

## **Krieg, Katastrophen, Terror: Was kann und soll man Kindern erklären?**

Kleinere Kinder (bis etwa Ende Kindergartenalter) spüren die "dicke Luft", sie nehmen die belastete Atmosphäre wahr, auch wenn sie nicht verstehen, warum das so ist. Weil sie rasch dazu neigen, die negative Stimmung der Eltern auf sich zu beziehen, sollte man ihnen erklären, dass diese nicht mit ihnen zusammenhängt, sondern es unabhängig davon etwas gibt, was den Eltern Sorgen macht. Dies entlastet die Kinder merklich.

Ältere Kinder (bis etwa 5. Schulstufe) verstehen schon, dass etwas Schreckliches passiert ist. Manchmal sind sie interessiert an "Statistiken": Wie viele Tote, auf welche Arten etc.? Diesem Informationsbedürfnis sollte man eher nicht nachkommen, sondern in einer Sprache, die diese Kinder verstehen können, erklären, was passiert ist. Dabei ist aber auf das Gleichgewicht zu achten: Ausschließlich negative Informationen können unausweichliche Angst hervorrufen. Man muss erklären, dass gleich nach dem Ereignis auch Positives getan wird, um mit der Katastrophe fertig zu werden. Es hat keinen Sinn, die Kinder von Medien fern zu halten: Man kann und soll die Welt nicht verstecken, sondern bearbeiten!

Ältere Kinder/Jugendliche verstehen, was passiert ist. Ihnen muss man helfen, damit die drei "Krisenmacher"- die Gefühle der Hilflosigkeit, Haltlosigkeit und Hoffnungslosigkeit - nicht ausufern. Jeder, aber vor allem unsere Kinder und unsere Jugend haben ein Recht auf Optimismus und auf Zukunft. Man darf nicht die No-future-Mentalität noch verstärken. In Zukunft kann man Krisenpläne ausarbeiten, Schutzmaßnahmen verstärken, etwas für den Frieden tun. Das Gefühl ohne Halt zu sein, allein, wird gerade jetzt in der Welt aufgehoben durch Hilfsaktionen, Spendensammlungen und Friedensbemühungen vieler Staaten. Auch die Hoffnungslosigkeit kann gebremst werden: Immer wieder hat es in der Menschheitsgeschichte menschlich und anders verursachte Katastrophen gegeben, und immer haben Menschen den Weg aus der Krise geschafft.

### **Wann sind diese Erklärungen besonders wichtig?**

Wenn die Kinder einen plötzlichen Verhaltensknick zeigen, d.h. plötzlich anders sind - unruhig, übererregt oder apathisch, verstummt. Dies ist ein Hinweis darauf, dass sie seelisch belastet sind und Hilfe brauchen.

### **Die beste Hilfe**

Sie besteht im sachlichen, verständlichen, ausgewogenen Informieren und im Darüber-Reden: Wenn Gefühle zur Sprache kommen können, dann kann man sie besser handhaben. Man fühlt sich auch nicht mehr allein, sondern in einer Gemeinschaft mit den anderen.