

Literatur, Medien und Links zu den Themen Sterben, Tod und Trauer für Erwachsene, Kinder und Jugendliche

Literatur zu Sterben und Tod für Erwachsene

Über das Sterben: Was wir wissen. Was wir tun können. Wie wir uns darauf einstellen.
"Hauptziel des Buches ist es, den Menschen die Angst vor dem Sterben, vor allem die Angst vor einem qualvollen Sterben, ein Stück weit zu nehmen..."

Autor: Gian Domenico Borasio

Verlag: C. H. Beck, München 2011

Wir nehmen jetzt Abschied – Kinder und Jugendliche begegnen Sterben und Tod

Orientierungshilfen zur Begleitung von Kindern und Jugendlichen in der Begegnung von Tod und Trauer.

Autor: Monika Specht-Tomann & Doris Tropper

Verlag: Patmos Verlag, 2000

Den Sterbenden beistehen. Ein Wegweiser für die Lebenden

Die Begleitung Sterbender braucht Vorbereitung und Einübung. Der Leser wird in diesem Buch eindringlich erst auf sich selbst, auf seine eigene Sterblichkeit und auf seine Fähigkeiten zur Hilfe im Sterben hingewiesen.

Autor: Franco Rest

Verlag: Wiesbaden, 1998

Leben gestalten bis zuletzt

Ein Ratgeber zur kreativen und einfühlsamen Begleitung sterbender Menschen.

Autor: Carola Otterstedt

Verlag: Herder, 1999

Dem Sterben Leben geben

Die Begleitung sterbender und trauernder Menschen als spiritueller Weg.

Autor: Monika Müller & Matthias Schnegg

Verlag: Gütersloher Verlagshaus, 2004

Wie man unsterblich wird (Roman)

"Ich heiße Sam. Ich bin elf Jahre alt. Ich sammle Geschichten und interessante Tatsachen. Ich habe Leukämie. Wenn du das hier liest, bin ich vermutlich tot." Sam lässt uns leichtherzig an seinem Leben teilhaben, das von einer schweren Krankheit überschattet ist. Ein Buch voller Lebensfreude im Angesicht des Todes.

Autor: Sally Nicholls

Verlag: Hanser, 2008

Über das Sterben: Was wir wissen. Was wir tun können. Wie wir uns darauf einstellen.
"Hauptziel des Buches ist es, den Menschen die Angst vor dem Sterben, vor allem die Angst vor einem qualvollen Sterben, ein Stück weit zu nehmen..."

Autor: Gian Domenico Borasio

Verlag: C. H. Beck, München 2011

Literatur zur Trauer bei Erwachsenen

Trauernde begleiten. Eine Orientierungshilfe

Wie kann man Trauernde begleiten, wie sie unterstützen? Zum Beispiel, als Freund, als Nachbar, als beruflich Betroffener? Das sind zentrale Anliegen in diesem Buch. Die Autorin klärt in anschaulicher Form wesentliche Fragen zum Thema Trauer.

Autorin: Stephanie Witt-Loers

Verlag: Vandenhoeck & Ruprecht, 2010

Sexualität in Zeiten der Trauer

Das Thema Sexualität wird in Zeiten der Trauer von Begleitern häufig nicht bedacht, von Trauernden aus Scham nicht benannt. Der Autor gibt in diesem Buch hilfreiche Hinweise zum Umgang mit diesem verschwiegenen Thema.

Autor: Dr. Traugott Roser, Prof. für praktische Theologie

Verlag: Vandenhoeck & Ruprecht, 2014

Für immer anders

Das Hausbuch für Familien in Zeiten der Trauer und des Abschieds

Dieses Buch zeigt Möglichkeiten, wie Eltern ihre Kinder und Kinder ihre Eltern in ihrer je eigenen Trauer verstehen können. Einfühlsam und ideenreich macht die Autorin Mut, die Trauer und Erinnerung gemeinsam zu gestalten.

Autor: Mechthild Schroeter-Rupieper

Verlag: Schwabenverlag, 2009

Meine Trauer wird dich finden

Ein Vater sucht nach dem Unfalltod seines 16-jährigen Sohnes nach Wegen mit seiner Trauer zu leben.

Autor: Roland Kachler

Verlag: Kreuz Verlag, 2004

Gute Hoffnung, jähes Ende

Ein Begleitbuch für Eltern, die ihr Baby verlieren und alle, die sie unterstützen wollen.

Autor: Hannah Lothrop

Verlag: Kösel 1996

Wie kann ich mit meiner Trauer leben

Die Trauerbegleiterin Chris Paul ermutigt Menschen, sich Raum und Zeit für ihre Gefühle nach dem Tod eines vertrauten Menschen zu nehmen. Ein einfühlsames und ermutigendes Buch für Trauernde.

Autor: Chris Paul

Verlag: Gütersloher Verlagshaus, 4. Auflage 2001

Warum hast du uns das angetan

Schwierigkeiten und Chancen des Trauerns nach einem Suizid - Hilfestellungen für den Weg in ein »Leben danach« - Ein Ratgeber für Hinterbliebene von Suizid-Opfern.

Autor: Chris Paul

Verlag: Gütersloher Verlagshaus, 2008 (Neuaufgabe)

Mit der Trauer leben

Dieses Buch stellt 28 unterschiedliche Personen vor, die darüber berichten, was sie in ihrer Trauer um einen geliebten Menschen belastet und was ihnen geholfen hat.

Autor: Herbert Scheuring

Verlag: Echter, 2007

Kein Abend mehr zu zweit

Der Bericht einer Betroffenen, die ihren Mann verliert. Offen spricht sie in diesem Buch über die schwere Zeit nach seinem Tod, über die hilflosen Reaktionen von Freunden und Bekannten und über ihre tiefe und schmerzvolle Einsamkeit.

Autor: Uta Schlegel-Holzmann

Verlag: Gütersloher Verlagshaus, 2004

Literatur über Geschwisterbeziehungen

Ich mag dich - du nervst mich

Die Rolle von Geschwistern in der Entwicklung eines Menschen wird oft unterschätzt. Der Psychologe Jürg Frick beleuchtet dieses spannende Thema von verschiedenen Seiten.

Autor: Jürg Frick

Verlag hogrefe Verlagsgruppe AG, 2023. 5. Auflage

Geschwister. Die längste Beziehung des Lebens.

Geschwister prägen unser Leben viel mehr, als uns bewusst ist. Welche Facetten unseres Ichs wir kultivieren, wie wir uns in der Gesellschaft positionieren, welche Partner uns gefallen – unsere gesamte Identität hängt auch mit unseren Geschwistern zusammen.

Autorin: Susann Sitzler

Verlag: Klett-Cotta. 2017. 7. Druckauflage 2025.

Links zu Trauerbegleitungsangeboten für Erwachsene

Trauerbegleitung - Angebote des Erzbistums Bamberg

www.trauerbegleitung.erzbistum-bamberg.de

Trauernetz - Ein Angebot der evangelischen Kirche

www.trauernetz.de

Informationen zum Thema Trauer

www.gute-trauer.de

Verwaiste Eltern Bundesverband

www.veid.de

Angehörige nach Suizid

www.agus-selbsthilfe.de

Bestattungskultur

www.aeternitas.de

Online-Plattform für Abschieds- und Erinnerungskultur
www.gedenkenswert.de

Onlinemagazin für heilsames Trauern
www.trauer-now.de

Moderne Trauerseite - reich bebildert
www.gedenkenswert.de/

Trauer-Radio (Radio zum Thema Trauer und Krisen)
www.trauer-radio.de

Oskar - Sorgentelefon
www.oskar-sorgentelefon.de/informationen

Links zu Trauerbegleitungsangeboten für Kinder und Jugendliche

Website für trauernde Jugendliche
www.allesistanders.de

Einzelberatung, ein Forum und einen Chat für Jugendliche bietet
www.youngwings.de

Familienbande
www.stiftung-familienbande.de

Hilfen für Kinder und Jugendliche während Corona
www.corona-und-du.info

Literatur zur Trauer bei Kindern und Jugendlichen

Bilderbücher

"Kommt Papa gleich wieder?" *(ab 4 Jahre)*

Eine wahre Geschichte. Alex ist gerade einmal 3 Jahre, als sein Vater stirbt. Seine Mutter Elke erzählt in diesem Buch in Alex' Worten, was geschehen ist und was geholfen hat. Ein wunderbares und ganz besonderes Buch.

"Wo die Toten zu Hause sind" von Christine Hubka und Nina Hammerle *(ab 4 Jahre)*

Wohin gehen die Toten? Was passiert nach dem Sterben? Dieses Buch erzählt von Gottes Verheißungen und was Jesus über das Leben nach dem Tod und unsere Zukunft bei Gott berichtet hat.

"Geht Sterben wieder vorbei?" von Mechthild Schröter-Rupier und Imke Sonnichsen *(ab 5 Jahren)*

Der Opa von Marlene und Paul stirbt. Die beiden sind sehr traurig und können es einfach nicht begreifen. Eingebettet in eine schöne kleine Familiengeschichte werden viele Fragen

rund um das Sterben und den Tod kindgerecht beantwortet. (Mit Erklärungen für Eltern zu Kinderfragen).

"Die besten Beerdigungen der Welt" von Ulf Nilsson und Eva Eriksson (ab 5 Jahre)

Zählt zu den schönsten Kinderbüchern, die sich mit Tod und Sterben auseinandersetzen - eine herrlich unsentimentale Kindergeschichte über einen ereignisreichen Sommertag.

"Gehört das so? Die Geschichte von Elvis" von Peter Schössow (ab 5 Jahre)

Niemand weiß, warum die Kleine mit der großen Handtasche wildfremde Leute anpflaumt - bis sich endlich jemand zu fragen traut. Sie ist traurig, weil Elvis tot ist. Nicht der Elvis, sondern ihr Kanarienvogel, der jetzt endlich ein feierliches Begräbnis bekommt. Ein Trostbuch für Kinder und ein wunderbares Bilderbuch voller Poesie.

"Warum, lieber Tod" von Glenn Ringtved und Charlotte Pardi (ab 6 Jahren)

Vier Kinder sorgen sich um die Großmutter. Gerade ist der Tod gekommen, um sie zu holen. Sie bieten ihm Kaffee an, um Zeit zu gewinnen. Er erzählt ihnen eine Geschichte und die vier lernen, dass es schmerzhaft ist, wenn jemand stirbt, dass aber auch der Tod zum Leben gehört. Das Lieblingsbuch vieler Kinder, Eltern greifen weniger danach, weil hier der Tod ein Gesicht bekommt.

"Komm, wir gehen den Opa gießen" von Verena Liebig und Elena Buono (ab 6 Jahre)

Mia ist ein echter Wirbelwind, der Farbe ins Leben bringt. Bis die Welt eines Tages grau wird. Opa ist gestorben. Das Grau der Traurigkeit will gar nicht mehr weichen aus Mias Herz. Doch dann haben Oma und Mia eine Idee ... Ein wunderbares Buch, das durch die liebevollen Bilder und den hoffnungsvollen Text Kindern Mut machen will.

"Pelle und die Geschichte mit Mia" von Kari Vinje und Vivian Zahl Olsen (ab 8 Jahren)

Pelles kleine Schwester Mia stirbt am plötzlichen Kindstod. Einfühlsam und wunderschön illustriert erzählt die Geschichte von Pelles Trauer und von den Menschen, die ihm helfen.

Kinder- und Jugendbücher

"Knitzsche und der Tod - Alles über die normalste Sache der Welt" (ab 6 Jahre)

Fast so unendlich, wie die Unendlichkeit sind die Gedanken, die man sich rund um den Tod machen kann. Ein Berg an Fakten, Gefühlen, Mythen, Möglichkeiten und Unglaublichem, Wie um Himmels willen soll das alles in so ein Buch passen? Muss es gar nicht. Was hier drin steht, soll für dich nur einen Strahl Licht ins Dunkel bringen, den Schleier lüften oder dem Tod unter den Rock schauen. Vielleicht hilft es dir sogar in einem Moment, in dem dich der Tod hilflos macht.

"Der Dougy-Brief" von Elisabeth Kübler-Ross (ab 8 Jahre)

Diesen Brief an den neunjährigen Dougy, für den es keine Hoffnung auf Überleben mehr gab, verfasste Elisabeth, nachdem er ihr geschrieben und ihr folgende Fragen gestellt hatte: Was ist Leben? ... Was ist Tod? ... Und warum müssen Kinder sterben? Illustriert mit Buntstiften von Elisabeth Kübler-Ross selbst.

"Weil du mir so fehlst" von Ayse Bosse und Andreas Klammt (*Erinnerungsbuch*)

Jedes Kind darf traurig sein. Kinder sind traurig, wenn ihnen etwas verloren geht, wenn etwas zu Ende geht, wenn ein lieber Freund oder Verwandter plötzlich nicht mehr da ist. Aber manchmal sind Trauer und Verlust zu groß, um gut bewältigt zu werden. Mit diesem Buch lernen Kinder, besser mit Traurigkeit umzugehen. Und Erwachsene lernen, besser mit der Traurigkeit der Kinder umzugehen. Und schließlich wird auch gemeinsam wieder gelacht. Ein ganz neues Buchkonzept, das in seiner Klarheit beeindruckt und mit seiner Poesie berührt.

"Ich denke an dich" (Erinnerungsbuch zum Selbstgestalten)

Ein wundervoll illustriertes Erinnerungsbuch für Kinder im Alter von 4 bis 12 Jahren. Das Buch ermöglicht es ihnen, selbst eine greifbare Erinnerung an einen geliebten verstorbenen Menschen zu schaffen - an Opa oder Oma, Vater oder Mutter, Bruder oder Schwester, Freunde oder andere Personen. Kinder verarbeiten den Tod auf andere Weise als Erwachsene. Indem sie in das Buch schreiben, malen und Bilder einkleben, schaffen sie sich eine bleibende Erinnerung an den geliebten Menschen, den sie verloren haben. Was bleibt, ist ein schönes, persönliches Erinnerungsbuch an den verstorbenen geliebten Verwandten oder Freund.

"Bevor ich sterbe" von Jenny Downham

Tessa wird sterben. Auf einer Liste notiert sie zehn Dinge, die sie noch tun will, bevor sie stirbt.

Literatur zur Trauer von Jugendlichen und Geschwisterkindern

„Mein WEG ist MEIN Weg“. Ein Trauerbuch von Jugendlichen für Jugendliche

Aus der Kinder- und Jugendtrauergruppe des Hospiverein Bamberg heraus entstand die Idee, Gefühlen, die sich in der Trauer ausdrücken, eine Gestalt zu verleihen. Zunächst wurde dies mit den Jugendlichen in Form von Improtheater spielerisch erarbeitet. In Zusammenarbeit mit Heike Eva Schmidt (der zauberhafte Eisladen, Rosenheim Cops etc.), die sich um die Ausarbeitung der Texte kümmerte, sowie Elke Völkl, die von den Jugendlichen angeleitet wurde, deren Ideen in Illustrationen umzuwandeln, ist nun ein fabelhaftes Buch entstanden.

78 Seiten im Hardcover für 20,- € im [Hospizbüro](#) erhältlich oder per [Mail](#) zuzüglich Versandkosten.

"Es sind die Wolken, die die Sterne bewegen" von Torun Lian (*ab 8 Jahre*)

Marias kleiner Bruder Pilten ist gestorben und plötzlich ist nichts mehr, wie es war. Für Geschwisterkinder. Für Eltern geeignet, wenn "die Worte fehlen".

"Gänseblümchen für Christine" von Solfried Rück

Die 11 jährige Anne erzählt vom Leben mit ihrer schwerstbehinderten Schwester Christine, von guten und schlechten Zeiten und vom Tod der kleinen Schwester. Man erfährt von ihren Gefühlen - von Wut und Konflikten, die Familien oft auch eine Rolle spielen.

"Wie man unsterblich wird" von Sally Nicholls (*ab 11 Jahre*)

Eine Geschichte des Sterbens, die voller Lebensfreude ist. Sam ist elf Jahre alt, er sammelt Geschichten und interessante Tatsachen. Er ist an Leukämie erkrankt und wird sterben. Aus dieser Buchvorlage wurde ein preisgekrönter Film (2008).

Bücher zu Geschwisterbeziehungen für Erwachsene

Ich mag dich - du nervst mich

Die Rolle von Geschwistern in der Entwicklung eines Menschen wird oft unterschätzt. Der Psychologe Jürg Frick beleuchtet dieses spannende Thema von verschiedenen Seiten.

Autor: Jürg Frick

Verlag hogrefe Verlagsgruppe AG, 2023. 5. Auflage

Geschwister. Die längste Beziehung des Lebens.

Geschwister prägen unser Leben viel mehr, als uns bewusst ist. Welche Facetten unseres Ichs wir kultivieren, wie wir uns in der Gesellschaft positionieren, welche Partner uns gefallen – unsere gesamte Identität hängt auch mit unseren Geschwistern zusammen.

Autorin: Susann Sitzler

Verlag: Klett-Cotta. 2017. 7. Druckauflage 2025.

DVDs für Kinder und Jugendliche

"Willi wills wissen! Wie ist das mit dem Tod?" (FSK ab 6 Jahre)

Willi trifft Menschen, die mit dem Tod zu tun haben (z. B. Bestatter, Begleiter).

"Abschied von der Hülle" aus der Sendung mit der Maus (ohne Altersbeschränkung)

"Die Brüder Löwenherz" (FSK ab 6 Jahre)

"Löwenzahn - Leben und Sterben, das alte Rätsel" (ohne Altersbeschränkung)

DVDs für Erwachsene

"Marias letzte Reise" (ohne Altersbeschränkung)

Die 71 jährige Maria will raus aus dem Krankenhaus und zurück in ihre geliebte Umgebung am Staffelsee in Oberbayern. Auf ihrem Hof möchte sie die letzten Tage ihres Lebens verbringen . Mit Monica Bleibtreu und Michael Fitz.

"Nokan - Die Kunst des Ausklangs" (FSK 12 Jahre)

Ein meisterhaft musikdurchwehtes Melodram über die Macht der Liebe, die Kraft der Familie und die Kunst des Abschiednehmens.

"Oskar und die Dame in Rosa" (FSK 6 Jahre)

Verfilmung des Buches von Eric Emmanuel Schmitt, Prädikat besonders wertvoll.

Filmempfehlungen für Familienbegleiter*innen

"Menschen hautnah - Hirschhausen im Hospiz"

in der Mediathek der ARD noch bis 2025 verfügbar.

"Wie schön, dass du geboren bist - ein Film über Kinderhospizarbeit"

Erhältlich über das Medienprojekt Wuppertal

Netzfund - "Knietsche"

Knietsche ist der kleinste Philosoph der Welt. Sein Name beschreibt das Geräusch, wenn er mit seinen offenen Turnschuhen durch den Raum läuft. Eine seiner Lieblingsbeschäftigungen ist Nachdenken, aber er kann auch toll erklären.

Die Form des Animationsfilms passt perfekt zum Philosophieren mit Kindern: Man kann die Beschränkungen der Realität beiseite lassen, verrückte Vergleiche ziehen und kühne Gedankenexperimente spinnen. Glück, Tod, Gerechtigkeit oder Gut und Böse - seine Überlegungen zu den großen Fragen des Lebens geben Anlass zum Schmunzeln, Nachdenken und Diskutieren.

- Knietsche und der Tod Teil 1- was kommt das geht.
- Knietsche und der Tod Teil 2 - die letzte Reise.
- Knietsche und der Tod Teil 3 - Schluss, aus, vorbei.
- Knietsche und die Angst.
- Knietsche und der Mut.
- Knietsche und die Hoffnung.
- Knietsche und die Wut.
- Knietsche und die Freundschaft.
- Knietsche und das Glück - das kleine Glück (1/3).
- Knietsche und das Glück - das große Glück (2/3).
- Knietsche und das Glück- das geteilte Glück (3/3).
- Knietsche und die Geduld.