

Informationen für Eltern

Über die Terrorakte in Paris wird in diesen Tagen sehr ausführlich berichtet. Bilder und Filmaufnahmen von verletzten, weinenden oder besorgten Menschen sowie groß gedruckte Überschriften mit Worten wie „Krieg“ und „Terror“ erreichen auch viele Kinder. Eltern stehen deshalb vor einer schwierigen Herausforderung: Wie sollen sie mit ihren Kindern über das Geschehene sprechen? Und welcher Umgang mit der aktuellen Medienberichterstattung ist angebracht? Zu diesen Fragen gibt das vorliegende Merkblatt einige Informationen und Empfehlungen.



Was für Kinder wichtig ist!

Sicherheitsgefühl vermitteln

Verdeutlichen Sie Ihren Kindern, dass die Terrorakte beendet worden sind und im Augenblick keine akute Gefahr mehr droht. Erklären Sie, dass die Polizei alles tut, damit die Täter rasch gefasst werden und so etwas nicht noch einmal geschieht. Wenn Kinder fragen, ob solche Terrorakte auch in Deutschland möglich sind, sollten sie jedoch wahrheitsgemäß antworten, dass man dies niemals ganz ausschließen kann, aber dass es sehr unwahrscheinlich ist, von solch einem Ereignis direkt betroffen zu sein.

Sprechen und Zuhören

Zeigen Sie sich gesprächsbereit und hören Sie aufmerksam zu, wenn Ihre Kinder über das Geschehene reden! Beantworten Sie Fragen offen und ehrlich. Drängen Sie Ihren Kindern aber keine Gespräche über die Terrorakte auf.

Sachlich informieren

Vermitteln Sie die zur Verfügung stehenden Informationen stets so sachlich wie möglich. Bagatellisieren Sie das Geschehene nicht, aber dramatisieren Sie es auch nicht zusätzlich: Versuchen Sie einerseits nicht, das Geschehene „klein zu reden“ oder „herunterzuspielen“, um Ihre Kinder vermeintlich zu schützen. Äußern Sie andererseits aber auch nichts, was zusätzliche Ängste auslösen könnte. Spekulationen über etwaige Folgen der Anschläge und weitere befürchtete Terror szenarien sind Kindern gegenüber z. B. unangebracht.

Auf Hilfe hinweisen

Machen Sie deutlich, dass und wie den betroffenen Menschen geholfen wird. Weisen Sie darauf hin, dass die Verletzten in Krankenhäusern und dort „in guten Händen“ sind. Sprechen Sie darüber, wie Menschen sich gegenseitig trösten und für Unterstützung sorgen können. Lenken Sie die Aufmerksamkeit Ihrer Kinder auch auf positive Aspekte, etwa darauf, dass viele Menschen in Sicherheit gebracht werden konnten und die Polizei sehr rasch vor Ort gewesen ist.

Eigene Betroffenheit verständlich machen

Verheimlichen Sie Ihre eigene Betroffenheit nicht. Kinder spüren rasch, wenn Ihnen etwas vorenthalten wird und fühlen sich dann u. U. betrogen oder ausgegrenzt. Erklären Sie ggf., warum Sie auch selbst besorgt oder traurig sind, damit Kinder Ihr Verhalten angemessen einordnen können.

Medienberichte auswählen und dosieren

Kinder von sämtlichen Medienberichten pauschal fern zu halten, ist sicherlich nicht sinnvoll. Lassen Sie Ihre Kinder mit den Medienberichten jedoch keinesfalls allein. Schauen Sie einzelne Meldungen, insbesondere spezielle Kindernachrichten, ggf. gemeinsam an. Zudem sollte der Medienkonsum begrenzt werden: Ständige Wiederholungen von schrecklichen Bildern und Videos, insbesondere auch im Internet, können zusätzlich belasten. Schützen Sie Ihre Kinder vor Medienberichten, wenn sie darauf besonders ängstlich reagieren.

Weitere Informationen einholen

Ältere Kinder möchten unter Umständen mehr über die Situation vor Ort, die Hintergründe von Terrorismus, Sicherheitskonzepte oder Rettungsmaßnahmen erfahren. Wenn ein solches Interesse vorhanden ist, können Sie gemeinsam recherchieren. Nutzen Sie ausschließlich seriöse Informationsquellen. Ansprechpartner können z. B. Polizeibehörden, Hilfsorganisationen oder auch das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (www.bbk.bund.de) sein.

Eigene Aktivität ermöglichen

Überlegen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern, ob es etwas gibt, was sie selbst tun könnten. Kinder könnten z. B. symbolisch eine Kerze anzünden, für die Betroffenen beten oder in einem Brief aufschreiben, was sie den Betroffenen gerne mitteilen würden.

Mögliche Reaktionen beachten

Kinder, die von einem Terrorakt erfahren haben, können unterschiedliche Reaktionen zeigen. Dazu gehören z. B. Konzentrationsschwierigkeiten, Alpträume, Ängstlichkeit oder Gereiztheit. Manche Kinder bringen ihre Befindlichkeit auch in Zeichnungen oder in ihren Spielen zum Ausdruck. Solche Reaktionen sind zunächst normal, zeigen Sie Verständnis dafür. In den meisten Fällen klingen diese Reaktionen nach kurzer Zeit wieder ab. Wenn sie jedoch sehr stark ausgeprägt sein sollten oder mehrere Wochen anhalten, sollten Sie sich an einen Experten (z. B. Kinderarzt, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut) wenden. Manchmal kann eine professionelle Unterstützung bei der Bewältigung des Erlebten notwendig sein. Scheuen Sie sich dann nicht, diese in Anspruch zu nehmen! Auch wenn Sie selbst sehr verunsichert sind und weitere Fragen zum Umgang mit Ihren Kindern haben, sollten Sie fachlichen Rat einholen.