

**Ein Stern
namens Mama**

Materialien für den Unterricht

www.vgo-schule.de



Karen-Susan Fessel

Ein Stern namens Mama

ISBN 978-3-7891-3521-7

Erarbeitet von Christine Hagemann

5. bis 9. Klasse

Thematik:

Krankheit und Tod eines nahestehenden Menschen, Trauer, Krisenbewältigung, Trost

Didaktischer Schwerpunkt:

Erweiterung der Dialogfähigkeit, Entwickeln von Selbstkompetenz im Umgang mit Emotionen, produktions- und handlungsorientierter Umgang mit dem Text

Materialien zu „Ein Stern namens Mama“

Konzipiert für die Jahrgangsstufen 5 bis 9

1. Inhalt

Louises Mutter ist gestorben. Die knapp elfjährige Louise erzählt rückblickend in der Ich-Form von der Zeit der Krebs-Erkrankung und vom Abschiednehmen. Die Erzählung findet über einen Zeitraum von fast zwei Jahren statt, vom Beginn der Krankheit bis zur Erzähl-Gegenwart kurz vor Louises elftem Geburtstag. Die dialogreiche Handlung ist in erster Linie vom Verlauf der Krankheit bestimmt, welche für die Familie eine zunehmende Belastung wird. Der Blick auf das Geschehen ist immer der des jungen Mädchens, das erst nach und nach versteht, was mit ihrer Mutter los ist. Und auch mit Louise selbst geschieht sehr viel in dieser Zeit. Sie beschreibt ihre Gefühle, Verwirrung, Angst, Wut und Trauer, und auch das intensive Erleben von fröhlichen Momenten.

Als abzusehen ist, dass ihre Mutter nicht wieder genesen wird, beginnt für Louise die Auseinandersetzung mit dem Ende der Hoffnung und dem Gedanken an den Tod. Sie erlebt ihre eigene Verzweigung und auch die der anderen. Ihr Vater und ihr vier Jahre jüngerer Bruder Ruben gehen anders mit den eigenen Emotionen um als sie selbst. Das Verhalten der Menschen in ihrer Umgebung, in der Nachbarschaft und in der Schule, irritiert sie. Louise möchte wissen, was geschieht. Mit ihrem Onkel Janni, einem Freund der Familie, kann sie offen reden. Das Verstehen des Geschehens und das Aussprechen ihrer Gefühle helfen ihr, die Verwirrung ihrer Gedanken zu ordnen und sich ihrer Mutter nah zu fühlen. Und die Mutter schenkt ihr die Metapher des Sterns, zu dem sie nach ihrem Tod werden wird, sodass sie Louise nie ganz verlässt.

Am Ende der Krankheit wird der Familie klar, dass jede/r von ihnen allein und auf seine eigene Art versucht hat, mit der Traurigkeit umzugehen. Ihnen gemeinsam ist der große Schmerz und vorsichtig teilen sie sich einander mit. Der Zusammenhalt gibt ihnen Trost, und langsam beginnt die Welt sich auch für Louise wieder zu öffnen.

2. Informationen zur Autorin

Karen-Susan Fessel, 1964 in Lübeck geboren, studierte Theaterwissenschaften, Germanistik und Romanistik. Seit 1993 arbeitet sie als freie Schriftstellerin und Journalistin. Neben zahlreichen Romanen und Erzählbänden für Erwachsene zeichnet sich ihr Werk durch realitätsnahe, einfühlsam erzählte Geschichten für Kinder und Jugendliche aus. Mit ihrem 1999 erschienenen Kinderbuch „Ein Stern namens Mama“ gelang ihr ein vielversprechendes Debüt. Es wurde in zahlreiche Sprachen übersetzt und existiert zudem in einer Theaterfassung.

„Ein Stern namens Mama“ sowie „Steingesicht“ wurden mit dem Zürcher Kinderbuchpreis „La vache qui lit“ ausgezeichnet. „Und wenn schon!“ war 2003 nominiert zum Deutschen Jugendliteraturpreis.

3. Das Thema Krankheit und Tod im Schulunterricht

Es gelingt der Autorin Karen-Susan Fessel in „Ein Stern namens Mama“, die Gedanken- und Gefühlswelt eines Kindes angesichts des Sterbens eines geliebten Menschen mit dem Geschehen um den Verlauf der Krebs-Erkrankung einfühlsam zu verbinden. Durch Louises starkes Bedürfnis nach Information und Reflexion erfahren auch die jugendlichen Leser in kindgerechter Form, was diese Krankheit ist. Sie werden ermutigt, Fragen zu stellen, und sie erkennen, dass alle aufkommenden Gefühle ihre Berechtigung haben, auch wenn sie unverständlich und mit denen der anderen nicht konform sind. Die erwachsenen Leser können erkennen, dass die wohlmeinende Absicht, ein Kind zu schonen, indem es nicht an dem Geschehen um Krankheit und Sterben beteiligt wird, für das Kind selbst keine Hilfe ist. Louise findet die Kraft, ihre Angst und Trauer zu bewältigen, in offenen Gesprächen und in dem Erleben des Zusammenhalts.

In diesem Buch werden verschiedene Themenschwerpunkte angesprochen, die sich als Elemente für eine weiterführende Auseinandersetzung im Unterricht der Fächer Deutsch, Ethik, Religion und Sozialkunde eignen, je nach Alter der Lerngruppe. Auch eine fächerübergreifende Behandlung bietet sich an, etwa unter Einbeziehung des Faches Kunst:

- Die Krankheit Krebs
- Krankenhaus und Krankenpflege
- Hilfsmöglichkeiten von außen (Freunde, Verwandte, Pflegedienste)
- Sterben zu Hause oder in der Klinik?
- Patientenverfügung und das Dilemma der Angehörigen
- Abschied nehmen von einem geliebten Menschen
- Sprechen über Gefühle, Empathie
- Unsicherheit im Umgang mit Trauernden
- Die Bedeutung von Bildern und Ritualen
- Was geschieht nach dem Tod?
- Wie geht das eigene Leben weiter?

Zur Unterstützung können Therapeuten oder auch ehrenamtliche Helfer, die sich mit der Begleitung von Kindern bei Krankheit und Tod befassen, in den Unterricht eingeladen werden. Es sollte auf jeden Fall auf Möglichkeiten der Hilfe und Begleitung für Kinder hingewiesen werden.

Im Bremer und Oldenburger Raum bietet das Zentrum für trauernde Kinder „Trauerland“ Schulungen und Seminare an, für Kinder und Jugendliche auch Treffs zum persönlichen Austausch in der Gruppe. Im Raum München bietet das Zentrum für trauernde Kinder „Lacrima“ neben Einzelberatungen und Begleitung auch Seminare zur Trauerbegleitung und Vorträge an. Das Institut für Trauerarbeit ITA e. V. arbeitet bundesweit und bietet ein umfangreiches Angebot an Aus- und Fortbildungen sowie Vorträge und Weiterbildungen, auch in Schulen und Kindergärten.

In den anderen Regionen haben Lehrer die Möglichkeit, sich an das lokale Jugendamt zu wenden, um dort Möglichkeiten zur Unterstützung zu erfragen.

In vielen Regionen sind Kirchengemeinden in diesem Bereich aktiv, mit professionellen und ehrenamtlichen Helfern. Die regionalen Beratungsstellen (z. B. die Caritas) bieten in jedem Fall Einzel- und Familienberatung an. Über eine Online-Beratung sind Gespräche mit Therapeuten möglich.

4. Der Umgang mit einem betroffenen Kind

Für das Kind gerät mit dem Tod und auch schon während einer schweren Krankheit eines Familienangehörigen die gesamte Lebenssituation aus den Fugen. Die Schule mit ihren gewohnten Abläufen kann ein wichtiger Schutzraum sein, in dem das Kind sich weiterhin „normal“ verhalten kann. Das Gewohnte vermittelt Sicherheit. Reagieren Sie nicht irritiert, wenn das Kind fröhlich ist und mit Freunden herumtobt und lacht. Es braucht diese „Auszeiten“, um sich von der anstrengenden Belastung durch Sorgen und Trauer zu erholen.

Wenn das Buch als Lektüre in einer Lerngruppe eingesetzt wird, in der ein Kind zeitnah von einem Todesfall betroffen ist, entsteht für die Lehrkraft eine besonders schwierige Situation. Einige der oben angeführten Themenbereiche können nicht nur sachlich und pragmatisch behandelt werden, da starke Emotionen ausgelöst werden. Einfühlsamkeit und Sensibilität vonseiten der Lehrkraft sind notwendig, um den Zeitpunkt zu beachten, ab dem die Auseinandersetzung mit der Thematik für das betroffene Kind nicht mehr erträglich ist. Auf keinen Fall sollte ein Kind ohne seine eigene Bereitschaft in den Mittelpunkt gestellt werden. Dennoch sind Sachlichkeit und Offenheit hilfreich, das betroffene Kind bei der Bewältigung seiner belastenden Situation zu unterstützen. Kinder stellen oft unerwartet direkte Fragen. Nehmen Sie alle Fragen ernst, und scheuen Sie sich nicht, ehrlich und offen zu antworten. Der Impuls zum Sprechen über die eigene Situation sollte vom Kind ausgehen. Machen Sie Angebote, auch zu Gesprächen unter vier Augen oder evtl. zu gemeinsamen symbolischen Gedenk-Handlungen, aber bedrängen Sie das Kind nicht. Machen Sie deutlich, dass jede/r Trauernde auf seine eigene Weise mit dem Geschehen umgeht und dass Gefühle aufkommen können, die dem/der Betroffenen selbst unverständlich sind. Es gibt in dieser Situation keine „richtigen“ und „falschen“ Gefühle.

4.1. Die Sorge ist ein Seismograf

In einer Lebenssituation, die von extremen Gefühlen bestimmt wird, ist es ein typisches Merkmal, Äußerungen der Umgebung empfindsamer und weitaus aufmerksamer wahrzunehmen. Die Anspannung bewirkt einen ständigen Alarmzustand, durch den manche Äußerungen vielleicht sogar falsch interpretiert werden. Vor allem Kinder neigen dazu, das Geschehen auf sich selbst bezogen zu interpretieren, sich evtl. sogar die Schuld daran zu geben. In diesem Fall hilft kein beschwichtigendes Zureden, sondern nur die Linderung des Grundzustands durch Anbieten von Verständnis und auch von Informationen.

In ihrem Nachwort zu diesem Buch beschreibt Ines Schäferjohann das feine Gespür der Kinder auch für Dinge, die ihnen nicht gesagt werden. In ihrer Arbeit im Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche „Trauerland“ hat sie erfahren, wie wichtig ein ehrlicher und tabufreier Umgang mit dem Thema Tod und das Ernstnehmen der kindlichen Bedürfnisse sind. Das Tabu erleben Kinder erst durch unsicheres oder verschleiernes Verhalten der Erwachsenen.

4.2. Verletzungen der Seele

Die meisten Kinder reagieren auf ein Trauma, wie es der Tod eines nahestehenden Menschen ist, mit einer Phase der Regression. Ihr Verhalten entspricht nicht mehr der eigentlichen Stufe ihrer Entwicklung. Auch Erwachsene zeigen in einer solchen Situation oft Verhaltensweisen, die Außenstehenden als „nicht angemessen“ erscheinen, bei Kindern ist die Reaktion jedoch unmittelbarer, da sie noch nicht auf konditioniertes konventionelles Verhalten zurückgreifen können. Manche zeigen in dieser Phase starke Gefühlsschwankungen, Abwesenheit, Überempfindlichkeit, aber auch Zappeligkeit, Trotz oder Ausbrüche von Albernheit.

Das Gefühlschaos, das nicht mehr bewältigt werden kann, kann aber auch zu noch extremeren Reaktionen führen: Das Kind zieht sich zurück, kapselt sich ab. Dies ist eher eine Selbstschutz-Reaktion als ein bewusstes Verhalten; das Kind *kann* sich nicht mehr äußern. Bei manchen führt dieser innere Druck zu Aggressivität und Zerstörungswut, oft unvermittelt und scheinbar grundlos.

Diese Verhaltensweisen mögen in ihrem Ausdruck befremdlich erscheinen, sollten aber im Hinblick auf die zugrunde liegende emotionale Anspannung nicht überbewertet werden. Es sind Symptome, die umso schneller vergehen, je stärker das Kind das Gefühl vermittelt bekommt, grundsätzlich angenommen zu sein.

Allerdings sollten diese Symptome nicht völlig unbeachtet bleiben. Vor allem, wenn ein Kind seine angstauslösenden Gefühle zu stark abspaltet, gerät es in Gefahr, den Kontakt zu seiner Emotionalität völlig zu verlieren. Es braucht möglicherweise nicht nur Zuwendung, sondern eine professionelle Hilfe in Form einer Trauma-Therapie.

Die neuronalen biochemischen Prozesse während einer Trauerphase gleichen denen einer Depression. Hierbei ist die offenbare Emotionslosigkeit das Resultat einer (vorübergehend) gestörten Serotonin-Verarbeitung. Auch in diesem Fall sind die Folgen Emotionsstörungen, Konzentrations- und Antriebsschwäche.

4.3. Bilder und Rituale

Ein trauerndes Kind braucht Ausdrucksmöglichkeiten für seine heftigen Gefühle zu Abschied, Tod und Trauer. Die rein kognitive Verarbeitung ist unzureichend und nicht in jedem Fall und in jeder Phase möglich. Die Vorstellungen, die sich Kinder vom Tod oder dem Jenseits machen, sind individuell, nicht rational, und manchmal auch angstbesetzt. Vorstellungen sind Bilder, die sich am leichtesten auch bildlich ausdrücken lassen. Erläutern Sie die Bedeutung von Ritualen im Leben der Menschen. Beschreiben Sie ihre gemeinschaftsstiftende und durch die Wiederholung persönlich lindernde Funktion. Hierzu gehören (religiöse) Trauerrituale und individuelle Handlungen, auch Meditation und Autogenes Training/Traumreisen.

Ermutigen Sie zu eigenem Umgang mit Bildern und Ritualen. Regen Sie an, ganz individuelle Bilder zu finden, die in Verbindung mit dem betrauten Menschen stehen. Erläutern Sie die Bedeutung und die symbolische Kraft von Gegenständen, die an die/den Verstorbene/n erinnern. Regen Sie an, solche Gegenstände (Erbstücke, Amulette, Talismane, Maskottchen) zu finden. Diese Gegenstände können feste Orte haben/bekommen oder ständige Begleiter sein. Es können vorhandene persönliche Dinge sein, sie können auch gemeinsam gebastelt oder gemalt werden (z. B. Halsketten, bemalte „Kraftsteine“, Rahmen für ein Foto, Zeichnungen, Collagen).

5. Einstiegsmöglichkeiten in den Text

Mögliche Einstiegs-Fragen: Was sagt das Cover über den Inhalt des Buches aus? Kannst du etwas über die Handlung vermuten?

Was fällt beim Durchblättern des Buches auf (fünf Kapitel, keine Illustrationen, Überschriften in Schreibschrift, wie etwa bei einem Tagebuch)?

6. Informationen zu den Arbeitsblättern

Die folgenden Arbeitsblätter sind ausgelegt als kopierfähiges Material für die Lerngruppe, Lösungsbögen sind angefügt. Die Arbeitsblätter 1 bis 5 dienen als Hilfen zum Textverständnis und als Anregungen für weiterführende Gespräche. Die Arbeitsblätter 6 bis 8 beinhalten Informationen und Übungen zur Stärkung der Selbstkompetenz im Umgang mit Emotionen. Das Arbeitsblatt 9 ist ein Übersichtsschema, in das Stichworte zum Verlauf der Krebserkrankung und auch zum parallelen Erleben der Familie eingetragen werden können.

Ein weiterführendes Sprechen über eigene Erlebnisse kann sich aus den Ausführungen ergeben, je nach Entwicklungsstand und Zusammensetzung der Lerngruppe.

Für die chronologische Bearbeitung bietet sich für dieses Buch wegen seiner an ein Tagebuch erinnernden Form die Erstellung eines Lesetagebuches an. Neben der Wiedergabe des Geschehens regt die Erzählung an zu

- eigener Stellungnahme
- Sammeln von Zeitungsausschnitten und Fotos, Collagen
- eigenen Texten zu persönlichen Erfahrungen
- eigener bildlicher Darstellung, Fotos, Zeichnungen
- Formen des kreativen Schreibens, etwa Gedicht, Haiku, Cluster, Assoziogramm

Für die Erstellung eines Lesetagebuches können auch Elemente aus den Arbeitsblättern verwendet werden.

Arbeitsblatt 1: „Der Knoten“

- 1. Lies den ersten Abschnitt, Seite 9–11. Notiere, was du in diesem Abschnitt gleich zu Anfang der Geschichte erfährst.**

- 2. Am Anfang der Krankheit versucht die Mutter, den Kindern nicht zu sagen, wie schwer ihre Krankheit ist. Aber Louise spürt, dass da etwas viel Ernsteres ist, als sie gesagt bekommt.**
 - a) Welche Gründe könnte die Mutter haben, mit Louise nicht gleich über die Krankheit zu sprechen?
 - b) Woran bemerkt Louise, dass etwas nicht stimmt? Suche Textstellen heraus, die das belegen.

- 3. Louise ist ganz verwirrt, weil sie nicht weiß, was passiert. Was tut sie, um mehr zu erfahren?**

- 4. Lies die Seiten 25-39, ab „Wir müssen jetzt mal richtig miteinander reden“. Wie reagiert Louise, als sie begreift, dass ihre Mutter Krebs hat?**
 - a) An dem Tag, als ihre Mutter es ihr sagt:
 - b) In der Zeit vor der Operation:

- 5. Was hilft ihr in dieser Zeit?**

Arbeitsblatt 2: „Kraft für Mama“

1. Louise bekommt viel mit. Manches schnappt sie in Gesprächen auf, vieles spürt sie einfach. Sie ist so aufmerksam geworden, dass sie schnell merkt, wenn ihr jemand etwas Beruhigendes sagt, das aber nicht stimmt. Manchmal denkt sie sogar, es hat vielleicht etwas mit ihr zu tun. Suche Textstellen, die das belegen.

2. Warum ist Louise wütend, als sie erfährt, dass der Krebs nicht vorbei ist?

3. Was nervt Louise am Verhalten anderer Leute?

4. Was sagt Louises Mutter zum Tratsch der Leute?

5. Welche Hilfen bekommt Louises Mutter?

6. Wie helfen die anderen Louise in dieser Zeit?

- a) Ihre Mitschüler
- b) Janni
- c) Louises Mutter
- d) Becky
- e) Beckys Mutter

Arbeitsblatt 3: „Mama stirbt nicht und basta!“

1. Warum stört es Louise, dass Nadja sich auf den Stuhl setzt, auf dem ihre Mutter immer saß?
2. Bei ihrem Ausflug zum Wasserschloss Holstenburg spricht Louise mit Janni. Sie stellt „diese eine Frage, die mir schon seit einiger Zeit ständig im Kopf herumspukte“: „Glaubst du, Mama wird sterben, Janni?“ (S. 83) Warum tut es ihr gut, dass Janni sagt: „Es ist möglich, ja.“?
3. Wie begründet Janni, dass niemand offen über das Sterben spricht?
4. Wie begründet Louises Mutter, dass die anderen Leute Schwierigkeiten haben, mit jemandem umzugehen, der Krebs hat?
5. Was ist ein Tabu? Beschreibe es mit deinen eigenen Worten.

Arbeitsblatt 4: „Bessere Zeiten“

1. Was hat Louise vorher nicht gefallen und warum ist es jetzt besser?
2. Alle in der Familie versuchen, trotz der Sorgen stark zu sein. Aber das zu schaffen, ist sehr anstrengend. Als die Mutter wieder ins Krankenhaus muss, ist die Angst wieder da. Wie zeigt sich das?
3. Warum ist es für Louise so wichtig, mit ihrer Mutter auf der Intensivstation zu sprechen?
4. Louise hat das Gefühl, dass die Krankenschwester Janni etwas mit den Augen mitteilte, was sie vor ihr nicht sagen wollte, doch Janni sagt: „Nein, das glaube ich nicht“, und schüttelt den Kopf. „Sie wollte bloß einfach nichts Falsches sagen.“ (S. 130) Stell dir die Situation vor und versuche zu beschreiben, was Louise durch den Kopf geht.

Arbeitsblatt 5: „Abschied von Mama“

1. Louise hat nicht nur traurige, sondern auch schöne Erinnerungen an das letzte Weihnachtsfest mit ihrer Mutter. Welche sind es? Suche Textstellen heraus.

2. Louises Oma sagt, es sei besser, wenn Louise nicht so oft ins Krankenhaus ginge. Doch Louise mag gerne bei ihrer Mutter sein. Welche Meinungen stehen dahinter?

a) Louises Oma

b) Louise

c) Welche Meinung hast du?

3. „Kummer gehört dazu, Prinzessin“, sagt Janni. Wie äußert sich der Kummer bei Louise?

4. Was gibt ihr Trost?

Arbeitsblatt 6: Kannst du Gefühle erkennen?

Auch wenn jemand nicht sagt, wie er/sie sich fühlt, kann man seine/ihre Gefühle oft am Verhalten ablesen. Hierzu muss man auf das Gesicht (Mimik) und die Bewegungen des Körpers (Gestik) achten.

1. Beschreibe: Wie sieht jemand aus, der

- a) bedrückt ist?
- b) erschrocken ist?
- c) fröhlich ist?
- d) etwas ekelig findet?
- e) verlegen ist?

2. Stelle in einer kurzen Pantomime vor der Gruppe eines dieser Gefühle dar. Nicht sprechen, nur dein Körper, dein Gesicht und dein Blick sprechen! Die Gruppe soll erraten, welches Gefühl du vorstellst. Versuche danach zu beschreiben, wie es sich angefühlt hat.

Arbeitsblatt 7: Unsichtbare Gefühle

1. Es gibt auch Gefühle, die man dem anderen nicht unbedingt ansieht. Liebe, Wut oder Angst sind solche Gefühle. Sie sind tief im Innern auch dann anwesend, wenn man vielleicht gerade etwas ganz anderes tut.

a) Jemand, der Angst hat, sieht nicht immer sorgenvoll oder erschrocken aus. Er kann auch fröhlich sein und Spaß haben. Oder er gibt sich besonders cool. Trotzdem ist die Angst in seinem Inneren immer noch da. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Angst an?

b) Jemand, der traurig ist, muss nicht die ganze Zeit weinen. Ob jemand weint oder nicht, zeigt nicht an, wie tief die Trauer in seinem Innern ist. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Trauer an?

c) Ein Wutausbruch zeigt an, dass jemand wütend ist, aber der Grund für das Gefühl wird durch den Ausbruch nicht verschwinden. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Wut an?

d) Mancher Verliebte möchte nicht, dass alle anderen es sofort merken. Aber auch wenn er/sie sich cool gibt, sind die Gefühle immer noch da. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Liebe an?

2. Was kannst du tun, wenn du wissen möchtest, wie jemand sich wirklich fühlt, es aber nicht zeigt?

3. Gute Gefühle wie z. B. Liebe möchte man natürlich gerne behalten, aber schlechte Gefühle wie Wut oder Angst können zermürben und sogar krank machen. Es ist nicht immer leicht, schlechte Gefühle endgültig loszuwerden. Mache einige Vorschläge, was hilfreich sein könnte.

Arbeitsblatt 8: Mittel und Wege gegen die Angst

Jeder Mensch kennt Situationen oder Zeiten, in denen er Angst hat. Man fühlt sich ganz klein und hilflos. Auch hinter der Sorge um einen anderen steckt die Angst, es könnte etwas Schlimmes passieren. Es wäre schön, wenn man den Grund für die Angst einfach wegzaubern könnte. Aber auch wenn man den Grund nicht ändern kann, gibt es Möglichkeiten, sich gegen die Angst zu helfen.

1. Welche Mittel haben die Personen in der Geschichte gegen ihre Angst?

- a) Mama
- b) Louise
- c) Gemeinsam

2. Niemand kann gleichzeitig lachen und Angst haben. Deshalb ist es Louises Mutter so wichtig, dass Louise und sie gemeinsam lachen. Suche Stellen heraus, in denen sie das zu Louise sagt.

3. Welche Mittel und Methoden fallen dir noch ein? Unterstreiche die, die du selber anwendest.

Bilder und Rituale

Wenn ein lieber Mensch gestorben ist, wird aus der Angst Trauer und Kummer. Man fühlt sich nur noch schwach und ganz „kümmerlich“. Es ist manchmal schwer, mit traurigen Gefühlen fertig zu werden. Es kann helfen, etwas zu tun, was symbolisch an das Gefühl erinnert. Solche Handlungen nennt man Rituale. Ein Ritual kann man öfter wiederholen, man kann es gemeinsam tun oder für sich allein. Es kann helfen, mit Gefühlen umzugehen, die man nicht versteht.

4. Kennst du religiöse Rituale, die mit Trauer und Tod zu tun haben?

5. Male ein Bild, das den Kummer darstellt. Du kannst eine Person malen, du kannst auch einfach Farben und Formen malen, die dieses Gefühl ausdrücken.

6. In Ritualen werden innere Vorstellungen in Bildern und bildlichen Handlungen ausgedrückt. Sie sind eine tröstende Verbindung mit dem Verstorbenen und auch mit denen, die zusammen trauern. Welche Bilder haben Louise und ihre Familie als Erinnerung und Verbindung mit der Mutter?

7. Welche ganz persönlichen Rituale kannst du dir vorstellen?

8. Male ein Bild, das für dich etwas sehr Angenehmes, Tröstendes ausdrückt.

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 9: Verlauf der Krankheit

In dieses Schema kannst du Stichworte eintragen, die die Krebserkrankung von Louises Mutter betreffen, aber auch, was mit der Familie geschieht.

	zu Hause	Arztbesuche / Krankenhaus
		<i>Untersuchung Arzt</i>
	<i>Müdigkeit</i>	<i>Knoten in der Brust entdeckt</i>
	<i>Beunruhigung</i>	
Sommerferien		
Dezember		
Weihnachten		
Ostern		

Name: _____

Datum: _____

Arbeitsblatt 9: Verlauf der Krankheit / Fortsetzung

	zu Hause	Arztbesuche / Krankenhaus
Louise wird 10		
Sommerferien		
Weihnachten		
Februar		
Louise wird 11		

Arbeitsblatt 1: „Der Knoten“ – Lösung

1. Lies den ersten Abschnitt, Seite 9–11. Notiere, was du in diesem Abschnitt gleich zu Anfang der Geschichte erfährst.

- Die Geschichte ist in der Ich-Form geschrieben.
- Die Ich-Erzählerin heißt Louise, sie ist 10 Jahre alt. In acht Tagen hat sie Geburtstag und wird 11 Jahre alt.
- Zu Louises Familie gehören ihre Mutter, ihr Vater, ihr Bruder Ruben, der 6 Jahre alt ist, und Janni, ein Freund der Familie.
- Louises Mutter ist gestorben, drei Monate bevor Louise die Geschichte erzählt.
- Louise glaubt, dass ihre Mutter jetzt ein Stern ist, der zu ihr herunterleuchtet.

2. Am Anfang der Krankheit versucht die Mutter, den Kindern nicht zu sagen, wie schwer ihre Krankheit ist. Aber Louise spürt, dass da etwas viel Ernsteres ist, als sie gesagt bekommt.

a) Welche Gründe könnte die Mutter haben, mit Louise nicht gleich über die Krankheit zu sprechen?

- Sie möchte nicht, dass die Kinder Angst bekommen.
- Sie muss selbst erst mal mit der Diagnose fertigwerden.
- Sie weiß selbst noch nicht, wie der Verlauf sich entwickelt.

b) Woran bemerkt Louise, dass etwas nicht stimmt? Suche Textstellen heraus, die das belegen.

- Das Verhalten der anderen verändert sich. „Angefangen hat das, als Mama krank geworden ist. Da haben fast alle Erwachsenen meistens nur noch ernst geguckt und geseufzt und so komisch leise geredet.“ (S. 13)
- Mutter und Vater verhalten sich anders als sonst. „Sie (Mama und Papa) haben sich so gut wie gar nicht mehr gestritten, und Papa ist meistens wieder um vier von der Arbeit nach Hause gekommen.“ (S. 18)
- Papa versucht, sie zu beruhigen: „Du musst keine Angst haben, Louise. Mama wird bestimmt wieder gesund.“ (S. 27) Doch Louise merkt, dass Papa Angst hat. Er wechselt das Thema, spricht laut und fröhlich, aber das ist künstlich. „Ich glaube, Papa hatte Tränen in den Augen, ...“ (S. 27f)

3. Louise ist ganz verwirrt, weil sie nicht weiß, was passiert. Was tut sie, um mehr zu erfahren?

- Sie stellt Fragen. Sie spricht ihren Vater an, weil sie sein Verhalten nicht versteht. „War Mama dir auch langweilig geworden? Und Ruben und ich auch?“ (S. 18)
- Sie sucht nach Informationen. „An dem Abend habe ich in meinem Kinderlexikon unter Krebs nachgeguckt. Aber da stand nur was über die Krebstiere. Kein Wort über Krankheit.“ (S. 24f)

Arbeitsblatt 1: „Der Knoten“ – Lösung Fortsetzung

4. Lies die Seiten 25–39, ab „Wir müssen jetzt mal richtig miteinander reden“. Wie reagiert Louise, als sie begreift, dass ihre Mutter Krebs hat?

a) An dem Tag, als ihre Mutter es ihr sagt:

- „Ich hatte ein ganz mieses Gefühl im Bauch.“ (S. 25)
- „Und dann musste ich schlucken, weil ich plötzlich einen Kloß im Hals hatte.“ (S. 26)
- „Es war eher, als ob auf einmal ein Feuerwerk in meinem Kopf explodierte, so grell und bunt, dass mir die Augen wehtaten.“ (S. 26)
- Sie spricht es aus: „Heißt das, dass du Krebst hast, Mama? ... Und heißt das, dass du sterben muszt?“ (S. 26)
- Sie will es nicht wahrhaben. „Aber Mama sieht überhaupt nicht krank aus!“ (S. 27) Eine Krankheit, die man nicht sieht, ist unheimlich, bedrohlich.

b) In der Zeit vor der Operation:

- „Wir redeten nicht mehr über den Krebs. Aber ich musste trotzdem immer daran denken.“ (S. 29)
 - Louise hat den Eindruck, dass alle sich normal verhalten, nur sie nicht. „Die Einzige, die irgendwie anders war, das war ich.“ (S. 29)
 - Louise kapselt sich ab, macht ihre Sorgen zu ihrem Geheimnis. Selbstschutz. „Plötzlich mochte ich Becky nicht erzählen, dass Mama Krebs hatte. Obwohl ich Becky sonst eigentlich alles erzähle.“ (S. 29) Sie übernimmt die Ausreden/Beschwichtigungen der anderen.
- S. 32–33 Szene im Eiscafé: zwischen Angst und Hoffnung (körperlich: zwischen Appetitlosigkeit und Heißhunger)

5. Was hilft ihr in dieser Zeit?

- Jannis Lustigkeit. Er macht Späße, das lenkt Louise von ihren Sorgen ab. Sie kann unbeschwert sein. (S. 30–32)
- Gespräche mit Janni. Janni geht auf Louise ein. Er ist ehrlich. „Und außerdem hatte Janni mich noch nie belogen.“ (S. 33) Er handelt situationsbezogen. Seine Fröhlichkeit ist keine Ablenkung, nicht unecht. Louise kann sagen: „Ich habe Angst um Mama.“ (S. 32) Auch Janni will Louise beruhigen, aber er ist offener als die anderen, er spricht realistisch über Hoffnung und Gefahr. (S. 33)
- Trost-Symbole, die Verbindung schaffen. Sie bedeuten: „Ich bin bei dir.“ Louise gibt der Mutter T-Shirts von ihr und Ruben mit ins Krankenhaus. (S. 35)
- Die Hoffnung, dass nach der Operation „alles wie früher“ (2x S. 37, S. 39) wird.

Arbeitsblatt 2: „Kraft für Mama“ – Lösung

1. Louise bekommt viel mit. Manches schnappt sie in Gesprächen auf, vieles spürt sie einfach. Sie ist so aufmerksam geworden, dass sie schnell merkt, wenn ihr jemand etwas Beruhigendes sagt, das aber nicht stimmt. Manchmal denkt sie sogar, es hat vielleicht etwas mit ihr zu tun.

Suche Textstellen, die das belegen.

- „... und ich habe mich schon ganz schlecht gefühlt, wenn ich mal im Garten gelacht habe und die Nachbarin über den Zaun zu mir rübergesehen hat.“ (S. 13)
- „War Mama dir auch langweilig geworden? Und Ruben und ich auch?“ (S. 18)
- Papa beschwichtigt: „Sie ist einfach müde.“ Louise: „Ruben war zufrieden mit der Antwort. Aber ich hatte das Gefühl, dass Papa nicht ganz ehrlich war.“ (S. 43)
- „Von außen betrachtet war alles wie früher, ... aber trotzdem – irgendwie lag eine gedrückte Stimmung in der Luft.“ (S. 44f)
- „Ich war sicher, dass ihr tatsächlich etwas fehlte. Und dass die Erwachsenen das auch alle wussten und nur vor uns Kindern so taten, als wäre alles in Ordnung.“ (S. 45)
- „Manchmal dachte ich sogar, dass Mama uns alle einfach leid war. Dass sie uns aus irgendeinem Grund nicht mehr so richtig lieb hatte. Ja, sogar das dachte ich manchmal. Obwohl ich es mir nicht vorstellen konnte. Bloß, wenn keiner so richtig mit einem redet, dann macht man sich eben die doofsten Gedanken.“ (S. 45)

2. Warum ist Louise wütend, als sie erfährt, dass der Krebs nicht vorbei ist?

- Sie meint, die anderen haben sie belogen. Sie fühlt sich ausgeschlossen. Sie will wissen, was passiert.
- Sie hat Angst um ihre Mutter. Sie fühlt sich hilflos.

3. Was nervt Louise am Verhalten anderer Leute?

- Die Lehrerinnen behandelt sie besonders vorsichtig. Louise empfindet es als „komisches Getue“: mitleidig angucken, sorgenvoll ansehen, mit einer ganz weichen Stimme, „als wenn ich krank wäre und nicht Mama.“ (S. 54f)
- Louise ist wütend, als sie mitbekommt, wie die Leute tuscheln. Sie findet sie heuchlerisch und feige. (S. 63f)

4. Was sagt Louises Mutter zum Tratsch der Leute?

- Es ist ihr „schnurzpieegal“. Sie lacht nur darüber. „Lass sie doch reden. Ist mir doch schnuppe.“ (S. 64)

Arbeitsblatt 2: „Kraft für Mama“ – Lösung Fortsetzung

5. Welche Hilfen bekommt Louises Mutter?

- Louise und Ruben helfen im Haushalt.
- Janni geht einkaufen und ist oft da.
- Oma und Opa kommen.
- Lachen: „Du weißt doch, Lachen ist gesund.“ (S. 67)
- Sie macht sich gute Gedanken. „Je mehr gute Gedanken ich mir mache, desto mehr hilft es.“ (S. 70)
- Ambulante Pflege (Krankenpfleger Manuel)
- Nadja und Beckys Mutter helfen, wenn es nötig ist.

6. Wie helfen die anderen Louise in dieser Zeit?

a) Ihre Mitschüler:

- Ihre Mitschüler gehen „normal“ mit ihr um. „... und darüber war ich echt froh. Schließlich wollte ich nicht auch noch in der Schule ständig daran erinnert werden, dass Mama krank war.“ (S. 55)

b) Janni:

- Janni nimmt sie ernst. „Wenn Janni da war, dann fühlte ich mich irgendwie besser. Ich glaube, das lag daran, weil Janni mir immer richtig antwortete, wenn ich ihn etwas fragte, im Gegensatz zu den anderen Erwachsenen.“ (S. 48) „Janni gab sogar zu, dass er sich auch große Sorgen machte.“ (S. 49) Janni erklärt Louise, was Krebs ist. (S. 49-51) Er sagt: „Je mehr man über etwas weiß, desto weniger Angst macht es einem.“ (S. 50) Louise erklärt Ruben, was Krebs ist. (S. 58f)

c) Louises Mutter:

- Louises Mutter spricht mit ihr. Sie erklärt ihr, so viel sie kann. Sie ist fröhlich und lacht viel.

d) Becky:

- Becky ist Louises Freundin, sie tröstet Louise.

e) Beckys Mutter:

- Beckys Mutter spricht mit Louise offen über die Angst. (S. 57)

Arbeitsblatt 3: „Mama stirbt nicht und basta!“ – Lösung

1. Warum stört es Louise, dass Nadja sich auf den Stuhl setzt, auf dem ihre Mutter immer saß?

- Louise hätte lieber, dass ihre Mutter dort sitzt. (S. 78)
- Der Stuhl ist „freigehalten“ für ihre Mutter. Wenn sich jemand daraufsetzt, ist es, als ob die Mutter nicht wiederkommt.

2. Bei ihrem Ausflug zum Wasserschloss Holstenburg spricht Louise mit Janni. Sie stellt „diese eine Frage, die mir schon seit einiger Zeit ständig im Kopf herumspukte“: „Glaubst du, Mama wird sterben, Janni?“ (S. 83) Warum tut es ihr gut, dass Janni sagt: „Es ist möglich, ja.“?

- Der Gedanke ist auch in ihrem Kopf. Sie kann jetzt darüber sprechen.
- Sie ist mit diesem Gedanken jetzt nicht mehr allein. Sprechen hilft gegen Angst.
- Zitat: „Alle redeten immer nur über das Gesundwerden. Keiner hatte je vom Sterben gesprochen. Dabei war es doch das, was mir am meisten Angst machte: dass Mama sterben könnte.“ (S. 84)

3. Wie begründet Janni, dass niemand offen über das Sterben spricht?

- Zitat: „Kein Mensch redet gerne über das Sterben. Die meisten Leute haben Angst, darüber zu reden, weil sie denken, dass sie es damit heraufbeschwören. Aber das glaube ich nicht. Ich denke, wenn es Zeit ist, sollte man darüber reden. Damit man sich darauf einstellen kann.“ (S. 84)

4. Wie begründet Louises Mutter, dass die anderen Leute Schwierigkeiten haben, mit jemandem umzugehen, der Krebs hat?

- „Weil die Leute Angst haben, dass sie selber Krebs kriegen könnten. Ein schwer kranker Mensch erinnert einen immer daran, dass man selber auch eines Tages sterben muss. ... Damit kommen die meisten Leute eben nicht klar. Das ist ein Tabu.“ (S. 106)

5. Was ist ein Tabu? Beschreibe es mit deinen eigenen Worten.

- Etwas, von dem alle wissen, das es da ist, aber niemand spricht darüber.
- Vorschriften, die alle einhalten, ohne Fragen zu stellen.
- Die Leute meinen, es bringt Unglück, es auszusprechen.
- Zitat: „Etwas, worüber man nicht redet ... das aber trotzdem alle wissen. Man darf bloß nicht sagen, dass man es kennt.“ (S. 106)

Arbeitsblatt 4: „Bessere Zeiten“ – Lösung

1. Was hat Louise vorher nicht gefallen und warum ist es jetzt besser?

- Ihre Mutter war wochenlang nicht da. // Jetzt ist sie wieder zu Hause.
- Louise fand es ungerecht, dass alle sich mehr um Ruben kümmerten als um sie. „Als ob nur Ruben es schwer hatte damit, dass Mama krank und ständig im Krankenhaus war!“ (S. 108) // Jetzt kann sie mit ihrer Mutter über alles reden.
- Die Beschwichtigungen und Ausreden haben Louise irritiert. // Jetzt ist die Situation klar. „Ich glaube, es hing damit zusammen, dass wir viel mehr über Mamas Kranksein redeten. Und dass keiner mehr so tat, als wäre eigentlich nichts Ernstes und Mama würde bestimmt bald wieder gesund.“ (S. 110)
- Vorher war ihr Vater meistens schlecht gelaunt und wirkte wütend. Er kapselte sich von den anderen ab. // Jetzt genießen alle, dass sie zusammen sein können. „Papa malte Sterne an unsere Wohnzimmerdecke. Vier Stück, um genau zu sein. Zwei kleine und zwei große.“ (S. 114)
- Louises Mutter fühlt sich wohl mit ihrer Familie und in der Selbsthilfegruppe.
- Alle helfen sich gegenseitig, auch Manuel, Janni, Nadja und Beckys Mutter helfen mit. Zusammen können sie auch lachen und fröhlich sein.

2. Alle in der Familie versuchen, trotz der Sorgen stark zu sein. Aber das zu schaffen, ist sehr anstrengend. Als die Mutter wieder ins Krankenhaus muss, ist die Angst wieder da. Wie zeigt sich das?

- Louise und ihr Vater haben keinen Appetit.
- Der Vater trinkt viel Bier.
- Ruben spricht nicht, als er hört, dass die Mutter im Krankenhaus ist.
- Ruben zerstört sein Lieblingsspielzeug.
- Louise will sich nicht trösten lassen. „Ich hatte alles so satt!“ (S. 127)

3. Warum ist es für Louise so wichtig, mit ihrer Mutter auf der Intensivstation zu sprechen?

- Sie hat mit ihrer Mutter einen „Pakt“ geschlossen, dass sie ihr sagen wird, wann es Zeit ist, Abschied zu nehmen (S. 89). Jetzt kann sie nicht mit ihr sprechen.
- Sie hat Angst, dass sie sich nicht mehr von ihr verabschieden kann.

4. Louise hat das Gefühl, dass die Krankenschwester Janni etwas mit den Augen mitteilte, was sie vor ihr nicht sagen wollte, doch Janni sagt: „Nein, das glaube ich nicht“, und schüttelt den Kopf. „Sie wollte bloß einfach nichts Falsches sagen.“ (S. 130) Stell dir die Situation vor und versuche zu beschreiben, was Louise durch den Kopf geht.

- Wenn Janni es nicht bemerkt hat, bilde ich es mir vielleicht nur ein. Ich weiß schon gar nicht mehr, was ich glauben soll. Überall sehe ich schlechte Zeichen.
- Vielleicht geht es Mama jetzt schon besser. Oder es ist schlimmer, und sie können auf der Intensivstation nichts mehr für sie tun („austherapiert“). Wird sie jetzt sterben? Ich habe solche Angst davor, dass Mama sagt: „Wir müssen uns jetzt verabschieden.“
- Ich bin sicher, dass ich mich nicht geirrt habe. Janni will mich nur trösten. Ich muss Mama fragen, wie es ihr geht. Sie wird mir ehrlich antworten.

Arbeitsblatt 5: „Abschied von Mama“ – Lösung

1. Louise hat nicht nur traurige, sondern auch schöne Erinnerungen an das letzte Weihnachtsfest mit ihrer Mutter. Welche sind es? Suche Textstellen heraus.

- „Dieses Weihnachten war fast so, als wäre es gar kein Weihnachten, sondern ein Fest zu Ehren von Mama.“ (S. 140) - Es kommt viel Besuch. (S. 138)
- „Mama grinste, und obwohl sie so abgemagert war, kaum Haare auf dem Kopf und ganz eingefallene Wangen hatte, fand ich sie immer noch wunderschön. Vor allem, wenn sie lachte.“ (S. 138)
- Der gemeinsame, alberne Ausflug „im Schnee“ mit dem Rollstuhl. „Und so kam es dann, ... „Diese ganze Angst wegzulachen, das tut so gut!“ Und das fanden wir alle.“ (S. 139)

2. Louises Oma sagt, es sei besser, wenn Louise nicht so oft ins Krankenhaus ginge. Doch Louise mag gerne bei ihrer Mutter sein. Welche Meinungen stehen dahinter?

a) Louises Oma

- Louises Oma meint, dass es eine schwere Last ist, bei einem Menschen zu sein, der todkrank ist. Sie meint, dass diese Belastung für ein Kind zu groß ist.

b) Louise

- Louise weiß längst, wie es um ihre Mutter steht. Sie möchte jetzt nur in ihrer Nähe sein. Sie fühlt sich ruhig und geborgen, wenn sie bei ihrer Mutter ist.

c) Welche Meinung hast du?

3. „Kummer gehört dazu, Prinzessin“, sagt Janni. Wie äußert sich der Kummer bei Louise?

- Zuerst kann sie nicht weinen, sie fühlt sich schwer, „wie ein Roboter“. (S. 151)
- Sie hat keine Angst mehr, sie ist sehr traurig.
- Als sie ausruhen kann (in der Kirche), kann sie weinen.
- Sie denkt, dass sie sich nie wieder auf etwas freuen können wird. (S. 156)

4. Was gibt ihr Trost?

- Ihre Mutter ist in Gedanken immer bei ihr. „Denn solange ich an sie denke, ist Mama in meinem Herzen und in meinen Gedanken. ... Mama bleibt für immer in meinem Herzen. Und das finde ich ganz schön beruhigend.“ (S. 155)
- Das Bild von dem Stern, so wie ihre Mutter es ihr gesagt hat: „Vielleicht werde ich ein Stern am Himmel und sehe zu euch hinunter. ... Und mich verlierst du ja nicht. Ich werde immer da sein. In deinem Herzen und in deinen Gedanken. Und am Himmel über dir leuchten.“ (S. 89) Louise weiß, dass Sterne Himmelskörper sind, aber das Bild tröstet sie. Durch den Stern kann sie Verbindung mit ihrer Mutter haben, eine konkrete Verbindung, die beantwortet wird (durch das Leuchten des Sternes), sie ist nicht allein. „Ich möchte gerne so lange aufbleiben, damit Mama auch dabei sein kann. Damit sie von oben auf uns runterleuchten kann.“ (S. 159)

Arbeitsblatt 6: Kannst du Gefühle erkennen? – Lösung

Auch wenn jemand nicht sagt, wie er/sie sich fühlt, kann man seine/ihre Gefühle oft am Verhalten ablesen. Hierzu muss man auf das Gesicht (Mimik) und die Bewegungen des Körpers (Gestik) achten.

1. Beschreibe: Wie sieht jemand aus, der

a) bedrückt ist?

- hängende Schultern
- langsame Bewegungen
- Blick gesenkt

b) erschrocken ist?

- Augen aufgerissen
- zurückweichen, Luft anhalten
- Abwehr mit den Händen

c) fröhlich ist?

- Lachen, Lächeln
- hüpfen, leicht sein
- offene Bewegungen

d) etwas ekelig findet?

- verzerrtes Gesicht, Nase rümpfen
- abwehrende Bewegungen
- sich winden, sich abwenden

e) verlegen ist?

- kann einen nicht ansehen
- tritt unsicher von einem Bein aufs andere
- wird rot
- zieht den Kopf zwischen die Schultern

2. Stelle in einer kurzen Pantomime vor der Gruppe eines dieser Gefühle dar. Nicht sprechen, nur dein Körper, dein Gesicht und dein Blick sprechen! Die Gruppe soll erraten, welches Gefühl du vorstellst. Versuche danach zu beschreiben, wie es sich angefühlt hat.

Arbeitsblatt 7: Unsichtbare Gefühle – Lösung

1. Es gibt auch Gefühle, die man dem anderen nicht unbedingt ansieht. Liebe, Wut oder Angst sind solche Gefühle. Sie sind tief im Innern auch dann anwesend, wenn man vielleicht gerade etwas ganz anderes tut.

a) Jemand, der Angst hat, sieht nicht immer sorgenvoll oder erschrocken aus. Er kann auch fröhlich sein und Spaß haben. Oder er gibt sich besonders cool. Trotzdem ist die Angst in seinem Inneren immer noch da. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Angst an?

- bedrohlich; unbehaglich
- Man fühlt sich unbeweglich, blockiert.
- Der ganze Körper ist angespannt.

b) Jemand, der traurig ist, muss nicht die ganze Zeit weinen. Ob jemand weint oder nicht, zeigt nicht an, wie tief die Trauer in seinem Innern ist. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Trauer an?

- dunkel, als ob etwas auf einen drückt
- Man fühlt sich schwer wie ein Stein.
- Man hat einen Kloß im Hals.

c) Ein Wutausbruch zeigt an, dass jemand wütend ist, aber der Grund für das Gefühl wird durch den Ausbruch nicht verschwinden. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Wut an?

- heiß; der Körper ist angespannt.
- Man möchte schreien. Man möchte auf etwas einschlagen.

d) Mancher Verliebte möchte nicht, dass alle anderen es sofort merken. Aber auch wenn er/sie sich cool gibt, sind die Gefühle immer noch da. Versuche zu beschreiben: Wie fühlt sich Liebe an?

- leicht, luftig, hell, glücklich
- Schmetterlinge im Bauch. Man möchte tanzen und singen.

2. Was kannst du tun, wenn du wissen möchtest, wie jemand sich wirklich fühlt, es aber nicht zeigt?

- Wenn man es genau wissen will, hilft manchmal nur nachfragen. Vgl. im Buch: „Janni sagt das jedes Mal: dass man die Leute selber fragen soll, wenn man wissen will, was sie denken und fühlen. Und ich finde eigentlich, dass er damit recht hat. Ich meine, jemand anders kann das ja wirklich nicht wissen, oder?“ (S. 99)

3. Gute Gefühle wie z. B. Liebe möchte man natürlich gerne behalten, aber schlechte Gefühle wie Wut oder Angst können zermürben und sogar krank machen. Es ist nicht immer leicht, schlechte Gefühle endgültig loszuwerden. Mache einige Vorschläge, was hilfreich sein könnte.

- in ein Kissen boxen, in einen Eimer brüllen, ein altes Telefonbuch zerreißen
- sich mit etwas Lustigem ablenken
- an einen Lieblingsort gehen
- sich ausweinen bei einem Freund/einer Freundin - mit jemandem reden, dem man vertraut

Arbeitsblatt 8: Mittel und Wege gegen die Angst – Lösung

Jeder Mensch kennt Situationen oder Zeiten, in denen er Angst hat. Man fühlt sich ganz klein und hilflos. Auch hinter der Sorge um einen anderen steckt die Angst, es könnte etwas Schlimmes passieren. Es wäre schön, wenn man den Grund für die Angst einfach wegzaubern könnte. Aber auch wenn man den Grund nicht ändern kann, gibt es Möglichkeiten, sich gegen die Angst zu helfen.

1. Welche Mittel haben die Personen in der Geschichte gegen ihre Angst?

a) Mama

- glaubt an die Kraft von guten Gedanken
- liest Fachbücher
- zündet eine Kerze an und meditiert
- Selbsthilfegruppe
- tröstende Bilder: „Vielleicht kommt etwas ganz, ganz Schönes danach. Vielleicht werde ich ein Stern am Himmel und sehe zu euch hinunter.“ (S. 89)

b) Louise

- stellt Fragen, sucht Informationen, will wissen, was los ist
- Gespräche mit Janni und mit ihrer Mutter
- zeigt ihre Gefühle (schreit, weint, lacht), spricht über ihre Angst
- „Es war das Gefühl, nicht allein zu sein mit meinen Sorgen.“ (S. 122)

c) Gemeinsam

- „Kraft-T-Shirts“ als Talisman, Verbindung
- etwas gemeinsam unternehmen
- sich in den Arm nehmen, kuscheln
- zusammenhalten
- lachen

2. Niemand kann gleichzeitig lachen und Angst haben. Deshalb ist es Louises Mutter so wichtig, dass Louise und sie gemeinsam lachen. Suche Stellen heraus, in denen sie das zu Louise sagt.

- „Es hilft mir viel mehr, wenn du fröhlich bist und lachst.“ (S. 80)
- In der Klinik: „Na, indem wir sie manchmal einfach weglachen. ... Schließlich können wir das ziemlich gut, oder nicht? Einfach weglachen, die Angst.“ (S. 90)
- Beim Ausflug mit dem Rollstuhl: „Tut das gut, so doll zu lachen! ... Diese ganze Angst wegzulachen, das tut so gut!“ (S. 139)

3. Welche Mittel und Methoden fallen dir noch ein? Unterstreiche die, die du selber anwendest.

- singen, tanzen, malen, musizieren, Musik hören, sich etwas Schönes erträumen
- sich mit anderen zusammen einen lustigen Film ansehen, joggen, kuscheln
- mit einem Freund/einer Freundin reden
- mit einem Erwachsenen reden, der sich auskennt

Arbeitsblatt 8: Mittel und Wege gegen die Angst – Lösung Fortsetzung

Bilder und Rituale

Wenn ein lieber Mensch gestorben ist, wird aus der Angst Trauer und Kummer. Man fühlt sich nur noch schwach und ganz „kümmerlich“. Es ist manchmal schwer, mit traurigen Gefühlen fertig zu werden. Es kann helfen, etwas zu tun, was symbolisch an das Gefühl erinnert. Solche Handlungen nennt man Rituale. Ein Ritual kann man öfter wiederholen, man kann es gemeinsam tun oder für sich allein. Es kann helfen, mit Gefühlen umzugehen, die man nicht versteht.

4. Kennst du religiöse Rituale, die mit Trauer und Tod zu tun haben?

- schwarze Kleidung, Kerzen anzünden, Gebete sprechen
- Ablauf der Trauerfeier, der Beerdigung
- Grabgestaltung, Besuch auf dem Friedhof.

Hier ergibt sich die Möglichkeit, über die verschiedenen Rituale in anderen Kulturen zu sprechen. Schüler/innen, die andere Trauerriten kennen, können darüber berichten. Es kann ein gemeinsamer Friedhofsbesuch unternommen werden, auch zu Beerdigungsstätten anderer Religionen.

6. In Ritualen werden innere Vorstellungen in Bildern und bildlichen Handlungen ausgedrückt. Sie sind eine tröstende Verbindung mit dem Verstorbenen und auch mit denen, die zusammen trauern. Welche Bilder haben Louise und ihre Familie als Erinnerung und Verbindung mit der Mutter?

- Sterne an der Wohnzimmerdecke. „Die Sterne sind übrigens immer noch da an unserer Wohnzimmerdecke. Und manchmal, wenn Ruben, Papa und ich Mama wieder ganz besonders vermissen, dann setzen wir uns alle drei ganz dicht zusammengekuschelt aufs Sofa und gucken an die Decke und sehen uns die Sterne an. Und dann ist es immer ein bisschen so wie früher, als Mama noch da war.“ (S. 114)
- Der Stern namens Mama. „Und deshalb ist sie auch nicht ganz fort, versteht ihr? Mama ist für immer da oben und leuchtet zu uns herunter. Und eines Tages, wenn wir sterben, dann werden wir selber zu Sternen und leuchten den anderen Menschen.“ (S. 11)

7. Welche ganz persönlichen Rituale kannst du dir vorstellen?

- eine Kerze anzünden
- Fotos anschauen
- einen Gegenstand aufbewahren, der an den anderen erinnert
- an einen Ort gehen, der an den anderen erinnert
- jeden Tag zu einer bestimmten Zeit (z. B. abends vor dem Schlafengehen) an den anderen denken und etwas Gutes wünschen

Arbeitsblatt 9: Verlauf der Krankheit – Lösung

In dieses Schema kannst du Stichworte eintragen, die die Krebserkrankung von Louises Mutter betreffen, aber auch, was mit der Familie geschieht.

	zu Hause	Arztbesuche / Krankenhaus
		Untersuchung Arzt
	Müdigkeit	Knoten in der Brust entdeckt
	Beunruhigung	
Sommerferien	Gesicht geschwollen	Medikament Cortison
	Beunruhigung	
	Optimismus	
	Krankheit vergessen	
Dezember	Müdigkeit	
Weihnachten	gedrückte Stimmung	
		Metastasen in der Achselhöhle
		2 Operationen
	Sorgen	5 Wochen Krankenhaus, Chemoth.
		Haarausfall
	neue Haare „Kringellöckchen“	
	schöne Zeit	
	Müdigkeit	
Ostern	Sorgen, Abwarten	

Arbeitsblatt 9: Verlauf der Krankheit / Fortsetzung – Lösung

	zu Hause	Arztbesuche / Krankenhaus
Louise wird 10	Sorgen	
	Papa hackt Holz	Metastasen in der Lunge
	ambulante Pflege	6 Wochen ambulante Chemoth.
	Krankheit wird „normal“	
	Gewichtsverlust	Haarausfall
	Müdigkeit	
Sommerferien		Krebsklinik in Hamburg
		„Pakt“ zwischen Louise u. Mama
	Mama auf eigenen Wunsch n. Hause	
	dünn, appetitlos	
	die Müdigkeit geht nicht mehr weg	
	der Husten wird schlimmer	
	Hoffnung trotz allem	
	schöne Zeit, Lachen, viele Helfer	
	alle am Ende ihrer Kräfte	Intensivstation
Weihnachten	letztes gemeins. Weihnachten	
	„Fest zu Ehren von Mama“	
		starke Medikam. gegen Schmerzen
Februar		Abschied
Louise wird 11		

Christine Hagemann ist 1957 geboren. Sie hat die Fächer Theologie, Philosophie und Pädagogik mit dem Schwerpunkt Pädagogische Psychologie für das Lehramt in Münster studiert. Sie arbeitet heute als Erwachsenenbildungsreferentin.

© Verlag Friedrich Oetinger GmbH, Hamburg 2010

Alle Rechte vorbehalten

Materialien für den Unterricht

Erarbeitet von Christine Hagemann nach dem Buch „Ein Stern namens Mama“

von Karen-Susan Fessel

Covergestaltung: Kerstin Schürmann

Reihen- und Innengestaltung: Behrend & Buchholz, Hamburg

www.oetinger.de

www.vgo-schule.de