

Wie mit Kindern und Jugendlichen über den Krieg sprechen?

Täglich erreichen uns schreckliche Bilder und beängstigende Nachrichten über Radio, Fernsehen, Internet und soziale Medien. Das erzeugt Angst und Unsicherheit nicht nur bei uns Erwachsenen, sondern auch bei Kindern und Jugendlichen.

Empfehlungen für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter

Grundsätzlich gilt es, Kinder vor Überforderung zu schützen und achtsam zu sein mit Informationen zum Ukraine-Krieg, die Kinder „nebenbei“ hören:

Dies geschieht beispielsweise dann, wenn die Fernsehnachrichten während der Mahlzeiten laufen oder Erwachsene in Anwesenheit der Kinder über den Krieg reden.



Schützen Sie Ihr Kind vor zu vielen angstmachenden Bildern, Videos, Informationen und Nachrichten

- Antworten Sie nur auf Fragen, die vom Kind selbst kommen und nehmen Sie die Fragen der Kinder ernst. Dadurch holen Sie die Kinder dort ab, wo sie stehen.
- Erklären Sie in einer kindgerechten Sprache, was Krieg bedeutet und Ihre Haltung dazu (z. B. Wunsch nach friedlichen Konfliktlösungen).
- Suchen Sie gemeinsam nach Antworten.
- Sollten Sie (unausgesprochene) Ängste vermuten, versuchen Sie diese vorsichtig anzusprechen, indem Sie etwa nachfragen, ob im Kindergarten oder in der Schule über den Krieg gesprochen wurde: Bereits dieses Ansprechen wirkt entlastend.
- Unterstützen Sie die kreative Auseinandersetzung mit der Belastung und dem Thema. Fragen Sie Ihr Kind – von Stärken und Interessen ausgehend – ob es dazu eventuell ein Buch lesen, ein Bild malen oder etwas Basteln möchte.

Empfehlungen für Gespräche mit Jugendlichen in der Mittel- und Oberschule

- Suchen Sie aktiv das Gespräch mit den Jugendlichen zum Thema „Krieg in der Ukraine“.
- Nehmen Sie die Jugendlichen in ihren Aussagen ernst – ohne sie mit zusätzlichen Informationen zu belasten, aber auch ohne zu beschönigen oder zu bagatellisieren.
- Sprechen Sie auch Gefühle und Ängste offen an.
- Seien Sie selbst Vorbild, was den Umgang mit Medien (Internet) betrifft und suchen Sie aktiv das Gespräch, um (auch) diesbezüglich auf einen bewussten und kritischen Umgang mit den Medien hinzuweisen: soziale Medien wie TikTok, Instagram und Co. mit ihren ungefilterten Videos sind bei Jüngeren beliebt. Diese werden aus Sensationslust, Panik oder Entsetzen geteilt, sind aber als Informationsquelle für heikle Themen wie Kriege wenig geeignet. Zudem braucht es Medienkompetenz, um Fake News zu erkennen. Medienpausen sind wichtig – planen und vereinbaren Sie diese!

Allgemeine Empfehlungen an uns alle, um (in der Familie) mit dieser besonderen Belastung besser umzugehen

- Erlauben wir uns mit Weitblick auf die Ereignisse zu schauen und sprechen wir auch über tröstliche Aspekte: z. B.: Viele Menschen setzen sich gerade aktiv für den Frieden oder für die geflüchteten Menschen ein.
- Überlegen wir uns, wo wir aktiv werden möchten: Für den Frieden? Für den Klimaschutz? Für die betroffenen Menschen?
- Vermitteln wir Sicherheit und Ruhe, indem wir ausreichend Momente der Normalität im Alltag einplanen, in denen das Thema „Krieg“ bewusst ausgeklammert wird – z. B. durch Nachrichtenpausen (insbesondere abends vor dem Schlafen gehen). Das Ausblenden von Schreckensbotschaften hilft uns allen, im Gleichgewicht zu bleiben.
- Holen und gönnen wir uns Beratung und Hilfe, wenn wir uns überfordert fühlen – denn das, was gerade geschieht, lässt uns Erwachsene nicht unberührt.
- Lassen wir unsere eigenen Ängste, Sorgen und Gefühle zu und suchen wir einen konstruktiven Umgang damit.

Wo gibt es Hilfe?

- Kinder finden an den Schulen und Kindergärten Unterstützung bei den Lehrpersonen und pädagogischen Fachkräften.
- Jugendliche können sich zudem an die Care- und ZIB-Teams an den Schulen wenden sowie an die Jugendberatungsstelle [Young & Direct](#).
- Lehrpersonen und Eltern können sich bei den [Pädagogischen Beratungszentren](#), den [Psychologischen Diensten](#) und den [Familienberatungsstellen](#) Beratung holen.

Weiterführende Links zur Vertiefung des Themas

www.servicestelle-jugendschutz.de/2022/02/mit-kindern-und-jugendlichen-ueber-krieg-reden/

Die Servicestelle Kinder- und Jugendschutz des Verbandes junger Medienmacher (Bundesland Sachsen-Anhalt) gibt in deutscher, ukrainischer, polnischer, arabischer, rumänischer und russischer Sprache konkrete Empfehlungen und weiterführende Links, Buchtipps u. A. m.

www.eltern-medienfit.bz/de/10-tipps/kinder-krieg-und-medien-1239.html

Diese Initiative des Forum Prävention im Auftrag und Zusammenarbeit mit der Familienagentur und 16 Projektpartnern vertieft die Aspekte zum kritischen Medienkonsum.

<https://www.fritzundfraenzi.ch/elternbildung/wie-spricht-man-mit-kindern-ueber-den-krieg/>

Im Interview gibt Yvonne Müller vom Schweizer Elternnotruf konkrete Tipps, wie Eltern mit Kindern und Jugendlichen über den Krieg sprechen können (die Notrufnummern und Beratungsstellen gelten allerdings für die Schweiz).

[Come spiegare la guerra ai bambini e ai ragazzi – YouTube](#)

Un membro dello staff di Emergency spiega in poco meno di 2 minuti come noi adulti possiamo discutere e affrontare la "guerra in Ucraina" con i bambini e i giovani.

Bilderbücher (für 5- bis 8-Jährige)

Popov Nikolai: „Warum?“ (thematisiert den Unterschied zwischen Streit und Krieg und die Auswirkungen gewaltsamer Konflikte)

Spilsbury Louise: „Wie ist es, wenn es Krieg gibt?“ (thematisiert den Unterschied zwischen Streit und Krieg und die Auswirkungen gewaltsamer Konflikte, ebenso den Einsatz vieler Menschen für Frieden)

Stalfelt Pernilla: „Ich mach dich platt!“ (thematisiert Gewalt von der Sandkiste bis zum Rollstuhl und von den Wikingern bis in die Gegenwart)