

UDO BAER

Mit Kindern über Krieg reden

Erste Hilfe
für schwierige
Gespräche

Fach-
buch 
Klett-Cotta

A photograph of a group of diverse children, including a young girl with dark skin and braided hair in the foreground, and a girl with blonde hair and blue eyes in the center. They are all looking upwards and to the right with attentive expressions. The background is softly blurred, showing other children.

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

Impressum

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

Kapitel 1

Vorbemerkung

Kapitel 2

Warum sollen wir mit Kindern über Krieg reden?

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

2.2 »Papa, was ist Krieg?« – Nur darüber sprechen, wenn Kinder danach fragen?

2.3 »Der hat es mir einfach weggenommen« – Kindliche Konflikte und Krieg

Fragen zur Reflexion

Kapitel 3

Angst, Zorn und Traurigkeit – Kinder und ihre Gefühle

3.1 »Ich verstehe, dass du dich fürchtest« – Angst ernst nehmen und Schutz bieten

3.2 »Mama, kann ich mitkommen?« – Klammern und die Sehnsucht nach Geborgenheit

3.3 »Die nehmen das nicht ernst« – Heiliger Zorn und aggressive Gefühle

3.4 »Genau wie damals« – Wie herauskommen aus Ohnmacht und Hilflosigkeit?

3.5 »Weine ruhig ...« – Der Sinn vom Traurigsein

3.6 »Du bist nicht schuld!« – Kindern die Schuldgefühle nehmen

3.7 »Das ist doch nur ein Film« – Vom Wert des Mitgeföhls

Fragen zur Reflexion

Kapitel 4

Mit Kindern in verschiedenen Altersstufen reden

4.1 »Wann ist mein Kind noch zu klein?« – In den ersten beiden Lebensjahren

4.2 »Warum schießen die?« – Im Kita-Alter

4.3 »Wer will darüber reden?« – Im Grundschulalter

4.4 »Was beunruhigt dich?« – Kinder ab elf Jahre

Fragen zur Reflexion

Kapitel 5

Sich Zeit nehmen – Wo man wie mit Kindern reden kann

5.1 »Ich will jetzt kuscheln« – Im Elternhaus

5.2 »Ich war zuerst hier« – In der Kita

5.3 »Heute wieder Ukraine-Pause?« – In der Schule

Fragen zur Reflexion

Kapitel 6

Die Weisheit der Kinder

Fragen zur Reflexion

Kapitel 7

Vom Umgang mit den eigenen Gefühlen

7.1 »Was, wenn der Krieg zu uns kommt?« –
Eigene Ängste

7.2 »Ich fürchte mich doch selbst so« – Wenn die eigene
Angst zu groß ist

7.3 »Oma, was ist denn los?« – Die Ängste der Großeltern
Fragen zur Reflexion

Kapitel 8

»Ich schieß dich tot!« – Wenn Kinder Krieg spielen

Fragen zur Reflexion

Kapitel 9

»Wer sind die Guten, wer die Bösen?« – Kinder verlangen nach Parteilichkeit

Fragen zur Reflexion

Kapitel 10

Was müssen traumatisierte Kinder durchmachen?

10.1 »Aus der Welt gefallen« – Trauma, Traumafolgen, Co-Traumatisierung

10.2 »Niemand geht man so ganz« – Was brauchen Kinder, die vor dem Krieg flüchten mussten?

10.3 »Wie damals in Afghanistan« – Wenn ein Kind durch Kriegsbilder retraumatisiert wird

10.4 »Kreative Stärkungsgruppen« – Lücken im Hilfesystem schließen

Fragen zur Reflexion

Kapitel 11

»Egal, wo Du herkommst« – Kein Kind hat den Krieg befohlen

Fragen zur Reflexion

Kapitel 12

»Gegen Ohnmacht hilft machen« – Wenn Reden nicht reicht

Fragen zur Reflexion

Kapitel 13

»Würdigen, was ist« – Wie wir trösten können

Fragen zur Reflexion

Kapitel 14

»Manches bleibt unerklärlich« – Das Unfassbare und die Hoffnung

Kapitel 15

Materialien und Hinweise

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 werden 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.

Der 14-jährige Aron wirkt seit einigen Tagen verstört. Er isst weniger als zuvor und redet nicht. Dafür sitzt Aron sehr viel am Computer und surft. Er ist erschrocken über den Krieg in der Ukraine und will alles darüber wissen. In seiner Schule wird viel darüber gesprochen. Die Eltern denken, er würde am Computer spielen. Doch das tritt zurzeit in den Hintergrund. Er ist fast süchtig nach den neuesten Nachrichten.

Sobald Kinder ein Smartphone oder einen Computer mit Internetzugang haben, erreichen Kriege und Kriegsbilder die Kinderzimmer und Schulhöfe. Das, was sie dort erfahren, hören und sehen, hat Auswirkungen. Vor allem dann, wenn Kinder wie Aron nicht über ihre Eindrücke mit Erwachsenen, denen sie vertrauen, reden können.

Der 11-jährige Marc hat keinen Internetzugang, aber ein Handy, damit er seine Eltern erreichen kann, wenn er unterwegs ist, wenn er aus der Schule abgeholt werden soll oder sich bei Freunden aufhält. In der Pause zeigt ihm ein Mitschüler ein Foto auf dessen Smartphone mit den Worten: »Guck mal, ist das nicht krass?« Das Foto zeigt Menschen, die sich in einem ukrainischen Dorf Panzern entgegenstellen, ohne Waffen. Marc hat Angst um diese Frauen und Männer. Er fürchtet, dass sie von den Panzern überrollt werden könnten. In dieser Situation ist es nicht geschehen. Die Panzer haben angehalten und sind umgedreht. Doch das weiß Marc nicht. Er hat Angst.

Kriege beschäftigen viele Erwachsene und Kinder, vor allem, wenn sie in Europa stattfinden. Das gilt für den Krieg in der Ukraine, und das galt für die Kriege zwischen den Nachfolgestaaten des ehemaligen Jugoslawien. Die meisten Kinder in Deutschland, Österreich und der Schweiz haben nie einen Krieg erlebt. Und das ist gut so. Umso fremder und manchmal auch faszinierender sind Bilder von Kriegssereignissen. Es wird über sie geredet, und sie werden untereinander gezeigt. All das können Eltern nicht verhindern. Auch Erzieher:innen und Lehrkräfte sind da machtlos.

Der Weg, über den Kinder am stärksten Kriege mitbekommen, sind Atmosphären. Der Ukraine-Krieg macht den meisten Menschen Angst, auch Eltern, auch

Erzieher:innen, auch Lehrkräften. Viele sorgen sich, dass aus diesem Konflikt ein Atomkrieg entstehen könnte, manche fürchten die wirtschaftlichen Folgen für die eigene Familie, andere sorgen sich darum, dass der Krieg auf Zentraleuropa übergreifen könnte. Kinder und Jugendliche bekommen diese Atmosphäre mit. Sie spüren, dass etwas »in der Luft« liegt. Sie nehmen wahr, dass sich Eltern oder andere Menschen, die sie mögen und schätzen, Sorgen machen. All das kann Kinder beunruhigen. Es kann dazu führen, dass die Kinder das, was die Erwachsenen beschäftigt, in sich hineinsaugen. Denn Kinder lieben ihre Eltern, ganz gleich, wie kritisch oder belastet die Beziehung zwischen Eltern und Kindern sein mag. Sie wollen nicht, dass die Eltern Kummer haben, auch nicht die Großeltern, auch nicht andere Personen, die sie schätzen und mögen, in der Verwandtschaft, in der Kita und in der Schule. Wenn sie merken, dass in ihrem Umfeld eine Atmosphäre der Kriegsangst herrscht, dann wollen sie die erwachsenen Menschen retten und deren Kummer beseitigen. Doch das kann nicht gelingen. Sie scheitern, so sehr sie sich auch anstrengen. Die Rettung gelingt den Kindern umso weniger, je weniger offen von den Erwachsenen über den Kummer und ihre Sorgen gesprochen wird. Da lauert die Verzweiflung.

Dilan und Serdar bemühen sich, besonders brav zu sein. Denn die Geschwister merken, dass sich ihre Eltern große Sorgen machen. Worüber, das wissen sie nicht. Die Eltern waren aus dem Norden des Irak nach