

Mit Kindern über den Krieg reden

Praktische Tipps im Umgang mit einem schwierigen Thema

Russland führt mit der Ukraine Krieg. Soll man dieses Thema mit den Kindern aussparen, verdrängen, überspielen? Auf gar keinen Fall! Dieser Krieg existiert nun mal. Und Kinder bekommen über Bilder in den Medien sowieso mit, dass gerade Schlimmes passiert. Diese Bilder gehen an den Kindern nicht spurlos vorbei. Sie können ängstigen, verunsichern, schockieren, Fragen aufwerfen. Gerade dann brauchen Kinder Eltern, Mitarbeitende, Lehrer*innen und Erzieher*innen, die mit ihnen über diesen Krieg sprechen. Denn so lernen Kinder mit schwierigen Situationen und Gefühlen umzugehen. Zudem erfahren sie, dass sie ernst genommen werden und ihre Fragen ihre Berechtigung haben.

Nur wie sollten wir mit Kindern über Krieg reden?

Eine Grundregel heißt, über all das zu reden, wonach Kinder fragen. Das grenzt die Themen ein, die Kinder wirklich interessieren. Um das Kind wirklich richtig zu verstehen, sind Rückfragen eine gute Hilfe. Etwa: *Wie kommst du gerade auf dieses Thema? Woher weißt du das? Magst du mir das Bild mal zeigen? Was denkst du, was Krieg bedeutet? Was beschäftigt dich? Was macht dich traurig?* Durch Rückfragen hört man heraus, was das Thema des Kindes ist, worauf es ihm ankommt, wo es sich Antworten erhofft oder wie es sich fühlt.

Wie sollte man antworten?

Diplom-Psychologin und Familientherapeutin Felicitas Heyne spricht von drei Grundsätzen (Quelle: [Wenn Sie mit Ihrem Kind über den Krieg sprechen, sollten Sie 3 Grundsätze kennen - FOCUS Online](#)), die man beim Beantworten beachten sollte:

1. *Antworte auf alle Fragen – und nur auf diese*

Halte also keinen Vortrag, sondern achte darauf, was das Kind gefragt hat. Und nicht mehr. Beachte dabei, was das Kind versteht und welchen Wissensstand das Kind schon mitbringt.

2. *Sprich offen über die Ereignisse*

Man braucht nichts beschönigen. Es handelt sich hier um einen Krieg. Allerdings sollte man auf schlimme Ausführungen, Details, Bilder verzichten. Das löst im Kind nur noch mehr Angst und Panik aus und lässt es am Ende schlecht oder gar nicht schlafen.

3. *Sachlich bleiben, aber Gefühle nicht ausblenden*

Kleinere Kinder haben eine große Fantasie und ergänzen Schilderungen mit ihren Vorstellungen. Daher ist es wichtig, dass man sachlich bleibt bei den Ereignissen, um nicht eigene Ängste und Sorgen auf das Kind zu übertragen. Gleichzeitig haben Kinder feine Antennen für Gefühlslagen Erwachsener. Deshalb hilft es, diese auch zuzugeben, etwa: „Ich mache mir auch manchmal Sorgen. Lass uns gemeinsam nach Informationen in Büchern, Kindernachrichten schauen, um zu schauen, wie wir unsere Sorgen abbauen können und anderen Menschen helfen.“

Wichtig ist, dass man Kinder mit ihren Sorgen (Sind wir auch in Gefahr?) nicht alleine lässt und sie nicht etwa mit flachen Antworten abspeist. Kinder sollten erfahren, dass Erwachsene alles tun, um sie zu schützen. Und Erwachsene sollten den Kindern versichern, dass Verletzten geholfen wird.

Was Kindern neben „Reden“ hilft – Vom Helfen und Beten

Kinder helfen gerne anderen. In kirchlichen Kreisen haben sie oft schon die Erfahrung gemacht, selbst etwas gegen die Not anderer tun zu können, etwa durch den Verkauf von Orangen bei einer Orangenaktion. Was könnte man für Kinder in der Ukraine tun? Vielleicht gibt es Hilfsorganisationen, die man mit einer kleinen Spende unterstützen kann, Kleider, Spielsachen... die man abgeben kann.

Selbstverständlich brauchen Menschen in Kriegsgebieten unser Gebet. Im Gebet bringen wir Menschen zu Gott und bittet ihn um Schutz, Hilfe und Frieden. Wer gemeinsam mit Kindern betet, zeigt den Kindern, dass Gott für uns da ist und sich Menschen in Not annimmt. Als Zeichen für Gottes Dasein kann eine Kerze angezündet werden.

Kindgerechte Antworten rund um das Thema „Krieg“

(mit Material von „Frieden fragen“, des Bereichs Friedenspädagogik der Berghof Foundation, gefördert von der Initiative „Ein Netz für Kinder“ der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien und des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend):

Was ist Krieg?

Menschen sind nicht immer einer Meinung. Darum geraten sie immer wieder aneinander. Im Streit verwenden sie manchmal nicht nur Worte, sondern auch Gewalt. Wenn Länder oder Gruppen zu den Waffen greifen, entsteht daraus ein Krieg.

Im Krieg kämpfen Soldatinnen und Soldaten oder bewaffnete Gruppen gegeneinander. Sie wollen andere Länder erobern oder ihre Macht im eigenen Land vergrößern. Die Gegner sprechen nicht mehr miteinander und werden als Feinde angesehen.

Was passiert im Krieg?

Die Soldatinnen und Soldaten oder Kämpfer von Gruppierungen greifen sich gegenseitig an. Die Gewalt trifft aber auch Unbeteiligte. Diese nennt man Zivilbevölkerung. In den Kriegsgebieten werden Häuser, Dörfer und Städte der Menschen zerstört. Viele Menschen werden aus ihrer Heimat vertrieben, gefangen genommen, verletzt und viele sogar getötet.

Warum gibt es Krieg?

Politikerinnen und Politiker oder Anführerinnen und Anführer bestimmter Gruppen entscheiden sich bewusst für einen Krieg. Die Machthabenden glauben, dass sie mit Gewalt eher ans Ziel gelangen als durch Verhandlungen.

Kriegsführende wollen mehr Macht oder mehr Einfluss. Sie wollen also zum Beispiel in einem Land das Sagen haben oder mehr Gebiete erobern. Andere wollen mehr Reichtum oder mehr Bodenschätze wie Gold oder Öl für sich haben.

Wie hört Krieg wieder auf?

Im Idealfall finden die Feinde doch eine Lösung und schließen Frieden. Viele Kriege hören allerdings erst auf, wenn die Beteiligten kein Geld mehr haben und die Menschen keine Opfer mehr bringen möchten. Andere Kriege enden, weil eine Partei siegt oder weil andere Länder Druck auf die Kriegsparteien ausüben.

Besser ist es aber, wenn die Kriegsparteien einen Waffenstillstand vereinbaren. Das schaffen sie oft nicht allein. Hierzu sind internationale Vermittler notwendig.

Wie geht es nach dem Krieg weiter?

Wenn ein Krieg endet, beginnt die Arbeit am Frieden: Die Menschen müssen wieder herausfinden, wie sie zusammenleben und sich versöhnen können. Wichtig ist auch, dass Kriegsverbrecher verurteilt und bestraft werden.

Kommt der Krieg auch zu uns?

„Eltern sollten ihre Kinder natürlich nicht anlügen, aber ihm Ängste nehmen und erklären, dass der Krieg weit weg von uns passiert“, sagt Psychologin Heyne.

Älteren Kindern helfen die Informationen von „**Frieden fragen**“: Seit dem Ende des Zweiten Weltkrieges 1945 hat es in Deutschland keinen Krieg mehr gegeben. Deutschland ist Mitglied der Europäischen Union und hat an seinen Grenzen und auch auf der ganzen Welt keine Staaten als Feinde mehr. Die meisten Länder in Europa haben gelernt, dass sie ihre Streitigkeiten nicht mit Waffen, sondern durch Gespräche und Verhandlungen lösen. Dennoch müssen alle mit Blick auf die Russland-Ukraine-Krise abwarten, wie sich die Situation entwickelt – und Gefühle immer aktuell auffangen.

Antje Metzger, Landesreferentin für die Arbeit mit Kindern im EJW