

Mit Kindern über Katastrophen reden

Angesichts der Informationen, die uns aus Japan erreichen, sind wir erschüttert und betroffen über das Ausmaß von Leid und Tod, Zerstörung und Not. Die durch das Erdbeben ausgelöste atomare Bedrohung lässt auch in uns Ängste wachsen vor einer atomaren Katastrophe globalen Ausmaßes, aber auch vor den tickenden „Zeitbomben“ vor unserer Haustür, den AKWs in Deutschland/Europa. Unsere Kinder sehen Bilder, bekommen Informationen, die sie erschrecken. Sie spüren die Betroffenheit und Sorge der Erwachsenen. Wie können und sollen Eltern und Lehrkräfte damit umgehen? Was ist in dieser Lage hilfreich, was eher belastend?

Drei Grundregeln vorweg:

- Stellen Sie sich dem Gespräch. Das Gespräch mit den Bezugspersonen ist eine unverzichtbare Verarbeitungsmöglichkeit.
- Dabei kommt dem Zuhören eine besondere Bedeutung zu. Dabei ist es wesentlich, wahrzunehmen, welche Gefühle, Bedürfnisse, tieferen Fragen hinter den vordergründig geäußerten Gedanken eines Kindes, eines Jugendlichen stehen, um hilfreich reagieren zu können.
- Bleiben Sie in Ihren Äußerungen und Ihrem Verhalten echt und aufrichtig. Kinder erspüren Stimmungen auch hinter einer Fassade betonter Lockerheit. Auch Ihre Betroffenheit müssen Sie nicht verleugnen.

-

Die folgenden Gedanken und Anregungen sind vor allem aus der Eltern-Perspektive formuliert. Wir regen Lehrkräfte an, sie auf die pädagogische Situation in der Schule zu übertragen.

„Ich möchte, dass mein Kind nicht von solch einem Ereignis belastet wird.“

Die Information über das Ereignis wird unweigerlich durchdringen, das lässt sich bei dem Ausmaß der Katastrophe nicht vermeiden. Das Verweigern von Austausch und Gespräch an dieser Stelle würde ein Kind eher verunsichern. Es bekommt vage Informationen, spürt die allgemeine Verunsicherung, kann das aber nicht deuten und einordnen.

Tipps:

- Weichen Sie Fragen nicht aus, antworten Sie sachlich.
- Beschönigen Sie nicht, sagen Sie die Wahrheit.
- Gehen Sie nicht in Details. Was nicht gefragt wird, muss auch nicht beantwortet werden.
- Kinder im Vorschulalter können Tod als endgültig lebensbeendendes Ereignis noch nicht einordnen. Sie belasten eher die Informationen über Trennung, Notlage usw.
- Größere Grundschul Kinder werden Fragen nach Ursache und Sinn sowie der bestehenden Gefahr stellen – auch diesen Fragen sollten Sie nicht ausweichen
- Eigene Ratlosigkeit darf eingestanden werden, sollte aber keine Zweifel an der Verlässlichkeit von Eltern und Lehrern und dem durch sie gewährleisteten Schutz auslösen
- Je kleiner ein Kind ist, desto schwerer kann es die Bildfülle und die drastischen Bilder aus dem Fernsehen verarbeiten und einordnen. Niemals sollte es mit solchen Bildern alleine gelassen werden, das Gespräch ist die bessere Alternative, mindestens sollte es die Bilder ergänzen.

„Mein Kind redet wenig darüber, es wirkt verändert, verstört.“

Wahrnehmbare Veränderungen Ihres Kindes sollten Sie ernst nehmen –typische Merkmale einer Belastung könnten sein: Rückzug, Schlafstörungen, Alpträume, nächtliches Einnässen oder andere regressive Verhaltensweisen, körperliche Symptome wie Bauch- und Rückenschmerzen, Kopfweg, Konzentrationsstörungen, Schulangst oder –verweigerung.

Tipps:

- Lassen Sie Ihr Kind Geborgenheit und Nähe spüren – beim Kuscheln, durch das Zusammensein in der Familie, durch Gespräche, Spiele, gemeinsame Mahlzeiten.
- Geben Sie Ihrem Kind in dieser Zeit vermehrt Zuwendung und Aufmerksamkeit.
- Lassen Sie Kinder spüren: die Familie, die Schule ist ein Ort der Sicherheit und Geborgenheit.

Sollten Symptome anhalten oder Sie beunruhigen, suchen Sie fachlichen Rat. Schulpsychologen, Seelsorger, Beratungsstellen (vor allem: Staatliche Schulberatungsstelle in Ihrer Region) können dabei helfen.

„Mein Kind fragt, ob das auch bei uns passieren kann...“

Antworten Sie auch auf diese Frage nicht ausweichend oder beschwichtigend, sondern sachlich, ohne zu lügen, aber auch ohne zu dramatisieren. Es ist nicht auszuschließen, dass es auch in unserem Land zu einer Naturkatastrophe oder zu einer atomaren Bedrohung kommt. Die Wahrscheinlichkeit ist jedoch gering. Und es wird viel getan, um die Sicherheit zu gewährleisten. Beispielsweise wird jetzt gerade auf allen Ebenen überlegt, Atomkraftwerke stillzulegen. Erzählen Sie dem Kind von konkreten Maßnahmen, die ergriffen werden und stärken Sie so das Sicherheitsgefühl. Machen Sie Ihrem Kind, Ihrem Schüler deutlich, dass Sie selbst sich um seine Sicherheit sorgen und sich dafür engagieren.

„Wie kann man in der Schule auf die Katastrophe reagieren?“

Über das oben Gesagte hinaus sollen Kinder und Jugendliche die Möglichkeit zur Bewältigung erhalten. Ihr Bewusstsein von Sicherheit soll gestärkt werden.

- Klären Sie, ob es in Ihrer Schule unmittelbar durch die Katastrophe Betroffene gibt (Verwandte, Eltern, die für eine Firma in Japan tätig sind, Diplomaten, Journalisten, ...).
- Informationen über das Ereignis helfen, es einzuordnen.
- Symbole, Gebete, Andachten können helfen, Betroffenheit auszudrücken.
- Ebenso gibt ein „Raum der Stille“ oder eine Schreib-Wand die Möglichkeit, Emotionen auszudrücken. Das entlastet.
- Gesprächsangebote sind unerlässlich – sie ermöglichen es, eigene Fragen einzubringen.
- Angebote von Aktivitäten stärken das Gefühl der Selbstwirksamkeit trotz der Ohnmachtserfahrungen.
- Normalität im Unterricht stärkt das Sicherheitsgefühl.
- Schüler sollten erfahren, an wen sie sich wenden können, wenn sie Hilfe brauchen.

Thomas Barkowski, RPZ Heilsbronn