

Wie man Kindern Terror erklärt

Nach den Anschlägen in der Wiener Innenstadt sollte man Kindern die Fakten erklären, ihnen Sicherheit geben und sich, wenn nötig, Hilfe holen

3. November 2020, 07:50



Man sollte weder Ängste verstärken, noch so tun, als wäre nichts passiert, sagt die Gesundheitspsychologin Hedwig Wölfl.

Foto: istockphoto

Viele Eltern werden sich in diesen Stunden fragen, wie sie die aktuellen Geschehnisse ihren Kinder erklären können. Die Gesundheitspsychologin und Leiterin der Möwe-Kinderschutzzentren, Hedwig Wölfl, rät zu folgenden Punkten, die nun zu berücksichtigen sind:

- **Fakten erklären.** Den aktuellen Erkenntnisstand der Polizei in kindgerechter und altersadäquater Sprache erklären:
Was ist passiert? ("Es gab einen Anschlag mit Toten und Verletzten in der Wiener Innenstadt.")
Was wird dagegen getan? ("Polizei und Rettung arbeiten für die Sicherheit von uns allen.") Sind wir in Gefahr? ("Nein, in unserer Wohnung bist du in Sicherheit, auch die Schule ist abgesichert.")

- **Sicherheit geben.** Terrornachrichten lösen Unsicherheit und Ängste aus – nun gilt es, das Vertrauen in die Gefahrenabwehr durch die Polizei zu stärken sowie das persönliche und familiäre Sicherheitsgefühl durch Normalität zu stabilisieren, sagt Wöfl. Das kann etwa sein, wie immer zu frühstücken, aus dem Fenster zu schauen oder konkrete Pläne für den Tag zu machen.
- **Weder katastrophisieren noch bagatellisieren.** Es ist wichtig, die Fakten zu erklären, Kinder proaktiv und sachlich über die Vorfälle aufzuklären und darauf zu achten, dabei nicht zu übertreiben. Man sollte weder Ängste verstärken, noch so tun, als wäre nichts passiert oder als wäre die Aufregung lächerlich. Kinder gehen meist sehr pragmatisch mit solchen Ereignissen um, weiß Wöfl.
- **Entscheidungen treffen und Verantwortung übernehmen.** Ob Schulbesuch oder nicht, ist eine elterliche Entscheidung und sollte nicht den Kindern überlassen werden. Falls die Kinder zur Schule gehen, sollte man klare Vereinbarungen mit ihnen treffen bezüglich Hinbringen oder -fahren bzw. Abholen. Man sollte Uhrzeiten vereinbaren und einhalten sowie die Tagesstruktur planen.
- **Wenn nötig, Hilfe holen:** Falls Fragen oder Ängste auftauchen, die innerhalb der Familie nicht gut beantwortet oder beruhigt werden können, sollte man sich selbst beraten lassen und, wenn notwendig, auch den Kindern und Jugendlichen professionelle Hilfe zukommen lassen. Hilfe gibt es etwa bei Rat auf Draht, den Kinderschutzzentren, der Kinder- und Jugendhilfe, sowie den Psychosozialen Diensten. (red, 3.11.2020)