruhigung und Verbindung
- Selbstfürsorge für begleitende Erwachsene

**Kosten: 590,- Euro zzgl. MwSt. und Fahrtkosten**



## **Ablauf für einen Workshop**

*Optional kann der Workshop an den Schwerpunkt der Einrichtung angepasst werden - zum Beispiel Kita, Schule, Hospizdienst, Palliativarbeit, Trauergruppe oder Elternarbeit.*

**09:00 - 09:30 Uhr**

**Ankommen und Einführung:**

Begrüßung, Kurze Vorstellungsrunde, Erwartungsabfrage

**09:30 - 10:15**

**Grundlagen:**

Wie Kinder trauern - Alter, Entwicklung, Reaktionen

**10:15 - 10:45**

**Sprache finden:**

Was sage ich, wenn ein Kind fragt: „Wo ist Oma jetzt?“

**10:45 - 11:00**

**Kaffeepause**

**11:00 - 12:00**

**Rituale & Kreativmethoden:**

Trost-Koffer, Erinnerungskiste, Gefühlsbilder, Kerzenritual

**12:00 - 12:40**

**Fallbeispiele & Austausch:**

Konkrete Situationen aus Familie, Kita, Schule oder Hospizarbeit

**12:40 - 13:30**

**Abschluss:**

Transfer in den Alltag

Gemeinsames Singen



# Tagesseminar mit Workshop

(9 Stunden inkl. Pausen)

## Titel:

**„Wenn Kinder trauern: Sicherheit geben, Trost gestalten, Familien stärken“**

## BESCHREIBUNG:

Ein intensiver Fortbildungstag für alle, die Kinder in Verlustsituationen professionell, ehrenamtlich oder familiär begleiten. Neben fachlichem Wissen stehen Selbsterfahrung, Fallarbeit, Sprache, Rituale, kreative Methoden und der Transfer in den eigenen Arbeitsbereich im Mittelpunkt.

Das Tagesseminar eignet sich besonders für Teams, Einrichtungen und Träger, die ein gemeinsames Verständnis für Kindertrauer entwickeln möchten: Wie sprechen wir mit Kindern? Wie informieren wir Eltern? Was braucht eine Kita, Schule oder Einrichtung, wenn ein Todesfall die Gemeinschaft erschüttert?

## SCHWERPUNKT:

Wir beschäftigen uns vertieft mit Kindertrauer, Entwicklungsphasen, Familiendynamiken, schwierigen Fragen rund um Tod und Verlust. Mein **Trost-Tiger** und mein **Mitmachbuch „Ich tröste dich“** werden dabei aktiv in die Seminararbeit integriert. Die Teilnehmenden erleben, wie kreative Materialien, Gesprächsimpulse, Mitmachübungen und Rituale helfen können, Kindern Worte, Sicherheit, Ausdrucksmöglichkeiten und Hoffnung zu schenken.

## INHALTE:

- Kindertrauer in verschiedenen Entwicklungsphasen
- Tod erklären: ehrlich, klar und ohne Angstbilder
- Die häufigsten Kinderfragen und mögliche Antworten
- Abschiednehmen, Beerdigung und Aufbahrung kindgerecht vorbereiten
- Schuldgefühle, Loyalitätskonflikte und trauerfreie Zeiten
- Trauer in Kita, Schule, Hospizdienst, Therapie und Familie
- Rituale, kreative Methoden und musikalische Impulse
- Selbstfürsorge und Grenzen der Begleitung

## Auf Wunsch mit dem Sonderthema „Trauer im Spektrum“:

Wie erleben und verarbeiten Kinder und Jugendliche im Autismus-Spektrum Trauer, Abschied, Verlust? Welche Besonderheiten, Bedürfnisse und Missverständnisse können entstehen – und wie können wir Sicherheit, Sprache, Struktur und passende Formen von Trost anbieten? Impulse, Erfahrungen und ausgewählte Inhalte aus meinem Kapitel „Trauer im Spektrum – Was ich von meinem autistischen Sohn lerne“ aus meinem Buch „Ich tröste dich“ können auf Wunsch in das Seminar integriert werden.

**Kosten: 1100,- Euro zzgl. MwSt. und Fahrtkosten**

## Ablauf für einen Seminartag

*Optional kann der Seminartag an den Schwerpunkt der Einrichtung angepasst werden - zum Beispiel Kita, Schule, Hospizdienst, Palliativarbeit, Trauergruppe oder Elternarbeit.*

**09:00 - 10.00 Uhr**

### **Ankommen und Einführung:**

Begrüßung, Vorstellung, Erwartungsabfrage

**10:00 - 11:00 Uhr | Block 1:**

Grundlagen: Wie Kinder trauern - Alter, Entwicklung, Reaktionen

**11:00 - 11.15 Uhr: Kurze Pause**

**11:15 - 12:15 Uhr | Block 2:**

Sprache: Kinderfragen beantworten, klare und liebevolle Worte finden

**12:15 - 13:15 Uhr: Mittagspause und Zeit für Begegnung**

**13:15 - 14:45 Uhr | Block 3:**

Methoden erlernen und ausprobieren:

Trost-Koffer, Erinnerungskiste, Gefühlswetter, Rituale

**14:45 - 15:05 Kaffeepause**

**15:05 - 16:15 Uhr | Block 4:**

Fallarbeit, Herausfordernde Situationen, Rollen und Grenzen

**16:15 - 17:00 Uhr | Block 5:**

Transfer: Was brauche ich oder was braucht meine Einrichtung konkret?

**17:00 - 17:45 Uhr**

**Abschluss Feedback, Ressourcen, gemeinsamer Trostimpuls**

**17.45 - 18:00 Uhr**

**Gemeinsames Singen und Verabschiedung**



KONTAKT  
UND  
BUCHUNG



## Anfragen für Seminare, Workshops und Lesungen

Gerne entwickle ich gemeinsam mit dir  
ein passendes Format für deine Einrichtung -  
als Impulsvortrag, Praxis-Workshop  
oder Tagesseminar.

Inhalte und Schwerpunkte können an die  
jeweilige Zielgruppe angepasst werden.

**Kontakt: Petra Berghaus**  
Email: [hallo@trost-tiger.de](mailto:hallo@trost-tiger.de)  
oder Telefon 01577/21 777 43

Hier findest du weitere Infos über mich:

[www.petraberghaus.de](http://www.petraberghaus.de)

[www.trost-tiger.de](http://www.trost-tiger.de)