

## **Ehrlichkeit und klare Worte: Kindern den Krieg verständlich erklären**

**Gerade mal zwei Stunden dauert ein Flug von Berlin nach Kiew – so nah ist der Krieg in der Ukraine, der aktuell die Welt erschüttert. Für die Kinder und Jugendlichen ist die Situation besonders belastend. Viele Eltern fragen sich daher, wie sie ihren Kindern den Krieg erklären sollen. Hilfreiche Tipps hält Dr. Andries Korebrits, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am Helios Park-Klinikum Leipzig, bereit.**

Ganz anders als bei Kriegen in Afghanistan, dem Jemen oder in Syrien sind die aktuellen Geschehnisse realer, da sie "gleich um die Ecke", hier bei uns in Europa stattfinden. Die Nähe des Geschehens verursacht Angst – nicht nur bei Erwachsenen, sondern auch bei Kindern und Jugendlichen jedes Alters. Ein mögliches Trauma aufgrund der Medienberichte und Bilder müssen Eltern hierzulande jedoch nicht befürchten. „Ein Trauma entsteht erst dann, wenn man solch eine Kriegshandlung selbst miterlebt hat. Um aber eine mögliche Reizüberflutung zu verhindern, muss man aufpassen, dass Kinder und Jugendliche nicht zu oft mit solchen Bildern und Berichten konfrontiert werden“, erklärt Dr. Korebrits.

Eltern sollten den Fernsehkonsum und das Internetverhalten ihrer Kinder daher im Moment besonders im Blick behalten und zugleich für Ablenkung sorgen. Der aufkommende Frühling bietet zum Beispiel Gelegenheit einmal mehr an die frische Luft zu gehen und auf andere Gedanken zu kommen.

### **Wie erklärt man Kindern verständlich den Krieg?**

Die Erwachsenen müssen im Gespräch mit Kindern und Jugendlichen ehrlich sein und sollten nichts verschweigen. „Wer den Kindern die Wahrheit vorenthält, riskiert, dass sie sich ihre Informationen anderswo holen, ohne die richtige Einordnung. Das würde

sie viel mehr verunsichern. Gleichwohl rate ich, das Maß auch beim ausführlichen Erklären nicht zu überschreiten“, rät Dr. Korebrits.

Darüber hinaus ist wichtig, bei den Gesprächen in der Familie den Fokus auch auf andere Themen des Tages zu legen. „Wer den ganzen Tag nur vom Krieg und seinen Folgen hört, muss unweigerlich Angst bekommen. Man kann Kindern durchaus auch sagen, dass nicht nur sie, sondern auch Erwachsene sich Sorgen machen, dass die Gefahr aber noch nicht so extrem ist, in Panik zu verfallen“, sagt Dr. Korebrits.

Jugendliche hingegen stehen durchaus für intensivere Gespräche bereit. Hier ist es sinnvoll, sich auch mit den Hintergründen der kriegerischen Handlung auseinanderzusetzen, etwa über die gemeinsame Geschichte und Sprache beider Staaten zu reden.

Damit Kinder und Jugendliche den Krieg und seine Auswirkungen verstehen, begreifen und für sich verarbeiten können, helfen mitunter einfache, aber stets ehrliche Erklärungen. Wer das umsetzt, gibt Kindern den ihnen zustehenden Respekt und nimmt ihnen gleichsam etwas Angst.

Hier geht's zum Helios Pressebereich:

[www.helios-gesundheit.de/presse](http://www.helios-gesundheit.de/presse)

---

Helios ist Europas führender privater Krankenhausbetreiber mit insgesamt rund 125.000 Mitarbeitenden. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Kliniken in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika und die Eugin-Gruppe mit einem globalen Netzwerk von Reproduktionskliniken. Mehr als 22 Millionen Patient:innen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2021 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von rund 10,9 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über 89 Kliniken, rund 130 Medizinische Versorgungszentren (MVZ), sechs Präventionszentren und 17 arbeitsmedizinische Zentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,4 Millionen Patient:innen behandelt, davon 4,4 Millionen ambulant. Helios beschäftigt in Deutschland mehr als 75.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2021 einen Umsatz von 6,7 Milliarden Euro. Helios ist Partner des Kliniknetzwerks „Wir für Gesundheit“. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 56 Kliniken, davon sieben in Lateinamerika, 88 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 17 Millionen Patient:innen behandelt, davon 16,1 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt mehr als 46.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2021 einen Umsatz von 4 Milliarden Euro.

Das Netzwerk der Eugin-Gruppe umfasst 33 Kliniken und 39 weitere Standorte in zehn Ländern auf drei Kontinenten. Mit rund 1.600 Beschäftigten bietet das Unternehmen ein breites Spektrum modernster Dienstleistungen auf dem Gebiet der Reproduktionsmedizin an und erwirtschaftete 2021 einen Umsatz von 133 Millionen Euro.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius.

**Pressekontakt:**

Ines Balkow

Pressesprecherin

Helios Kliniken GmbH

Telefon: 030 / 52 13 21 421

E-Mail: [ines.balkow@helios-gesundheit.de](mailto:ines.balkow@helios-gesundheit.de)