



Hinweise für Eltern zum Krieg in der Ukraine

Der Krieg in der Ukraine ist auch ein bestimmendes Thema für Kinder und Jugendliche und führt zu Fragen, Sorgen und Ängsten.

Wie können Erwachsene diesen Fragen und Ängsten angemessen begegnen, um Kinder und Jugendliche in dieser schwierigen Situation zu unterstützen?

Hierzu möchten wir Ihnen einige Hinweise und Informationen geben:

- Kindern und Jugendlichen hilft es, wenn vertraute Menschen wie Eltern oder Lehrkräfte auf altersgerechte Weise mit ihnen über den Krieg sprechen und nicht versuchen, das Thema zu vermeiden oder zu beschönigen.
- Vermeiden Sie es jedoch, belastende Details zu ausführlich zu besprechen.
- Hilfreich ist es, sich an den Fragen der Kinder und Jugendlichen zu orientieren, um sie nicht mit zu vielen Informationen zu überfordern.
- Sachliche Informationen, die sich auf Fakten stützen, sind hilfreich, um das Geschehen zu verstehen und einzuordnen. Spekulationen helfen nicht weiter und verunsichern nur.
- Wenn Sie etwas nicht wissen, dürfen Sie das ruhig zugeben.
- Achten Sie darauf, eigene starke Gefühle wie Ängste, Mitleid oder Wut mit anderen Erwachsenen zu besprechen, um sie zu regulieren und nicht ungewollt auf Kinder und Jugendliche zu übertragen.
- Sprechen Sie mit Kindern und Jugendlichen über deren Gefühle und benennen sie diese. Versuchen Sie gemeinsam zu überlegen, was ihnen helfen könnte, damit sie Angst, Traurigkeit und Wut kanalisieren können.
- Aktivitäten wie Spendensammlung, Plakate in der Schule gestalten oder die Teilnahme an Friedensdemonstrationen können mögliche Aktivitäten sein, um Gefühlen der Hilflosigkeit etwas entgegenzusetzen.





- 2 -

- Reduzieren Sie die Informationsflut, insbesondere die der belastenden Bilder – auch in Ihrem eigenen Interesse. Lassen Sie Kinder und Jugendliche mit entsprechenden Fernsehbildern, aber auch Videos in sozialen Medien nicht allein.

Die Mitarbeiterinnen der Schulpsychologischen Beratungsstelle beraten Sie gern persönlich, telefonisch oder online bei individuellen Fragen. Sie erreichen uns per Email: schulpsychologie@kreis-kleve.de
telefonisch Kleve: 02821 85-266, 02821 85-495
Goch: 02823 975-107
Geldern: 02831 391-835

Weiterführende hilfreiche Links:

- **WDR2 von Ralf Caspers.** Krieg in der Ukraine: [Wie man Kindern die Situation erklärt](#)
- Die "**Sendung mit der Maus**" gibt kindgerechte Informationen: www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/ukraine
- **Landesstelle Schulpsychologie und Schulpsychologisches Krisenmanagement:** Empfehlungen für Eltern und Lehrkräfte im Umgang mit Kindern und Jugendlichen in Zeiten von Sorge um Bedrohung durch Krieg:
- www.schulpsychologie.nrw.de/themen/krieg

