

MIT KINDER ÜBER DEN KRIEG SPRECHEN

Seit Ausbruch des Krieges in der Ukraine, erreichen uns täglich Bilder und Berichte aus einem Land unseres Kontinents, die nicht nur bei Erwachsenen, sondern auch bei Kindern Betroffenheit, wachsende Angst und Unsicherheit auslösen. Wie können wir Kinder in dieser Situation unterstützen? Soll mit Kindern über Krieg gesprochen werden und wenn ja, wie? Nachfolgend sind Fragestellungen und Impulse für mögliche Antworten angeführt:

Soll ich mit meinem Kind über den Krieg sprechen?

Kinder spüren auf nonverbaler Ebene, wenn etwas nicht in Ordnung ist, wenn ihre Bezugspersonen beunruhigt sind. Zudem nehmen sie Informationen aus Gesprächen oder aus Medienberichten auf und ergänzen das Gehörte oft mit ihrer Fantasie. Deswegen ist es wichtig, mit den Kindern im Gespräch zu bleiben und ihnen klare Antworten und Informationen auf ihre Fragen zu geben. Das gibt Kindern Sicherheit und wirkt Missverständnissen und unrealistischen Vorstellungen entgegen. Prinzipiell ist zu empfehlen, das Thema „Krieg“ aufzugreifen, wenn Kinder dieses durch Äußerungen oder im Spiel zur Sprache bringen.

Wie spreche ich mit Kindern über den Krieg?

Wichtig ist, Kindern gut zuzuhören und zu verstehen, was Kinder schon wissen, welche offenen Fragen und Unsicherheiten sie haben. Mit Fragen wie „Was hast du darüber gehört? Was glaubst du, dass dieses Wort bedeutet?“, kann der Wissensstand erfragt und altersadäquat auf die Fragen des Kindes eingegangen werden. Wenn Kinder Fragen äußern, sollten diese mit kurzen Botschaften und klaren Worten, die sie kennen, beantwortet werden. Achten Sie darauf, das Tempo sowie das Ausmaß der Informationen an das Bedürfnis des Kindes anzupassen und beenden Sie das Gespräch mit etwas Positivem.

Wenn Kinder fragen: Was ist Krieg?

Eine mögliche Formulierung wäre: „Krieg ist, wenn sich zwei Ländern oder Gebiete nicht mehr nur mit Worten streiten, sondern auch Waffen nutzen. Dann schicken sie Soldat*innen aus, um gegeneinander zu kämpfen und es wird ein Krieg begonnen. Sie kämpfen oft in Städten oder Dörfern, wo Menschen zu Hause sind. Im Krieg kommt es vor, dass Häuser, Denkmäler oder Straßen zerstört werden. Die Menschen haben Angst, sind in Not und Gefahr. Um sich zu schützen und in Sicherheit zu bringen flüchten viele Menschen in ein anderes Land. In vielen Ländern, auch in Österreich, wird geflüchteten Menschen geholfen. Niemand darf jemanden anderen oder sich selbst verletzen, deshalb ist es falsch Krieg zu führen. Unterschiedliche Meinungen, Interessen müssen besprochen werden und nicht mit Gewalt gelöst werden.“

Wenn Kinder fragen: Sterben im Krieg auch Menschen?

Ja, leider sterben auch Menschen im Krieg. Wenn Menschen verletzt werden, gibt es aber Ärzte*innen und Krankenpfleger*innen, die sich um diese Menschen kümmern, sie trösten und ihnen helfen. Es gibt viele Hilfsorganisationen auf der ganzen Welt, auch in Österreich, wie zum Beispiel das Rote Kreuz, die Caritas, Nachbar in Not, die Diakonie und viele andere Menschen, die vor Ort notwendige Hilfen anbieten.

Wenn Kinder fragen:
Kommt der Krieg auch zu uns?

Wir vermitteln den Kindern insofern Sicherheit, wenn wir ihnen erklären, dass der Ukraine Krieg weit weg von uns passiert und dass es sehr viele Menschen gibt, die alles tun, um einen Krieg zu verhindern und nun auch darum bemüht sind, diesen schnell wieder zu beenden. Kinder sollen erfahren, dass die Menschen im Kriegsland nicht alleine sind. Zum Beispiel kümmern sich Ärzte*innen und Krankenpfleger*innen in Krankenhäusern um verletzte Menschen. Menschen aus der ganzen Welt helfen, indem sie Medizin, warme Kleidung, Nahrungsmittel und Geld spenden.

Wenn Kinder fragen:
Wann hört der Krieg wieder auf?

Es gibt internationale Vermittler*innen, die den miteinander kämpfenden Ländern oder Gruppen von Menschen helfen, wieder Frieden zu schließen. Dabei geht es darum, dass die Meinungsverschiedenheiten nicht mit Waffen bekämpft werden, sondern der Streit mit Worten gelöst wird. Das nennt man „miteinander verhandeln“. Gelingt das, dann wird das Ende des Krieges ausgerufen und Frieden geschlossen. Es gibt viele Menschen, die alles tun, um wieder Frieden herzustellen.

Was tun, wenn das Kind Kriegsbilder gesehen hat?

Grundsätzlich sind Medienberichte, wenn es sich nicht um spezifisch kindgerecht konzipierte Berichte handelt, für junge Kinder nicht geeignet. Komplexe Medienberichte, die ungefiltert mitangesehen oder mitangehört werden, können von Kindern in diesem Alter nicht verstanden, eingeordnet und verarbeitet werden. Es ist daher wichtig, Kinder beim Fernsehen nicht alleine zu lassen. Wurde das Kind trotzdem mit Bildern oder Berichten konfrontiert, so ist es wichtig, mit ihm darüber zu sprechen und dabei zu helfen, diese einzuordnen. Wesentlich ist es, dem Kind zu erklären, dass wir hier in Österreich in Sicherheit sind, aber auch ein Mitgefühl mit all den Menschen haben, die im Kriegsland leben.

Was kann ich gegen meine Ohnmacht oder jene des Kindes tun?

Eine Möglichkeit, sich der aktuellen Entwicklung gegenüber nicht allzu ohnmächtig zu fühlen, ist jene, aktiv zu werden und gemeinsam mit dem Kind Handlungen zu setzen. Entsprechende Rituale können dem Kind Sicherheit und Selbstwirksamkeit vermitteln, indem sie das Gefühl bekommen, selbst etwas verbessern oder beitragen zu können. Beispiele möglicher Rituale: Zeichnungen für den Frieden, gute Gedanken, die wir in das Kriegsgebiet schicken, eine Kerze anzünden für jene, die dort leben, Geld sammeln und Hilfsorganisationen übergeben, Kontakte zu Familien, die zu uns geflüchtet sind aufbauen, an einem Lichtermeer teilnehmen, usw.

Was tun, wenn ich Verhaltensänderungen bei (m)einem Kind bemerke?

Belastende Ereignisse können bei Kindern psychische Reaktionen wie beispielsweise Unruhe, Einschlafprobleme oder Einnässen auslösen – das ist normal. Dauern diese Reaktionen länger als ein paar Wochen an oder verschlimmern sich diese, sollten fachliche Unterstützung bzw. Beratung in Anspruch genommen werden. Wenn bei einem Kind ungewöhnliche Verhaltensweise oder Verhaltensänderungen bemerkt werden, gilt es achtsam der Frage nachzugehen, ob Sorgen und Ängste in Bezug auf die Kriegs- oder Fluchtsituation dahinterstehen und was das Kind zur Stabilisierung braucht (Beantwortung offener Fragen, Aufklärung von Missverständnissen, Verstärkte Fürsorge, Gefühl der Geborgenheit ...)

Wo finde ich
weitere
Informationen
und
kindgerechte
Antworten?

Hilfreiche Links mit allgemeinen Informationen

KIJA NÖ: Wie helfe ich meinem Kind – kindgerechte Informationen
[Beitrag | Kija \(kija-noe.at\)](#)

Rat auf Draht – Elternseite: Informationen und Videoberatung für Eltern und Bezugspersonen
<https://elternseite.at/de/home>

OIK: Krieg und Frieden in der Kita: Wie kann ich Kindern Krieg erklären? <https://qualitaet-kita.de>

https://eduthek.at/current_resources

[Ukraine-Konflikt: Mit Kindern über Krieg sprechen - news.ORF.at](#)

Medien zum Einholen kindgerechter Antworten: Diese können dafür genutzt werden, selbst geeignete Worte zu finden oder sich im Bedarfsfall gemeinsam mit dem Kind zu informieren.

[Erklärvideo "Was ist der Krieg in der Ukraine?" - ZOOM Kindermuseum Wien](#)

[Beitrag | Kija \(kija-noe.at\)](#)

[Ö1 Kindernachrichten](#)

www.zdf.de/kinder/logo/

[Kindernachrichten: Krieg in der Ukraine - fragFINN](#)

www.schau-hin.info/news/krieg-in-der-ukraine-kinder-mit-nachrichten-nicht-allein-lassen

seitenstark.de/kinder/thema-der-woche/krieg-in-der-ukraine

Was tun, wenn
mehr
Unterstützung
benötigt wird?

Telefonseelsorge: 142 oder <https://www.telefonseelsorge.at>

NÖ Krisentelefon: 0800/2020 16

Kindernotruf: 0800/567 567

Für Fragen zu Kinderrechten: NÖ kija: 02742/90811

Relevante Einrichtungen im Sozialbereich in NÖ

<https://sozialinfo.noe.gv.at/content/de/9/Homepage.do>.

Psychosozialer Dienst: 01 31330

Psychologische Hilfe bei Krisen

[Helpline 01/504 8000 · BÖP \(boep.or.at\)](http://Helpline.01/504.8000.BÖP.boep.or.at)

<https://www.psyonline.at>

Rat auf Draht: kostenlose Telefonberatung für Kinder, und deren Bezugspersonen: <https://www.rataufdraht.at/> oder telefonisch unter 147