

UDO BAER

Mit Kindern über Krieg reden

Erste Hilfe
für schwierige
Gespräche

Fach-
buch 
Klett-Cotta

Udo Baer

Mit Kindern über Krieg reden

Erste Hilfe für schwierige Gespräche

Klett-Cotta

Dieses E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Dieses Werk wurde vermittelt durch Aenne Glienke/Agentur für Autoren und Verlage, <http://www.aenneglienkeagentur.de>

1. Auflage, 2022

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2022 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Bettina Hermann, Stuttgart,

unter Verwendung einer Abbildung von FatCamera/iStock by Getty Images

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Altusried-Krugzell

Gedruckt und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck

ISBN 978-3-608-98683-9

E-Book ISBN 978-3-608-11970-1

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20602-9

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der

Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten

sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

1 Vorbemerkung	9
2 Warum sollen wir mit Kindern über Krieg reden?	12
2.1 »Mama, warum weint die Frau?« – Was Kinder alles mitbekommen	12
2.2 »Papa, was ist Krieg?« – Nur darüber sprechen, wenn Kinder danach fragen?	15
2.3 »Der hat es mir einfach weggenommen« – Kindliche Konflikte und Krieg	17
<i>Fragen zur Reflexion</i>	20
3 Angst, Zorn und Traurigkeit – Kinder und ihre Gefühle	21
3.1 »Ich verstehe, dass du dich fürchtest« – Angst ernst nehmen und Schutz bieten	21
3.2 »Mama, kann ich mitkommen?« – Klammern und die Sehnsucht nach Geborgenheit	26
3.3 »Die nehmen das nicht ernst« – Heiliger Zorn und aggressive Gefühle	29
3.4 »Genau wie damals« – Wie herauskommen aus Ohnmacht und Hilflosigkeit?	32
3.5 »Weine ruhig ...« – Der Sinn vom Traurigsein	34
3.6 »Du bist nicht schuld!« – Kindern die Schuldgefühle nehmen	35
3.7 »Das ist doch nur ein Film« – Vom Wert des Mitgefühls ..	38
<i>Fragen zur Reflexion</i>	41

4 Mit Kindern in verschiedenen Altersstufen reden	42
4.1 »Wann ist mein Kind noch zu klein?« – In den ersten beiden Lebensjahren	42
4.2 »Warum schießen die?« – Im Kita-Alter	44
4.3 »Wer will darüber reden?« – Im Grundschulalter	48
4.4 »Was beunruhigt dich?« – Kinder ab elf Jahre	53
<i>Fragen zur Reflexion</i>	56
 5 Sich Zeit nehmen – Wo man wie mit Kindern reden kann	57
5.1 »Ich will jetzt kuscheln« – Im Elternhaus	57
5.2 »Ich war zuerst hier« – In der Kita	60
5.3 »Heute wieder Ukraine-Pause?« – In der Schule	61
<i>Fragen zur Reflexion</i>	63
 6 Die Weisheit der Kinder	64
<i>Fragen zur Reflexion</i>	69
 7 Vom Umgang mit den eigenen Gefühlen	70
7.1 »Was, wenn der Krieg zu uns kommt?« – Eigene Ängste	70
7.2 »Ich fürchte mich doch selbst so« – Wenn die eigene Angst zu groß ist	73
7.3 »Oma, was ist denn los?« – Die Ängste der Großeltern	76
<i>Fragen zur Reflexion</i>	80
 8 »Ich schieß dich tot!« – Wenn Kinder Krieg spielen	81
<i>Fragen zur Reflexion</i>	87
 9 »Wer sind die Guten, wer die Bösen?« – Kinder verlangen nach Parteilichkeit	88
<i>Fragen zur Reflexion</i>	92

10 Was müssen traumatisierte Kinder durchmachen?	93
10.1 »Aus der Welt gefallen« – Trauma, Traumafolgen, Co-Traumatisierung	93
10.2 »Niemals geht man so ganz« – Was brauchen Kinder, die vor dem Krieg flüchten mussten?	100
10.3 »Wie damals in Afghanistan« – Wenn ein Kind durch Kriegsbilder retraumatisiert wird	107
10.4 »Kreative Stärkungsgruppen« – Lücken im Hilfesystem schließen	110
<i>Fragen zur Reflexion</i>	113
 11 »Egal, wo Du herkommst« – Kein Kind hat den Krieg befohlen	114
<i>Fragen zur Reflexion</i>	118
 12 »Gegen Ohnmacht hilft machen« – Wenn Reden nicht reicht	119
<i>Fragen zur Reflexion</i>	123
 13 »Würdigen, was ist« – Wie wir trösten können	124
<i>Fragen zur Reflexion</i>	129
 14 »Manches bleibt unerklärlich« – Das Unfassbare und die Hoffnung	130
 15 Materialien und Hinweise	131

KAPITEL 1

Vorbemerkung

Was mich veranlasste, dieses Buch zu verfassen, war die große Verunsicherung vieler Eltern und pädagogischer Fachkräfte, wie sie mit Kindern und Jugendlichen über den Ukraine-Krieg sprechen könnten. Viele Erwachsene waren und sind durch den Krieg selbst verunsichert und ängstlich, und sie hören die ausgesprochenen und die unausgesprochenen Fragen der Kinder und Jugendlichen. In vielen Vorträgen und Diskussionen habe ich mit Eltern und Großeltern, mit Erzieherinnen und Erziehern in Kitas und mit Lehrerinnen und Lehrern in Schulen gesprochen und versucht, sie zu unterstützen. Diese Erfahrungen sind der Hintergrund dieses Buches.

Die Verunsicherung war auch deshalb so groß, weil der Ukraine-Krieg zusätzliche Belastungen für Kinder und Jugendliche hervorrief. Er begann nach zwei Jahren Pandemie, die schon viele soziale und seelische Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche und ihre Familien bewirkt hatte. Andere Probleme und Bedrohungen wie die Klimakatastrophe kamen und kommen hinzu und beschäftigen die Menschen, junge wie alte. Die Folgen des Krieges in der Ukraine auf hier lebende Menschen sind vielleicht deshalb so intensiv. Sie sind nachhaltig und werden bei vielen Kindern und Jugendlichen nicht mit dem Ende des Krieges aufhören. Wie mit Kindern über Krieg geredet werden kann, wird eine Herausforderung bleiben, auch für die nächsten Monate und Jahre.

Es gibt und wird leider immer wieder auch andere Kriegsereignisse geben. Dieses Buch habe ich während des Ukraine-Krieges geschrieben. Deshalb beziehe ich mich in den Beispielen auf dieses Kriegsgeschehen. Ich gehe aber auch darüber hinaus. Ich möchte eine praxisnahe Hilfestellung geben, wie mit Kindern über Krieg geredet wer-

den kann, jetzt und in der Zukunft, und ich möchte Möglichkeiten aufzeigen, über das Reden hinaus die Gefühle der Kinder und Jugendlichen ernst zu nehmen und zu unterstützen.

Über den Krieg zu reden, ist schwierig. Die meisten Kinder haben keine Kriegserfahrung und keine wirkliche Vorstellung von Krieg. Selbst wenn die älteren Kinder kriegsähnliche Kämpfe in Filmen oder Computerspielen mitbekommen haben, wissen sie doch, dass das Filme und Spiele sind und nicht die Wirklichkeit. Wenn kleinere Kinder Bilder vom Krieg und von den Kriegsfolgen sehen, erschrecken sie oft, und es macht ihnen Angst. Auch für die Älteren können die hervorgerufenen Gefühle massiv sein. Krieg ist ihnen also fern und nahe zugleich. Das bedarf besonderer Würdigung, zumal auch wir Erwachsene in unseren Gefühlen betroffen sind. Wir dürfen die Kinder mit den seelischen Kriegsfolgen nicht allein lassen, ganz gleich, in welcher Funktion und an welchen Orten wir sie begleiten: im Familienalltag, in der Kita, in der Schule, in der Jugendhilfe.

Mit Kindern und Jugendlichen über Krieg zu reden, geht über den Austausch von Worten hinaus. Wichtig sind mir hierbei vor allem vier Aspekte:

- Erstens sind immer, wenn es um Krieg geht, auch Gefühle beteiligt: Angst und Zorn, Hilflosigkeit und Trauer und viele andere mehr. Deshalb werde ich, noch bevor ich Gesprächsformen und -settings beschreibe, auf die Gefühle eingehen, die im Reden über Krieg und Frieden mit Kindern und Jugendlichen besondere Bedeutung haben. Reden beschränkt sich nicht auf den Austausch von Worten, es ist auch eine Begegnung der Herzen.
- Zweitens verschieben sich in der öffentlichen Darstellung und Wahrnehmung die Schwerpunkte und Interessen. Am Anfang des Ukraine-Krieges standen Fragen im Vordergrund wie: Was ist Krieg? Warum gibt es Krieg? usw. In dem Maße, in dem immer mehr Menschen aus der Ukraine in den Westen kamen, in der Mehrzahl Kinder, verschob sich das Interesse hin zu Fragen der Fluchtbewegungen und der Flüchtlingshilfe. Ich versuche, auf

möglichst viele der unterschiedlichen Aspekte einzugehen und Anregungen zum Umgang damit zu geben.

- Drittens werden viele Menschen, Erwachsene wie Kinder, durch Kriege und Kriegsfolgen traumatisiert. Kriegstraumatisierte Kinder aus der Ukraine begegnen traumatisierten Kindern aus Syrien oder Afghanistan, und sie treffen auf traumatisierte und nicht-traumatisierte Kinder aus München oder Osnabrück. Manche Kinder können durch Bilder und Erzählungen von Kriegserfahrungen wieder traumatisiert werden. Deshalb werde ich immer wieder auch darauf eingehen, wie traumatische Erfahrungen und Retraumatisierungen bei Kindern zu erkennen sind und wie Erwachsene damit umgehen können und sollten.
- Viertens geht es nicht nur um die Kinder, wenn wir mit ihnen über Krieg und die Kriegsfolgen reden. Auch wir Erwachsene sind beteiligt, nicht nur mit unserem Wissen, sondern auch mit unserem Herzen, mit unseren Unsicherheiten, Ängsten und anderen Gefühlen. Auch darauf gehe ich ein.

Das Buch richtet sich sowohl an interessierte Eltern als auch an alle Fachkräfte, die Kinder begleiten, ob in Schule oder Kita, Jugendhilfe oder Sozialarbeit oder in anderen Bereichen. Momentaufnahmen aus meinem beruflichen Alltag, vor allem aus zahlreichen Begegnungen mit Kindern und Jugendlichen, Bezugspersonen und Fachkräften, habe ich in Form von Fallvignetten in das Buch einfließen lassen. Dabei wurden selbstverständlich alle Namen anonymisiert.

Wenn Sie Fragen haben, die in diesem Buch nicht beantwortet werden, oder Kritik üben oder Wünsche an mich äußern wollen, dann lade ich Sie ein, mir zu schreiben. Dies geht am leichtesten über die Webseite www.kinderwuerde-udo-baer.de.

Udo Baer, April 2022

KAPITEL 2

Warum sollen wir mit Kindern über Krieg reden?

Bevor ich darauf eingehe, wie wir mit Kindern über Krieg reden sollten, ist es wichtig, sich darüber klar zu werden, warum wir das tun sollten und welche Absichten wir damit verfolgen.

2.1 »Mama, warum weint die Frau?« – Was Kinder alles mitbekommen

Kinder und Jugendliche bekommen von Kriegen zumeist viel mehr mit, als Erwachsene wahrnehmen oder auch nur vermuten.

Die fünfjährige Clara¹ hat auf dem Couchtisch die Tageszeitung gesehen. Auf der Titelseite ist das Bild einer weinenden Frau abgebildet, die geschockt nach einem Bombeneinschlag vor ihrem zerstörten Haus steht. Clara fragt ihre Mutter: »Mama, warum weint die Frau?«

Bilder haben eine große Wirkung auf Kinder. Sie setzen sich in ihnen fest. Nach Wochen oder Monaten können sie sich abschwächen, aber zunächst einmal erschrecken sie die Kinder oder berühren sie in ihren Gefühlen. Dass Kinder solche Bilder sehen, kann man versuchen einzuschränken, aber es ganz zu verhindern, ist oft unmöglich, will man nicht die Lebenswelt der Kinder massiv einengen.

1 Alle Namen wurden geändert, um die Anonymität der Personen zu gewährleisten.