

Schreckliche Bilder vom Taifun „Haiyan“ sind für Kinder schwer zu verkraften

J. Plass, Diplompsychologe

Kinder sind sehr empfindsam. Daher gehen ihnen die Bilder von den Folgen des Wirbelsturms auf den Philippinen besonders nahe, sie sehen Menschen leiden, verheerende Verwüstungen, vielleicht auch Leichen. Dies können sie oft nicht verstehen, da sie keine Erfahrungsmuster haben, in denen sie diese schrecklichen Ereignisse einordnen können, sie können sie also nur schwer verkraften. Die Nachrichten machen ihnen Angst, sie beunruhigen sie, sie lassen oft auch viele Fragen für die Kinder offen. Kinder können sich dann auch sorgen, ob sie selbst oder ihre Lieben Opfer einer solchen Katastrophe werden könnten, manche machen sich vielleicht sogar Sorgen, ob nicht ihr eigenes Verhalten dazu beigetragen hat, sie vielleicht sogar eine Schuld daran haben..

Kinder brauchen also wieder Sicherheit und das Gefühl von Geborgenheit. Das gelingt am besten, wenn man jetzt den Kindern zur Seite steht, ihnen Möglichkeit bietet, über ihre Eindrücke und Ängste zu reden, sie zu trösten und ihnen auch wieder Sicherheit und Zuwendung gibt. Dabei ist es sicher wichtig, dass man es ihnen kindgerecht erklärt, ihnen auch nichts verheimlicht. Hier einige Hinweise, die bei der Verarbeitung solcher traumatischer Bilder helfen können :

- Eltern können mit ihren Kindern gemeinsam kindgerechte Nachrichten, wie z. B. „Logo!“ des ZDF oder „Neuneinhalb“ im Ersten anschauen und dann ihnen zeigen, dass sie gesprächsbereit und offen sind, um auf alle Fragen und Ängste der Kinder einzugehen.
- Die Ängste der Kinder sind auf jeden Fall ernst zu nehmen, Hinweise, dass so etwas bei uns nicht passieren kann, helfen oft nicht. Zum Einen kann man ihnen versichern, dass wir alles tun, damit es bei uns möglichst sicher ist, zum Anderen kann es wichtig sein, ihnen verschiedene Verarbeitungsmöglichkeiten anzubieten. Dazu kann es gehören, dass sie Bilder malen, um das Geschehene aktiv zu verarbeiten oder aber sich gemeinsam mit den Erwachsenen Gedanken machen, wie sie den Kindern auf den Philippinen helfen können.
- Auch wenn wir Erwachsenen auf manche Fragen keine Antwort haben, so sollten diese doch nicht ausgespart werden. Es ist immer besser zu bekennen, dass man etwas nicht weiß, als Themen zu vermeiden. Zumindest können dann die Kinder erfahren, dass sie mit ihren Sorgen und Fragen nicht alleine dastehen. Sie können sich auf jeden Fall gemeinsam mit ihnen als Eltern mit ihren Fragen beschäftigen. Gesprächsbereite Eltern wissen, wo ihre Kinder in der Auseinandersetzung mit bedrohlichen Themen stehen, sie wissen, was sie im Moment beschäftigt und können so am ehesten auf Bewältigungsmöglichkeiten hinweisen.

(Fuldaer Zeitung, 28.11.2013)