

## Mögliche Reaktionen beachten

Wenn Ihr Kind z. B. Konzentrationsschwierigkeiten, Alpträume, Ängstlichkeit oder Gereiztheit zeigt, begegnen Sie ihm mit Verständnis. Kleinere Kinder bringen ihre Empfindungen vielleicht in Zeichnungen oder in ihrem Spiel zum Ausdruck.

Solche Reaktionen können auftreten, wenn Kinder von einem Terroranschlag, einem schweren Unglück oder einer Gewalttat betroffen sind. Auch Kinder, die nicht direkt von einem solchen Ereignis betroffen sind, aber davon erfahren haben, können solche Reaktionen zeigen. Diese Reaktionen sind zunächst eine normale Begleiterscheinung der Belastungsverarbeitung, auch wenn sie als unangenehm erlebt werden können. In den meisten Fällen klingen diese Reaktionen nach kurzer Zeit wieder ab. Wenn sie jedoch sehr stark ausgeprägt sein sollten oder mehrere Wochen anhalten, scheuen Sie sich nicht, professionelle Unterstützung zu suchen. Auch wenn Sie selbst sehr verunsichert sind und weitere Fragen zum Umgang mit Ihrem Kind haben, können Sie jederzeit fachlichen Rat einholen, z. B. bei Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt, einer (Erziehungs-)Beratungsstelle sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -therapeuten.



© Esi Grünhagen | Kexy.de

Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) ist eine Fachbehörde des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat (BMI). Es unterstützt und berät andere Bundes- und Landesbehörden bei der Erfüllung ihrer Aufgaben im Bevölkerungsschutz.

Alle Bereiche der Zivilen Sicherheitsvorsorge berücksichtigt das BBK fachübergreifend und verknüpft sie zu einem wirksamen Schutzsystem für die Bevölkerung und ihre Lebensgrundlagen. Mit dem BBK steht Ihnen ein verlässlicher und kompetenter Partner für die Notfallvorsorge und Selbsthilfe zur Seite.

Überreicht durch:

### Inhaltliche Gestaltung in Kooperation mit

Prof. Dr. Harald Karutz  
MSH Medical School Hamburg  
Fakultät Humanwissenschaften  
Am Kaiserkai 1  
20457 Hamburg

### Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Bundesamt für Bevölkerungsschutz  
und Katastrophenhilfe (BBK)  
Provinzialstraße 93  
53127 Bonn  
Postfach 1867  
53008 Bonn  
Telefon: +49(0)228-99550-0  
poststelle@bbk.bund.de  
www.bbk.bund.de

© BBK 2021



Bundesamt  
für Bevölkerungsschutz  
und Katastrophenhilfe

# Mit Kindern über Terroranschläge sprechen

Informationen für Eltern und Angehörige



BBK. Gemeinsam handeln. Sicher leben.

© BBK

Über die verschiedensten Terrorakte überall auf der Welt wird häufig sehr ausführlich berichtet. Solche Nachrichten und Bilder von Anschlägen erreichen auch Kinder und können zu Verunsicherung und Ängsten führen. Je näher ihnen diese Ereignisse sind oder scheinen, umso größer kann die wahrgenommene Bedrohung sein.

**Viele Eltern stehen vor einer schwierigen Herausforderung: Wie können sie mit ihrem Kind über das Geschehene sprechen? Welcher Umgang mit der Medienberichterstattung ist angebracht? Auf solche Fragen gibt das vorliegende Merkblatt einige Antworten.**

## Was für Ihr Kind wichtig ist

Signalisieren Sie, dass Sie jederzeit für Ihr Kind da sind. Zeigen Sie sich Gesprächsbereit und hören Sie aufmerksam zu, wenn Ihr Kind über das Geschehene reden möchte. Drängen Sie Ihrem Kind aber keine Gespräche über Terrorakte auf.

Beantworten Sie Fragen offen und ehrlich. Vermitteln Sie die zur Verfügung stehenden Informationen so sachlich und unaufgeregt wie möglich. Bagatellisieren Sie das Geschehene nicht, aber dramatisieren Sie es auch nicht zusätzlich: Versuchen Sie einerseits nicht, das Geschehene „kleinzureden“ oder „herunterzuspielen“, um Ihr Kind vermeintlich zu schützen. Äußern Sie andererseits aber auch nichts, was zusätzliche Ängste auslösen könnte. Spekulationen über etwaige Folgen von Anschlägen und weitere befürchtete Terrorszenarien sind Kindern gegenüber unangebracht.

## Wie Sie Ihr Kind unterstützen können

### Sicherheitsgefühl vermitteln

Erklären Sie Ihrem Kind, dass und wie den betroffenen Menschen geholfen wird. Erläutern Sie, dass die Verletzten in Krankenhäuser gebracht und dort gut versorgt werden. Weisen Sie auch darauf hin (sofern es zutrifft), dass im Augenblick für Ihr Kind und auch Sie selbst keine akute Gefahr besteht und Sie in Sicherheit sind.

Legen Sie den Fokus darauf, dass alles unternommen wird, damit diejenigen, die Terroranschläge begehen, rasch gefasst werden.

Lenken Sie die Aufmerksamkeit Ihres Kindes auch auf positive Aspekte, etwa darauf, dass viele Menschen geschützt und gerettet werden konnten und viele Einsatzkräfte rasch vor Ort gewesen sind.

Wenn Ihr Kind fragt, ob Terrorakte auch in Ihrer unmittelbaren Nähe möglich sind, sollten Sie wahrheitsgemäß antworten, dass man dies niemals ganz ausschließen kann – dass solche Ereignisse aber sehr selten sind.

### Eigene Betroffenheit verständlich machen

Verheimlichen Sie Ihre eigene Betroffenheit nicht. Ihr Kind spürt rasch, wenn ihm etwas vorenthalten wird, und fühlt sich dann unter Umständen zusätzlich verunsichert. Erklären Sie, warum Sie besorgt oder traurig sind, damit Ihr Kind Ihr Verhalten verstehen kann.



### Medienberichte auswählen und dosieren

Ständige Wiederholungen von schrecklichen Bildern und Videos, insbesondere auch im Internet, können Ihr Kind belasten. Achten Sie daher darauf, den Medienkonsum zu begrenzen. Schauen Sie einzelne Meldungen ggf. gemeinsam an, insbesondere altersgerechte Nachrichtenformate für Kinder. Lassen Sie Ihr Kind mit den Berichten und Eindrücken nicht allein. Schützen Sie Ihr Kind vor Medienberichten, wenn es darauf besonders ängstlich reagiert.

Ältere Kinder möchten unter Umständen mehr über die Situation vor Ort, die Hintergründe von Terrorismus, Sicherheitskonzepte oder Rettungsmaßnahmen erfahren. Wenn ein solches Interesse vorhanden ist, können Sie gemeinsam nach entsprechenden Informationen recherchieren. Nutzen Sie dafür seriöse Quellen, beispielsweise behördliche Internetseiten oder Materialien von Fachgesellschaften und Hilfsorganisationen.

### Aktivität ermöglichen

Überlegen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, ob es etwas gibt, was Sie selbst tun können. Vielleicht möchte Ihr Kind aufschreiben oder malen, was es bewegt oder was es sich wünscht. Sie könnten z. B. auch symbolisch zusammen eine Kerze anzünden. Sprechen Sie außerdem darüber, wie Menschen sich gegenseitig trösten und für Unterstützung sorgen können.