



Pressemitteilung

5 Tipps, wenn Kinder Fragen zum Krieg stellen

Bad Saulgau, 19. April 2022: Fotos und Filmaufnahmen vom Krieg in der Ukraine sind auch für Kinder allgegenwärtig, von Zeitungen über TV-Beiträge bis zu Social-Media-Kanälen. Im Gegensatz zu Erwachsenen fehlt Kindern die Erfahrung, mit diesen Eindrücken umzugehen und sie beispielsweise in Relationen, wie geografische Entfernungen, zu sehen. Es entstehen bei Kindern grundsätzlich Fragen zu dem, was sie aufnehmen und empfinden. Dr. med. Gerhard Schell, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie Ärztlicher Direktor der Akutklinik Bad Saulgau, empfiehlt Eltern und Pädagogen, den Fragen der Kinder nicht auszuweichen, sondern altersgerecht zu begegnen: „Ein Fehler der Erwachsenen könnte sein, den Realitätssinn von Kindern zu unterschätzen!“ Dr. Schell, zugleich Psychoanalytiker, empfiehlt Folgendes, um das Entstehen ungesteuerter Ängste bei den Kindern zu verhindern.

Ab dem dritten Lebensjahr entwickeln Kinder einen Realitätssinn, können also wahrgenommene Ereignisse als Gefahr oder Bedrohung einordnen. Zerbombte Häuser, das Explodieren von Raketen, brennende Panzerwracks und weinende oder tote Menschen fördern bei Kindern genau wie bei Erwachsenen das Gefühl der Angst. Geografische Entfernungen kann ein Kind beispielsweise nicht relativieren, deshalb sagt Dr. Schell, zudem Facharzt für Neurologie und Psychiatrie: „Man muss den Kindern den Krieg erklären, wenn sie danach fragen.“ Entscheidend sei, so Dr. Schell, dass die Erklärungen auf dem Niveau eines Kindes geschehen. Der Experte ergänzt, dass Eltern oder Erziehende nicht aktiv das Thema bei Kindern forcieren sollen, sondern sich auf mögliche Fragen vorbereiten müssen.

„Papa, muss ich nun Angst haben?“

Eine typische Frage von Kindern lautet nach Erfahrung des Experten Schell: „Papa, muss ich nun Angst haben?“ In solch einem Fall sieht Schell eine naheliegende Antwort: „Nein, Du musst keine Angst haben, denn Mama und Papa beschützen Dich.“ Eltern und Erziehende sind naturgegeben die Beschützer der Kinder und diese Rolle und Aufgabe müssen sie in dieser Situation einnehmen. Wenn Kinder fragen, was Panzer oder Gewehre sind, dann sollen Erwachsene diese in ihrer Funktion beschreiben, aber in sehr einfachen Worten. Wie eine Bombe funktioniert, kann jeder Erwachsene technisch und detailliert erklären. Aber für das Kind zählt nicht das Detail, sondern nur das, was diese Bombe anstellt, so Schell, und erläutert: „Für Kinder sind Details unwichtig, wenn es um den Krieg geht. Kinder sind den Erwachsenen vielleicht überlegen, den Krieg richtig einzuordnen. Denn Kinder konzentrieren sich auf das Wesentliche.“

5 Tipps: Wie erkläre ich einem Kind den Krieg?

Chefarzt Dr. Schell empfiehlt das Einhalten einfacher Regeln, wenn ein Kind Fragen zu den aufgenommenen Impressionen des Krieges stellt.

- 1) Auf möglich Fragen vorbereitet sein und das Wording, die Beschreibung mit beispielsweise dem Partner abstimmen
- 2) Alle Fragen müssen beantwortet werden
- 3) Keine Details
- 4) Einfache Worte und verständliche Beschreibungen
- 5) Ruhige Sprache, denn Ruhe vermittelt Sicherheit

Wie verhalte ich mich als Erwachsener mit Kriegskindern aus der Ukraine?

Schell richtet seinen Blick auch auf die Kinder aus der Ukraine, die mit den Eltern oder allein nach Deutschland geflüchtet sind. Hier stellen sich viele Erwachsene, Erziehende oder Helfer die Frage, wie diese Kinder aus psychologischer Sicht unterstützt werden können. Schell: „Flüchtlingskinder haben andere Ängste als Kinder hier. Bindungsängste, die durch Verluste entstanden sind, können ein Leben lang anhalten. Das muss



Akutklinik Bad Saulgau

Fachklinik und Poliklinik für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie

Ärztlicher Direktor:
Dr. med. Gerhard Schell

FA für Psychosomat. Medizin
u. Psychotherapie
FA für Neurologie u. Psychiatrie
Psychoanalytiker (DPV/IPA)

verhindert werden. Die Flüchtlingskinder spüren ein permanentes Gefühl der Unsicherheit und Angst. Erwachsene müssen das Gefühl der Sicherheit vermitteln.“

Der Experte empfiehlt, dass möglichst den ganzen Familien geholfen wird, weil der Zusammenhalt dann Sicherheit vermittelt. Losgelöst davon sieht Schell die Notwendigkeit, den Kindern sofort Sprachunterricht anzubieten, damit eine Integration bei Gleichaltrigen besser funktioniert. „Normale Dinge des sozialen Umgangs helfen diesen Kindern. Dazu zählt die Schule genauso wie der Spielplatz“, so Schell.

Auf einen Blick

Dr. med. Gerhard Schell ist seit 2016 Ärztlicher Direktor der Akutklinik Bad Saulgau. Er ist Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie Facharzt für Neurologie und Psychiatrie sowie Psychoanalytiker (DPV/IPA) Psychotherapie.

Die **Akutklinik Bad Saulgau, Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie**, behandelt schwerpunktmäßig Stresserkrankungen wie körperliche Erschöpfung, Burnout-Syndrom und Depressionen. Im Rahmen eines multimodalen Konzepts werden bewährte Therapiekonzepte unter Berücksichtigung der körperlichen, seelischen und sozialen Umstände der Patientinnen und Patienten individuell abgestimmt. Hierzu gehört die Kombination von Einzel- und Gruppenpsychotherapie in Verbindung mit Kreativtherapien wie Musik-, Gestaltungs- und konzentrativer Bewegungstherapie sowie körpertherapeutischer Verfahren. Interne und externe Fort- und Weiterbildung sowie die Kooperation mit Universitäten und spezialisierten Fachkrankenhäusern anderer Fachrichtungen gewährleisten eine psychotherapeutische und medizinische Versorgung auf höchstem Qualitätsniveau. Die Privatklinik ist vom Verband der Privaten Krankenversicherungen und dem Landesamt für Besoldung und Versorgung Baden-Württemberg für Krankenhausbehandlungen anerkannt.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.akutklinik-badsaulgau.de

Pressekontakt:

Marc Däumler, Christoph Blase

excognito
Kommunikationsagentur für Healthcare und Lifestyle

Bergmannstraße 102 | 10961 Berlin
Telefon: +49 30 887 102 11 | Fax: +49 30 887 102 22

marc.daeumler@excognito.de

christoph.blase@excognito.de