

Kinder und der Umgang mit Krisen

Nicht die Kinder aus dem Blick verlieren

Auch die Kinder befinden sich in einer Krise. Sie werden auf eine harte Probe gestellt und auch überfordert. Gerade der Erwachsenenbereich, der ihnen im familiären und außerfamiliären Bereich normalerweise Halt gibt, gerät ins Wanken. Bezugspersonen aus Freizeitaktivitäten, Erzieher*innen, Lehrkräfte sind für Kinder momentan nicht oder nur schwer greifbar. Ausschließlich der engste Kreis kann den Kindern jetzt bei der Krisenbewältigung beistehen. Dabei ist die familiäre Bindung momentan von ganz besonderer Bedeutung. Deshalb ist es gerade jetzt wichtig, die Kinder nicht aus dem Blick zu verlieren. Neben den Bezugspersonen fehlen den Kindern im Moment ihre sozialen Gruppen. Kitagruppen, Schule, Freizeitaktivitäten und auch das Spielen mit anderen Kinder (sogar auf Spielplätzen) ist nicht möglich. Damit fehlt ihnen also auch der Kontakt zu ihrer Peergroup (Bezugsgruppe der Kinder untereinander). Gerade in einer solchen Phase brauchen die Kinder die Unterstützung in der Familie.

Dies führt zu einer großen Herausforderung in den Familien. Diese Herausforderungen dürfen aber nicht zur Sprachlosigkeit führen, denn gerade jetzt benötigen die Kinder mehr denn je Antworten. Sie erleben Unruhe bei den Eltern, einen komplett veränderten Tagesablauf (nicht zu vergleichen mit Ferien, da sonstige Ferienangebote wegfallen), Bilder, mit denen sie umgehen müssen (leere Warenregale, Berichterstattung rund um die Uhr zum Thema Corona-Virus), den Veränderungen von Sozialformen und -strukturen (z.B. kein Besuch bei Oma oder Menschen, die im Krankenhaus liegen, keinen Gottesdienst, ...)

Hier gilt es für die Erwachsenen in ihrer möglichen Sprachlosigkeit für die Kinder Worte zu finden.

Vielleicht können dabei nachfolgende Gedanken eine kleine Hilfe sein:

Was Kindern helfen kann:



Kinder brauchen beides: einen **guten „Schutzbereich“**, der ihnen zu Hause Sicherheit und Geborgenheit vermittelt, und zugleich brauchen sie Zugehörigkeit, und das heißt auch: sich nicht von wesentlichen Informationen ausgeschlossen zu fühlen.

Wägen Sie also gut ab, welche Informationen über die Corona-Krise, Veränderungen und Gefährdungen sie mit den Kindern teilen. Natürlich spielt der Entwicklungsstand des Kindes dabei eine entscheidende Rolle.

Das Gespräch über die besondere Situation in unserer Gesellschaft aufgrund der Corona-Krise kann hilfreich sein. Vor allem helfen Fragen an die Kinder, die ein Gespräch eröffnen können:

„Wie erlebst du es gerade, zu Hause zu bleiben und nicht in den gewohnten Abläufen unterwegs zu sein? Was hilft dir in der Situation? Hast du vor irgendetwas Angst und möchtest du darüber sprechen? Was brauchst du, damit es dir gut geht?“

Geben Sie dem Kind Gelegenheit, die eigenen Gefühle auszudrücken und über sie zu sprechen. Wenn Sie merken, dass das Kind nicht darüber reden möchte, ist es wichtig, es zu nichts zu drängen, aber weiterhin Angebote zu machen.

Emotionale Reaktionen von Kindern auf die besondere Situation gehören hier dazu. Signalisieren Sie den Kindern, dass sie auch emotional reagieren dürfen, wenn Veränderungen und Einschränkungen an der Tagesordnung sind. Zeigen Sie den Kindern, dass sie gerne nachfragen dürfen und mit Fragen oder Gesprächswünschen zu Ihnen kommen können. Kinder spüren sehr fein, ob Sie zu solchen Gesprächen bereit sind oder innerlich eher hoffen, nicht gefragt zu werden.

Es ist gut, eine **Atmosphäre des Angenommen-Seins** zu schaffen. Die Umgebung spielt jetzt eine besonders wichtige Rolle für Kinder.

Akzeptieren Sie, dass Kinder in kürzeren Phasen ihre Emotionen leben: spontanes Traurigsein kann sich schnell in fröhliches Spiel verwandeln und anders herum. Kinder haben ein anderes Zeitempfinden.



Aufrichtigkeit den Kindern und den eigenen Gefühlen gegenüber ist eine wichtige Voraussetzung für einen gelingenden Umgang mit Krisen. Aufrichtigkeit bedeutet auch, das eigene Nicht-Wissen einzugestehen. Es hilft den Kindern, wenn sie merken, dass auch Sie nicht auf alles eine Antwort haben. Und es verbindet und schafft gemeinsame Hoffnung, zusammen nach Antworten auf offene Fragen zu suchen.

Bewegung ist Teil der Bewältigung von Krisen. Bieten Sie dem Kind viele Möglichkeiten zum Spielen und Toben auch im Haus an. Lassen Sie sich gemeinsam kreative Spiele, ggf. mit Tanz und Bewegung im Haus einfallen. Im Internet gibt es viele Anregungen dazu. (z. B. <https://www.familie.de/kleinkind/kinderspiele/indoorspiele/> 50 Spiele für Kinder aufgeschlüsselt von 3 bis 9 Jahren oder eine Vielzahl von Spielen unter <https://www.kinderspiele-welt.de/spiele-fur-drinnen/kreisspiele.html> Ansonsten bei Google einfach „Spiele für drinnen“ eingeben und für alle Altersgruppen genügend Anregungen erhalten)



Sprechen Sie mit dem Kind über Ihren Glauben und Ihre Hoffnungen. Überlegen Sie gemeinsam, was Sie sich von Gott wünschen in der Krise. Vielleicht mögen Sie miteinander beten und Gott gemeinsam Wünsche, Bitten, auch Klagen und Hoffnungen sagen?

Auch wenn Sie keine festen religiösen Überzeugungen haben, wagen Sie doch gemeinsam mit dem Kind zu hoffen oder zu träumen.

Miteinander in der Familie biblische Geschichten entdecken

Sie und die Kinder haben Zeit miteinander? Sie möchten mit den Kindern miteinander auch zu Hause Glaube und Religion leben?

Nehmen Sie eine Kinderbibel und lesen Sie eine Geschichte vor. Wenn Sie mögen, legen Sie zu der Geschichte eine Szene auf dem Fußboden aus – Sie und die Kinder gemeinsam. Dazu können Sie Steine und anderes Naturmaterial ebenso gut nutzen wie Stoffe oder Figuren aus dem Kinderzimmer (spannend ist: abstraktere Gegenstände sind wirkungsvoller als Playmobilfiguren oder andere konkrete Gestalten).

Vielleicht fällt Ihnen ein Lied ein, das zu der Geschichte passt?

Anschließend können alle das, was bei ihnen oben aufliegt, kreativ gestalten. – mit Knete, mit Naturmaterialien, Malen auf Papier, Reißen von bunten Papieren und aufkleben etc....

Alle zeigen das, was sie gestaltet haben.

Vielleicht finden Sie einen gemeinsamen Satz oder Wunsch zu dem, was Ihnen gerade wichtig geworden ist? Wenn Sie mögen, schließen Sie das Miteinander mit einem gemeinsamen Gebet ab.

Wenn Sie Fragen zu einer biblischen Geschichte, dem Auswählen einer Kinderbibel oder zum Erzählen, Beten, Singen haben, wenden Sie sich gern an Pastorin Friederike Harbordt (Tel. 81900664 oder harbordt@johannesgemeinde.de)

Nehmen Sie sich Zeit für sich und Ihre Kinder!

Quelle: Verband Evangelischer Kindertageseinrichtungen in Schleswig-Holstein e.V.