

Mit Kindern über den Krieg sprechen

Der Krieg in der Ukraine ist in aller Munde und auch unsere Kinder bekommen diesen Konflikt durch Medien und andere Kinder und Erwachsene in ihrer Umgebung mit. Doch wie begleite ich mein Kind bei diesem schwierigen Thema? Wie soll ich darüber sprechen und auf was soll ich dabei achten?

Wir haben hier ein paar Tipps und Links zusammengetragen, die Sie als Eltern dabei unterstützen sollen:

1) Ehrlich sein

Die meisten Kinder merken, wenn Erwachsene Sorgen und Ängste haben oder wenn sie etwas stark beschäftigt. Verheimlichen Sie ihre Gefühle nicht, aber versuchen Sie dennoch Sicherheit und Hoffnung zu vermitteln (siehe Punkte unten)

2) Die richtigen Worte finden

Für Kinder unter 10 sind Bilder in Erwachsenen-Medien nicht geeignet, da sie noch nicht richtig eingeordnet werden können und eher verunsichern und Angst machen. Spezielle Kindernachrichten hingegen können gut gemeinsam gelesen und gesehen werden. Wenn Sie über den Krieg sprechen, setzen Sie am Wissenstand des Kindes an und formulieren Sie möglichst einfach und versuchen nicht, zu stark zu emotionalisieren.

Hier ein paar Tipps:

Die Kleine Zeitung hat in ihrer letzten Ausgabe (5.3.2022) über den Krieg in der Ukraine berichtet.

Weitere Beispiele für kindgerechte Erklärungen zum Krieg:

<https://www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/ukraine/index.php5>

Video auch für jüngere Kinder geeignet (ab ca. 5 Jahre):

<https://kinderzeitung.kleinezeitung.at/im-video-erklaert-was-ist-der-krieg-in-der-ukraine/>

Für Kinder ab ca. 10 Jahre: CheX! Die Checker Web-Show - Ukraine Spezial: Was ist in der Ukraine los?

<https://www.kika.de/erwachsene/aktuelles/mit-kindern-ueber-krieg-in-ukraine-sprechen-100.html>

3) Sicherheit geben

Bieten Sie das **Gespräch aktiv an** und achten Sie dabei auf **Fragen und Bedürfnisse** der Kinder. Sie können mit Ihren Kindern **gemeinsam recherchieren** und kindgerechte Informationen gemeinsam lesen. Lassen Sie auch ältere Kinder bzw. Jugendliche nicht allein Nachrichten schauen, sondern begleiten Sie sie dabei. Bleiben Sie für Fragen offen, denn Kinder verarbeiten die Dinge nicht linear, sondern Fragen oder Redebedürfnis kommen oft auch in für uns unerwarteten Momenten.

4) **Hoffnung und Zuversicht vermitteln**

Überlegen Sie **gemeinsam was sie tun können**. Sie können z.B.:

- etwas für den Frieden basteln
- etwas spenden (z.B. Sachleistungen)
- an einer Solidaritätskundgebung teilnehmen
- Sie können sich überlegen, ob sie aktiv helfen, indem sie an Hilfsaktionen in ihrer Gemeinde teilnehmen.

Beispiel zum Basteln:

Taube für den Frieden

<https://kinderzeitung.kleinezeitung.at/aufruf-an-alle-kinder-bastle-eine-taube-fuer-den-frieden/>

Alters- und Entwicklungsangemessene Informationsvermittlung dient der **Orientierung** der Kinder und hilft mit dieser **Belastungssituation gut umgehen zu können**. Es vermittelt **Sicherheit** und bietet den Kindern **Handlungsmöglichkeiten** an, um trotz der bedrückenden Situation in der **Zuversicht und Hoffnung** zu bleiben!

Weitere nützliche Links zum Nachlesen:

<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/mit-kindern-ueber-krieg-sprechen-tipps/262982>

<https://www.kika.de/erwachsene/aktuelles/mit-kindern-ueber-krieg-in-ukraine-sprechen-100.html>

<https://www.caritas.at/spenden-helfen/auslandshilfe/katastrophenhilfe/laender-brennpunkte/ukraine/ueber-krieg-sprechen>

<https://www.youtube.com/watch?v=MIM4mu3xTIE>