

## MIT KINDERN ÜBER DEN KRIEG SPRECHEN

Liebe Eltern und Familien,

Die momentane Weltlage und somit auch die Nachrichten sind leider geprägt von Krisen und Krieg. Dies geht auch an den Kindern nicht spurlos vorbei. Jeder Erwachsene, jedes Kind geht anders mit Krisen um. Manche Menschen möchten mehr als andere wissen. Wenn das Kind Fragen stellt oder verängstigt wirkt, sind Gespräche wichtig.

Wir haben in dieser Elternpost ein paar hilfreiche Tipps für Sie und Ihre Kinder zusammengestellt. Für gelingende Gespräche, die Hoffnung machen.

Und es gibt wieder Medien-Tipps für Kinder und den Hilfefkasten für Eltern.

Alles Liebe  
Ihr Team des Kinderschutzbundes Bayern



# TIPPS, WIE GESPRÄCHE MIT KINDERN ÜBER KRIEG GUT GELINGEN KÖNNEN:

## 1. Gesprächsatmosphäre schaffen

Damit Kinder sich öffnen können und sich trauen Fragen zu stellen, ist Zeit und eine ruhige Atmosphäre wichtig. Beenden Sie andere Tätigkeiten und schalten Sie ihr Handy stumm. Beim Spaziergang oder gemütlich auf dem Sofa – überall da, wo Sie und Ihr Kind sich wohl fühlen, ist Gelegenheit zu erfahren, wie es ihrem Kind gerade geht.

## 2. Gut zuhören

Hören Sie genau hin, was ihr Kind alles wissen möchte, welche Sorgen und Ängste es hat. Fragen Sie nach, was es von anderen Kindern bereits gehört oder in den Medien gesehen hat. Akzeptieren Sie, wenn ihr Kind nicht weiter über das Thema sprechen möchte.

## 3. Einfach erklären

Beispiele aus ihrer Lebenswelt, helfen Kindern schwierige Themen leichter zu verstehen. So könnten Sie Krieg zum Beispiel erklären: „Menschen streiten. Du streitest auch manchmal mit Freunden oder Geschwistern und so können auch Länder streiten. Ein Land möchte etwas haben, das dem anderen Land gehört und versucht es ihm wegzunehmen. Die Menschen, die im anderen Land wohnen, möchten das aber nicht hergeben und darum kämpfen sie.“

## 4. Sicherheit geben

Kinder verarbeiten Nachrichten anders als Erwachsene. Aus ihrer Erfahrungswelt heraus können sie Bilder und Informationen nicht einordnen. Sie nehmen allerdings die Reaktion der Eltern und deren Haltung sehr sensibel wahr. Reagieren Eltern hochemotional, z.B. extrem wütend, auf Nachrichten, überträgt sich dieses Gefühl auf das Kind. Gleichzeitig sollen Eltern ihre Gefühle nicht unterdrücken. Wichtig ist, dass sie möglichst sachlich reagieren.

Konkret können Sie z.B.

- Sich mit dem Kind gemeinsam informieren, auf kindgerechten Seiten oder mit Büchern. (siehe Punkt 5)
- ein Bild malen, um Eindrücke zu verarbeiten
- eine Kerze für den Frieden anzünden
- eine Friedensfahne aufhängen
- gemeinsam überlegen, was uns als Familie gut tut und diese Dinge in den Alltag einbauen.

Wichtig ist: Wir dürfen unser Leben leben und uns freuen, trotz Krieg. Wir helfen nicht mit Stillstand in unserem Leben. Wir können nur helfen, wenn es uns gut geht.

## 5. Medien nutzen

Um die Gespräche zu erleichtern, können Sie mit kleineren Kindern Bilderbücher zum Thema anschauen. Mit Kindern ab dem Schulalter können Sie gemeinsam Kindernachrichten anschauen oder auf Internetseiten für Kinder zum Thema recherchieren.



## Bilderbücher:

- » Fran Pintadera: „**Irgendein Berg**“ (4 – 6 Jahre)  
ISBN: 978-3779505990
- » Nikolai Popov: „**Warum?**“ (5 – 7 Jahre)  
ISBN: 978-3865663412
- » Louise Spilsbury:  
„**Wie ist es, wenn es Krieg gibt?**“  
(Sachbilderbuch zum Thema Globale Konflikte,  
5 – 7 Jahre)  
ISBN 978-3522305341

## Internetseiten für Kinder:

- » **Seitenstark.de**  
<https://seitenstark.de/kinder/spezial/ukraine>
- » **Kindernachrichten:**  
Logo! (ZDF/KiKA – für Kinder ab 7 Jahren)  
Neuneinhalb (Das Erste – für Kinder ab 7 Jahren)  
ARTE Junior Journal für Kinder zwischen 10 und  
14 Jahren
- » **Kinderradio**  
<https://kinder.wdr.de/radio/kiraka/>
- » **Sendung mit der Maus**  
[https://www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/  
ukraine/index.php5](https://www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/ukraine/index.php5)

## Hilfekasten

### Elterntelefon „Nummer gegen Kummer“: 0800 111 0 550

Montag-Freitag 9 – 17 Uhr, Dienstag und Donnerstag 17 – 19 Uhr

Sprache: Deutsch

### TelefonSeelsorge®: 0800 1110111 oder 0800 111 0 222

täglich, 24h

### Online-Beratung per Chat und E-Mail: [online.telefonseelsorge.de](https://online.telefonseelsorge.de)

Sprache: Deutsch

Dieser Elternbrief entstand im Rahmen des  
Projektes „Interkulturelle Elternbildung“



Gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium des  
Innern, für Sport und Integration



>> Sie möchten die ElternPost künftig per Mail erhalten?

Schicken Sie bitte eine Mail an [info@kinderschutzbund-bayern.de](mailto:info@kinderschutzbund-bayern.de)  
mit dem Betreff „Aufnahme in den ElternPost-Verteiler“.

## Kontakt

Der Kinderschutzbund  
Landesverband Bayern e.V.  
Goethestr. 17  
80336 München

Tel.: 089-92 00 89- 0

E-Mail: [info@kinderschutzbund-bayern.de](mailto:info@kinderschutzbund-bayern.de)

[www.kinderschutzbund-bayern.de](http://www.kinderschutzbund-bayern.de)

Wir in den Sozialen Medien:

