

Meckenbeuren, 1. März 2022

Liebe Eltern,

seit dem 24. Februar sind wir mit einem Krieg in Europa konfrontiert. Es besteht für uns alle ein Gefühl der Ohnmacht, der tiefen Betroffenheit und der Trauer um diese Situation. Wir alle sind verunsichert, leiden mit den betroffenen Menschen und hoffen, dass dieses Geschehen bald ein Ende findet. Täglich treffen neue Nachrichten ein, erreichen uns Bilder die auch unsere Kinder unweigerlich streifen.

Ein Krieg wirft viele Fragen auf, nicht nur bei uns Erwachsenen. In diesem Schreiben möchte ich ein paar Gedanken zusammenfassen, die Ihnen helfen können dieses Thema mit Ihren Kindern anzusprechen und einen kindgerechten Umgang mit dieser herausfordernden Situation zu finden.

- Krieg ist ein trauriger Teil unserer Realität und sollte vor den Kindern nicht verschwiegen werden. Dabei selbst die Initiative zu ergreifen und mit Kindern zu sprechen ist in einer Zeit, in der Informationen ungefiltert in die Öffentlichkeit gelangen sehr wichtig geworden.
- Wenn wir mit unseren Kindern ins Gespräch kommen und erklären was in der Ukraine vor sich geht, sollten wir darauf achten einfache Worte zu wählen und versuchen uns in die Welt der Kinder einzudenken. Dies betrifft vor allem die Auswahl an Informationen. In jedem Fall sollten Details ausbleiben, die den Kindern zusätzlich Angst machen.
- Schützen Sie Ihr Kind vor unnötigen Bildern aus den Medien, die die Härte des Krieges darstellen. Diese wirken in jedem Fall beängstigend und wirken nach.
- Gefühle wie Angst gehören zum Leben. Dies bedeutet im Umgang mit Kindern, dass man auch diese Gefühle zulassen und darüber sprechen darf. Wir sollten sie unseren Kindern nicht ausreden, sondern einen

Umgang damit aufzeigen. Beispielsweise ist es sinnvoll darüber zu sprechen, was oder wer in Situationen der Angst hilfreich sein kann.

- Vermitteln Sie Ihrem Kind ein hohes Maß an Sicherheit. Es sollte nicht der Eindruck entstehen, dass Deutschland unmittelbar in die Kriegsgeschehnisse einbezogen wird.
- Erklären Sie Ihren Kindern, was Deutschland und die Welt dafür tut, um die weitere Ausbreitung des Krieges zu verhindern. Dies vermittelt den Kindern, dass die Erwachsenenwelt dafür Sorge trägt, dass dieser Krieg beendet wird.
- Richten Sie den Blick darauf, wie viele Länder und Menschen ihre Hilfe angeboten haben, wie viele Hilfsaktionen entstanden sind und wie Familien geholfen werden kann, die durch den Krieg in eine Notlage geraten sind.
- Hilfreich ist es auch, wenn Kinder selbst wirksam werden können, indem z.B. zu Hause für die Menschen in der Ukraine eine Kerze angezündet wird, oder Spielsachen und Kleidung gespendet, Bilder des Friedens gemalt werden.
- Inzwischen gibt es auch eine Reihe von Beiträgen in den Medien, die sehr kindergerecht und mit geeigneten anschaulichen Bildern aufbereitet sind, um Kindern die Situation in der Ukraine zu erklären. So z.B. Beiträge von ZDF Logo. Bitte achten Sie bei der Auswahl auf die Altersempfehlungen.

In der Hoffnung auf ein baldiges Ende dieser kriegerischen Auseinandersetzung...

Ganz liebe Grüße

Manuela Mayer