

## **„Krieg in der Ukraine. Wie man Kindern die Situation erklärt“**

Empfehlungen der Diplom-Psychologin Elisabeth Raffau

### **1. Wie nehmen Kinder Kriegssituationen wahr?**

- Unterschiedlich
- Manche Kinder bekommen das nicht so mit, anderen Kindern macht es sehr viel Angst, weil sie schlimme Dinge sehen/hören und spüren, dass die Erwachsenen schockiert und unsicher sind
- Gefühle des Schocks, Wut, Trauer und Unsicherheit, überträgt sich schnell auf Kinder – das heißt die Kinder merken, dass etwas nicht stimmt. Und Kinder wollen dann wissen, was los ist.

### **2. Wie sollten Eltern auf die Fragen der Kinder bzgl. des Kriegs reagieren?**

- Wenn Kinder etwas spüren und dann nachfragen, brauchen sie auch Antworten – einfache und ehrliche Antworten
- Es bringt nichts, wenn Kinder spüren das etwas nicht stimmt und die Erwachsenen sagen alles ist nicht so schlimm. Kinder können das dann nicht einordnen und sind noch mehr verunsichert.
- Deshalb braucht es ehrliche Antworten – je nach Alter eher einfach (Kindergarten) oder dann auch ausführlicher (Schulalter)

### **3. Sollte man beschwichtigen? Sollte man Kinder von Nachrichten fernhalten?**

- Nein, das ist nicht gut. Ihr Gefühl sagt ihnen ja, dass etwas nicht stimmt und die Kinder wissen ihre Eltern auch gut einzuschätzen und merken, wenn uns etwas umtreibt
- Ein Fernhalten von Nachrichten gelingt auf lange Sicht meist sowieso nicht. Bei kleinen Kindern ist es gut dafür zu sorgen, dass in ihrem Beisein nicht die Tagesschau läuft und sie schlimme Bilder sehen.
- Spätestens ab dem Kindergarten und der Grundschule bekommen die Kinder die Nachrichten aber auf anderen Wegen mit (Radio läuft im Auto; sie hören beiläufige Gespräch von Eltern/Erwachsenen mit usw.), damit müssen Sie als Eltern rechnen. Deswegen braucht es eine aufmerksame Begleitung der Kinder und eine Offenheit für die Fragen der Kinder.
- Sie müssen kleine Kindern keine Informationen aufdrängen. Kinder komplett von dem abzuschirmen, was in der Welt passiert, ist in unserer heutigen Zeit aber nicht mehr möglich und da ist es besser, sie aufzufangen mit ihren Fragen und Ängsten und Sorgen und sie nicht damit alleine zu lassen, aus Furcht mit Ihnen über Krieg zu sprechen.
- Beobachten Sie Ihr Kind, ob es z.B. unruhig ist und fragen Sie es: „Wie geht es Dir? Was hast Du mitbekommen? Was möchtest Du wissen?“
- Ihr Kind braucht Sie als Ansprechpartner und als Begleitung, gerade wenn es merkt hier passiert etwas, was den Menschen Angst macht.

### **4. Ist es eine Lösung, zusammen Nachrichten zu gucken?**

- Für Kinder, die bereits auf weiterführende Schulen gehen, ist das eine gute Idee. Mit ihnen kann zusammen die Tagesschau gucken und das Gesehene als Erwachsene auffangen und besprechen.

- Für jüngere Kinder im Vorschul- und Schulalter sind Kindernachrichten (Logo u.a.) eine Idee. Dort wird alles Kind gerecht erklärt. Hier können sich Eltern auch Ideen holen, wenn ihre Kinder im Kindergartenalter anfangen, Fragen zu stellen. Wichtig ist in jedem Fall, ein offenes Ohr zu haben und so ehrlich wie möglich zu antworten (natürlich Kind gerecht).

#### 5. **Wie erklärt man Kindern was Krieg ist?**

- Man muss den Kinder erklären, was da passiert:
- Das sind Menschen, die wollen ihre Macht und ihr Land vergrößern. Die haben auf Befehl ihres Präsidenten ein anderes Land besetzt. Und sie nehmen sich das, was eigentlich anderen gehört, mit Gewalt.
- Leider sterben dabei auch Menschen.

#### 6. **Dürfen Kinder wissen/sollte man ihnen zeigen, dass man selbst beunruhigt ist?**

- Als Eltern gegenüber seinen Kindern etwas zu verstecken, bringt meist nichts. Die Kinder kennen ihre Eltern viel zu gut und spüren, wenn man in Unruhe ist.
- Allerdings ist es gut, wenn man als Elternteil nicht in Panik verfällt bzw. das nur mit anderen Erwachsenen bespricht. Es soll sich keine elterliche Angst auf die Kinder übertragen.

#### Quellen Handout:

„Über Terror und Gewalt mit Kita-Kindern sprechen (Raffau, 2018); Interview WDR – Krieg in der Ukraine (01.03.2022; [www.1wdr.de/nachrichten/krieg-russland-ukraine-kinder-eltern-interview-100.amp](http://www.1wdr.de/nachrichten/krieg-russland-ukraine-kinder-eltern-interview-100.amp))

#### Weitere Hilfestellungen, empfohlen vom bayerischen Staatsministerium:

- Bayerischer Erziehungsratgeber  
Mit Kindern über schlimme Nachrichten sprechen  
<https://www.baer.bayern.de/erziehung-medien/tipps/schlimme-nachrichten/>
- Infoangebot Webhelm  
Kinder- und jugendgerechte Berichterstattung über die aktuelle Krisensituation  
<https://webhelm.de/krieg-in-der-ukraine/>
- Bayerischer Rundfunk, 25.02.2022:  
Unterstützung für Eltern: Wie mit Kindern über Krieg sprechen?  
<https://www.br.de/nachrichten/bayern/unterstuetzung-fuer-eltern-wie-mit-kindern-ueber-krieg-sprechen,SyLwJRc>
- FLIMMO, Eltern-Programmberatung, 25.02.2022  
Medienerziehung, Krieg in Europa  
<https://www.flimmo.de/redtext/101380/Krieg-in-Europa>
- KiKa – Kinderkanal ARD/ZDF, 27.02.2022  
Wenn Nachrichten Angst machen – Mit Kindern über Krieg sprechen  
<https://www.kika.de/erwachsene/aktuelles/mit-kindern-ueber-krieg-in-ukraine-sprechen-100.html>
- Service-Stelle Kinder- und Jugendschutz, 25.02.2022  
Mit Kindern und Jugendlichen über Krieg reden? Eine Information für Familien und Fachkräfte  
<https://www.servicestelle-jugendschutz.de/2022/02/mit-kindern-und-jugendlichen-ueber-krieg-reden/>
- Jfc Medienzentrum e.V., Köln, 24.02.2022  
Wie kann ich mit Kindern über die schlimmen Nachrichten aus der Ukraine sprechen?  
<https://www.jfc.info/wie-kann-ich-mit-kindern-ueber-die-schlimmen-nachrichten-aus-der-ukraine-sprechen/>