



Wiesenweg 15 ▪ 67582 Mettenheim ▪ 06242-5079020 ▪ info@kita-mettenheim.de

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte!

Die hohen Infektionszahlen während der Corona-Pandemie scheinen sich langsam zu bessern und wir möchten alle so gerne auf eine positive und sichere Zukunft schauen.

Doch wir alle machen uns seit dem 24. Februar Sorgen, denn es ist das geschehen, was wir nicht für möglich gehalten haben: in Europa ist ein Krieg ausgebrochen.

Unsere Gedanken sind selbstverständlich bei den betroffenen Menschen, die schlimmes durchmachen müssen. Aber natürlich sorgen wir uns auch um unser eigenes Schicksal, um die Zukunft Europas und die Zukunft unserer Kinder.

Es ist schwierig für uns, die Zusammenhänge des Konfliktes nachzuvollziehen und viele Fragen kreisen in unserem Kopf: Wie weit wird Putin noch gehen? Wird er Nato-Staaten angreifen? Die Konsequenzen mag man sich nicht ausmalen.

Auch Kinder spüren, dass etwas nicht stimmt, und dass möglicherweise Schlimmeres passieren könnte. Vielleicht fragen Sie sich darum derzeit, ob überhaupt und wie Sie Ihrem Kind die mögliche Bedrohung erklären können. Bedenken Sie:

Kinder brauchen Antworten, die ihre Gefühle auffangen und sie informieren. Wir raten, gerade bei kleinen Kindern nur über einen Krieg zu sprechen, wenn diese gezielt nachfragen, denn je weniger Kinder belastet werden, desto besser. Versuchen Sie, Ihr Kinder so gut es geht, von den Bildern und Informationen fernzuhalten. Lügen sollen Sie allerdings nicht. Wenn Kinder beunruhigt sind und nachfragen, sollten Sie ehrlich antworten und nichts beschönigen. Allerdings ohne dabei Panik oder Angst zu verbreiten. Stellen Sie auf Kinderfragen Rückfragen wie z.B.:

- *Was bringt dich auf die Frage?*
- *Was/welche Bilder hast du gesehen?*
- *Was glaubst du, dass dieses Wort bedeutet?*

Diese Fragen sind wichtig, damit Sie als Eltern erst einmal erfahren, um was es Ihrem Kind bei der Frage tatsächlich geht. Hat es Sorgen, Ängste etc. oder ist es gerade nur neugierig?

Für die Antworten helfen Eltern drei Grundsätze:¹

1. Beantworten Sie alle Fragen – und nur diese

Beantworten Sie alle Fragen und nichts, was das Kind nicht gefragt hat. Das bedeutet nicht, dass Sie gezielt etwas verschweigen sollen, aber Eltern sollten nicht wie Lexikon alles zum Thema herunterrattern. Sie sollten immer auf den Wissensstand des Kindes eingehen.

2. Sprechen Sie offen über die Ereignisse

Das heißt, Sie sollten nichts beschönigen. Allerdings sollten Sie auch keine Panik verbreiten und auf grausame Details oder schillernde Ausführungen verzichten.

3. Bleiben Sie sachlich, blenden Gefühle aber nicht aus

Gerade kleine Kinder haben oft magische Vorstellungen und ergänzen, was sie nicht wissen aus ihrer Fantasie. Darum sollten Sie sachlich bleiben und Ihre Ängste nicht an die Kinder übertragen. Ausblenden lassen sich diese aber natürlich auch nicht, denn Kinder haben sehr

¹ Felicitas Heyne, Diplompsychologin und Familientherapeutin

sensible Sensoren für solche Stimmungen. Darum ist es oft besser zu sagen: „Ich mache mir auch manchmal Sorgen. Lass uns gemeinsam auf die Suche gehen nach Informationen“. Diese finden Sie z.B. kindgerecht in Kindernachrichten, in Büchern usw. So bieten Sie gleich eine Möglichkeit, Sorgen abzubauen. Sie und Ihre Kinder lernen damit eine Coping-Strategie (bedeutet die Art des Umgangs mit einem als bedeutsam und schwierig empfundenen Lebensereignis oder einer Lebensphase) fürs Leben.

Die Dosis, wie viel Information ein Kind braucht, ist ganz individuell – einige wollen alles bis ins kleinste Detail wissen, anderen ist weniger genug.

Wir hoffen, dieses Schreiben konnte ein paar Fragen klären, die Sie vielleicht momentan beschäftigen und wünschen Ihnen alles Gute!

Wir wünschen uns von Herzen,
dass der Krieg so schnell wie möglich ein Ende nimmt!

Das Team der Kita Bunte Wiese

