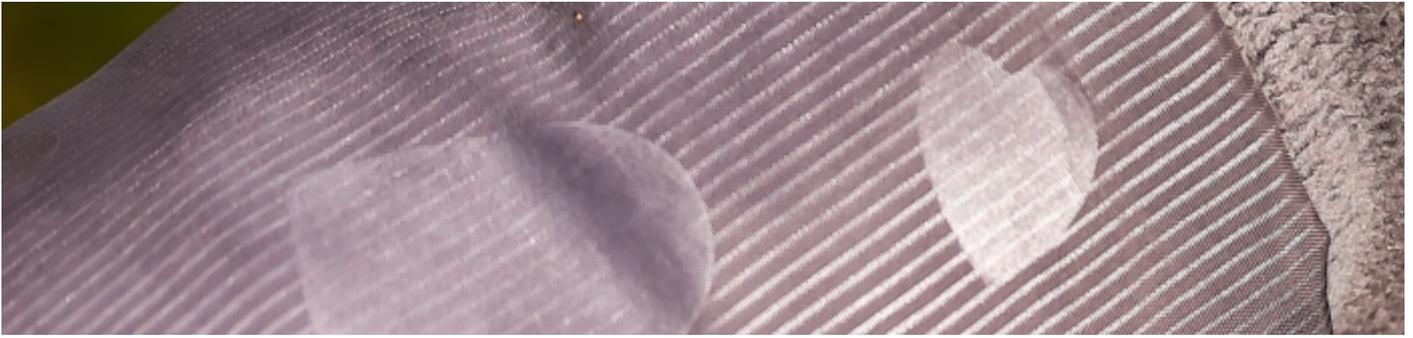


Mit Kindern über Krieg sprechen

Von Bernhard Wehres

28. Februar 2022, 12:40





Kriegsbilder im Internet und im Fernsehen, Gespräche unter Erwachsenen, Sorgen der Eltern – das bekommen auch Kinder mit. Hier gibt es Tipps, wie Erwachsene mit Kindern darüber sprechen können.

Mit Kindern über Krieg sprechen: 6 Tipps

1. **Wo steht mein Kind und was weiß es schon?** Hat es etwas mitgekriegt, wurde in der Schule darüber gesprochen? Aktiv fragen: „*Möchtest du etwas darüber wissen?*“ Kindern sollten keine Informationen aufgedrängt werden, aber es sollte auch nicht alles Schlechte von ihnen ferngehalten werden.
2. **Die Lage nicht verharmlosen.** Es ist ein natürlicher Reflex, aus Fürsorge Dinge schönzureden, sollte aber vermieden werden. Ein Mittelweg ist, die Distanz zur Krisensituation zu betonen, also „*Du musst dir gerade keine Sorgen machen, das ist ganz weit weg.*“
3. **Sagen, was Sache ist.** Kinder spüren, wenn ihnen etwas gesagt wird, das sie anders wahrnehmen. Wenn die Eltern selbst unruhig sind, aber sagen, alles sei in Ordnung, hilft das nichts. „*Wir sollten einfach sagen, was los ist und dann gucken, wo wir das Gefühl andocken können.*“ Was macht das mit uns? Macht uns das Angst oder ist das wie eine Ohnmacht, weil wir selbst gar nichts tun können?
4. **Gefühle besprechen.** Wenn Kinder sagen, dass ihnen etwas unheimlich ist, dürfen Eltern zugeben, dass es ihnen genauso geht. Damit gibt man dem Kind Sicherheit – und zeigt ihm, dass das Gefühl an der richtigen Stelle ist und es dem Gefühl trauen kann.
5. **Mit Bedacht formulieren.** Je nach Alter und Interesse anpassen, Es ist gut, den Sachverhalt in einfachen Worten zu sagen. Zum Beispiel: „*Da hat ein großes Land ein kleines Land angegriffen, weil es das Land haben möchte – und zwar gegen das Recht. Das gehört ihm nicht. Das will es nehmen. Und zwar mit Gewalt, dabei gibt es auch Tote, und das ist schrecklich.*“
6. **Unwissen zugeben,** wenn man nicht weiß, wie man etwas erklären soll, **aber dem Kind möglichst wenig Raum für Panik und Fantasien lassen.**

Quelle: SWR3.de (<https://www.swr3.de/aktuell/kindern-krieg-erklaren-100.html>) - wir danken für die Erlaubnis zur Veröffentlichung.

Linktipps für Eltern, Lehrer*innen, Erzieher*innen und Gruppenleiter*innen:

- Interview mit der Pädagogin Inke Hummel beim BR (<https://www.br.de/nachrichten/bayern/unterstuetzung-fuer-eltern-wie-mit-kindern-ueber-krieg-sprechen,SyLwJRc>)
- Interview mit der Psychologin Elisabeth Raffauf beim WDR (<https://www1.wdr.de/nachrichten/krieg-russland-ukraine-kinder-eltern-interview-100.html>)
- Interview mit dem Kinder- und Jugendpsychiater Rami Gaber beim NDR (<https://www.ndr.de/kultur/Krieg-in-der-Ukraine-wie-erklare-ich-das-meinem-Kind,ukraineundkinder100.html>)

- **Krieg in der Ukraine: Kinder mit Nachrichten nicht allein lassen - schau-hin.info** (<https://www.schau-hin.info/news/krieg-in-der-ukraine-kinder-mit-nachrichten-nicht-allein-lassen>)

Linktipps Nachrichten/Videos für Kinder (je nach Alter)

- **Logo – tägliche Kindernachrichten von KiKa und ZDF** (<https://www.kika.de/logo/sendungen/videos-logo-100.html>)
- **Fragen von Kindern zum Krieg in der Ukraine beantwortet (KiKa)** (<https://www.kika.de/kika-aktuell/krieg-in-der-ukraine-eure-fragen-102.html>)
- **Kika-Sondersendung mit Kinderfragen vom 24. Februar** (<https://www.kika.de/kika-aktuell/sendungen/videos/angriff-auf-die-ukraine-eure-fragen-100.html>)
- **Sonderseite WDR Kinder-Radio zum Krieg in der Ukraine** (<https://kinder.wdr.de/radio/kiraka/hoeren/entdecken/ukraine-238.html>)