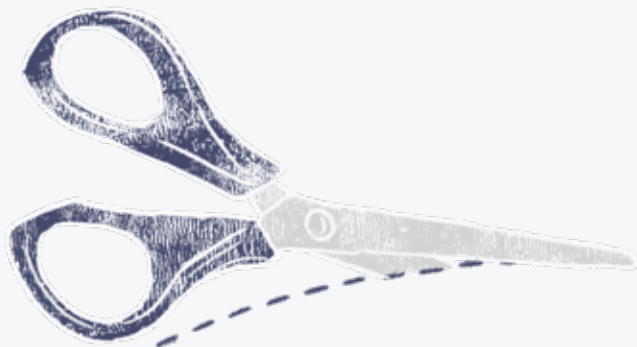




Mit Kindern über Krieg sprechen

Infothek für Eltern

Auch Kinder in der Schweiz, die nicht direkt von Krieg betroffen sind, nehmen wahr, dass es in der Welt Leid, Unsicherheit und Gewalt gibt. Sie hören Gesprächsfetzen, spüren Stimmungen oder sehen Bilder. Manche stellen Fragen, andere ziehen sich zurück. Wie Eltern ihre Kinder ruhig und ehrlich begleiten können. Sandy Kinnigkeit

Was Kinder wahrnehmen...

Kinder bis etwa sechs Jahre verstehen komplexere Zusammenhänge noch nicht, aber sie spüren viel. Sie fragen, wer Schuld hat, ob Krieg auch hier passieren kann oder ob man sich wehren muss. Jüngere Kinder zeigen oft diffuse Reaktionen wie Angst, Unruhe oder Gereiztheit. Viele leben in einem geschützten Umfeld – und wissen dennoch: Da draussen passiert etwas Schlimmes. Gerade deshalb brauchen sie Erwachsene, die präsent bleiben und Orientierung geben. Eltern berichten, dass ihre Kinder oft zufällig über Radiosendungen im Auto, Gespräche am Zvieritisch, beim Spielen mit Kindern mit Fluchterfahrungen oder Fernsehsendungen mit dem Thema in Kontakt kommen. Wichtig ist, Inhalte kindgerecht auszuwählen, schockierende Bilder zu vermeiden und den Medienkonsum zu begleiten. Kinder müssen keine Weltlage verstehen – sie brauchen Bezugspersonen, die filtern, einordnen und Sicherheit vermitteln.

Fragen beantworten, Fragen stellen

«Kinder reagieren nicht auf die Fakten, sondern auf die Haltung der Erwachsenen», sagt der Kinderarzt und Entwicklungsforscher Dr. Herbert Renz-Polster. Kinder brauchen kein «Alles ist gut», sondern klare und ehrliche Worte, die Halt geben, ohne Angst zu machen. Zum Beispiel: «In manchen Ländern gibt es

Krieg. Das ist sehr traurig. Hier bei uns ist es im Moment sicher.» Hilfreich ist es, nachzufragen: «Was hast du gehört?» – «Was beschäftigt dich?» Wenn Kinder merken, dass sie alles sagen dürfen, ordnen sie ihre Gedanken besser und müssen sich Antworten nicht allein zusammensuchen. **Buchtipp:** Auf die Flügel kommt es an – Wie Eltern Orientierung geben und Kinder selbstständig werden, Herbert Renz-Polster, Beltz Verlag, 208 Seiten

Gefühle begleiten, nicht bagatellisieren

Kinder dürfen wütend, traurig, still oder verwirrt sein. Gefühle sind keine Gefahr – sie zeigen, dass innerlich etwas in Bewegung ist. Manche Kinder stellen viele Fragen, andere spielen plötzlich Krieg, reagieren aggressiv oder ziehen sich zurück. Dahinter steckt oft Ohnmacht. Jacqueline Tanga, Gruppenleiterin in einem Kinderheim, beschreibt ihre Erfahrung so: «Auch wenn Kinder den Krieg meist nicht direkt erleben, spüren sie, dass etwas nicht stimmt. Manche suchen Schuldige, andere reagieren sehr kämpferisch. Nicht schnelle Erklärungen sind entscheidend, sondern Zuhören, Aushalten und Beziehung. Zentral ist dabei: Kinder sollten mit Hoffnung schlafen gehen, nicht mit Angst.»

Hier finden Sie die Infothek zum Kopieren
und Verteilen an die Eltern online:

