

Der Krieg in der Ukraine macht uns allen sehr zu schaffen. Auch bei Kindern kommen in dieser schwierigen Zeit Fragen und Ängste auf. Ob als Eltern(teil), Workshopleiter*in, Kolleg*in der gelben Villa oder einfach als Mensch – oft stellt man sich nun die Frage: Wie viel soll ich den Kindern erzählen? Wo ziehe ich Grenzen? Wie reagiere ich auf die Ängste der Kinder?

Hierfür haben wir euch einige Tipps zusammengestellt:

1. Als Eltern(teil) kann man die Gefühlslage der eigenen Kinder oft am besten einschätzen, und daher auch entscheiden **wie viele Informationen** man mit ihnen teilen möchte. Vertraut diesem Gefühl!
2. In der Arbeit mit Kindern kann aktives Fragen helfen: Wie viel haben die Kinder schon mitbekommen? Möchten sie darüber reden? Braucht ein Kind eine Auszeit? Der **individuelle Umgang** jedes Kindes sollte im Vordergrund stehen.
3. Wir Erwachsenen müssen unsere eigenen **Gefühle** nicht verheimlichen. Ein offener Umgang mit unseren Ängsten stärkt das Vertrauen der Kinder in ihre eigenen Gefühle und zeigt: „Das ist okay!“
4. Die derzeitige Lage muss weder verharmlost, noch dramatisiert werden. Ein Mittelweg könnte daher sein, die Situation zwar wahrheitsgemäß zu schildern, die eigene **Sicherheit** und Distanz zum Krisengebiet jedoch zu betonen.
5. **Reden hilft, Zuhören auch!** Bietet den Kindern den Raum, über den Krieg in der Ukraine zu sprechen. „Nur“ zuzuhören kann schon immens helfen. Nach Gesprächen sollte den Kindern genug Zeit und Möglichkeit zum Verarbeiten der neuen Informationen gegeben werden. Auch wenn die Situation an sich natürlich schrecklich ist, hilft es auch, das Gute zu betonen (wie zum Beispiel die vielen Helfer*innen und Spenden).
6. Nachrichten aus Radio und Fernsehen sollten ohne Kinder konsumiert werden. Für sie gibt es spezielle **kindergerechte Medien**, die die Geschehnisse in vereinfachter und gewaltfreier Sprache erklären. Dazu gehören:

- www.blinde-kuh.de
- www.kinder.wdr.de
- www.ndr.de/nachrichten/info/podcast
- www.schau-hin.info
- www.klick-tipps.net/kinder
- www.dpa.com/de/nachrichtendienste/kindernachrichten
- www.zdf.de/kinder
- kinder.wdr.de/tv/neuneinhalb
- www.hanisauland.de
- www.coolibri.de