



Schulpsychologie Niedersachsen

Empfehlungen für Lehrkräfte im schulischen Umgang mit dem Thema Krieg

Die schrecklichen Ereignisse in der Ukraine machen Erwachsene fassungslos und lösen bei vielen Schülerinnen und Schülern Ängste und Sorgen aus, die verschiedene psychische und physische Belastungsreaktionen hervorrufen können. Lehrkräfte stehen in dieser Situation vor der großen Herausforderung, wie sie mit den Schülerinnen und Schülern über den Krieg reden sollen. In Krisenzeiten sind Lehrkräfte wichtige Bezugspersonen, die den Kindern und Jugendlichen Sicherheit und Orientierung vermitteln können. Zeit für Gespräche zu haben und sensibel die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler wahrzunehmen, sind dafür wichtige Voraussetzungen.

Die folgenden Hinweise geben Empfehlungen für Lehrkräfte, wie sie dieses schwierige Thema in der Schule angemessen besprechen und die Schülerinnen und Schüler unterstützen können.

Soll in der Schule mit den Schülerinnen und Schülern überhaupt über dieses schwere Thema gesprochen werden?

Das Thema Krieg nimmt aktuell so viel Raum in allen Bereichen des Alltags ein, dass es in vielen Klassen früher oder später sinnvoll und notwendig sein wird, darüber zu sprechen, insbesondere wenn Schülerinnen und Schüler Familienangehörige in der Ukraine, Belarus oder Russland haben. Es muss aber nicht zwangsläufig darüber geredet werden, wenn die Klasse aktuell keinen Bedarf dafür hat. Ein solches Gespräch sollte nicht aufgezwungen werden. In der Regel sind Lehrkräfte gut in der Lage, die Stimmungslage in der Klasse sensibel wahrzunehmen.

Wenn Sie sich nicht sicher sind, spricht nichts dagegen, Schülerinnen und Schüler zu fragen, ob sie darüber sprechen möchten oder lieber nicht.

Wenn der Zeitpunkt da ist, mit der Klasse darüber zu sprechen: Wie können Sie das Gespräch führen, ohne die Klasse dadurch noch mehr zu verunsichern?

Folgende Grundsätze geben hier eine Orientierung für die Gesprächshaltung:

Hören Sie aufmerksam zu und beantworten Sie sachlich die Fragen der Schülerinnen und Schüler. Versuchen Sie dabei, nur die Fragen zu beantworten, die tatsächlich gestellt wurden. Gehen Sie altersgemäß auf Vorwissen der Kinder und Jugendlichen ein. Hinweise zur altersdifferenzierten Ansprache finden sich bei [Schau hin!](#)

Achten Sie bei den Fragen darauf, welche Bedürfnisse dahinterstehen könnten. Ist es eher ein Informationsbedürfnis oder sind es Sorgen und Ängste der Schülerinnen und Schüler?

- 1.** Seien Sie offen und authentisch. Es ist gut, Ihre eigene Besorgnis mitzuteilen und nichts zu verharmlosen. Gleichzeitig sollte keine Panik verbreitet werden – gehen Sie nicht auf besonders grausame Details ein. Bleiben Sie sachlich, blenden Sie aber nicht die Gefühle aus. Ängste und Sorgen sollten explizit angesprochen werden dürfen.
- 2.** Es ist in Ordnung, als Lehrkraft zu sagen, dass Sie auf manche Fragen keine guten Antworten haben. Auf die Frage, ob der Krieg auch zu uns kommen könne, sollte man wahrheitsgemäß antworten, dass man dies nicht mit letzter Sicherheit ausschließen kann, dass aber aktuell alles Mögliche in der Weltgemeinschaft getan wird, um dies zu verhindern. Demzufolge ist es derzeit eher unwahrscheinlich, dass der Krieg auch uns unmittelbar erreicht.
- 3.** Grundsätzlich können Sie nichts falsch machen, solange Sie aufmerksam und empathisch zuhören und dem Gespräch Raum geben. Die Klasse als Gemeinschaft ist eine zentrale Ressource, um in belastenden Situationen eine Entlastung zu schaffen. Sie als Lehrkraft haben im Gespräch nicht die Aufgabe, alle Ängste zu nehmen. Sorgen und Ängste relativieren sich in der Regel durch ein angeleitetes gemeinsames Gespräch. Durch Zuwendung werden vielmehr die Selbstheilungskräfte der Schülerinnen und Schüler aktiviert.

Was können Sie als Lehrkraft tun, um die Schülerinnen und Schüler im Umgang mit der Thematik weiter zu unterstützen?

Zentral ist es, den Schülerinnen und Schülern ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln. Dazu gehört auch, den gewohnten Schulalltag aufrechtzuerhalten und so viel Normalität wie möglich zu erhalten. Gerade die gewohnten Strukturen sind wichtig und die vertrauten Tagesabläufe und Routinen geben den Schülerinnen und Schülern Halt.

- 1.** Das Bedürfnis der Schülerinnen und Schüler nach Informationen kann sehr unterschiedlich sein. Einige brauchen sehr detaillierte Informationen; dafür können gemeinsam altersangemessen aufbereitete Informationen zusammengetragen und angeschaut werden. Für jüngere Schülerinnen und Schüler können Kindernachrichten

wie [logo](#) oder die [Sendung mit der Maus](#) gute Angebote darstellen. Anschließend kann in der Klasse darüber gesprochen werden. Für ältere Schülerinnen und Schüler ist es wichtig, auch Hintergrundinformationen zu thematisieren. Da die Schülerinnen und Schüler häufig selbst nach Informationen suchen oder durch soziale Medien mitbekommen, kann es hilfreich sein, darüber zu sprechen, wie Quellen richtig eingeordnet werden können. Ansatzpunkte hierfür gibt es z. B. bei [Faktenfuchs](#).

2. Aus unterschiedlichen Gründen können Schülerinnen und Schüler emotional durch die Situation in der Klasse überfordert sein und anfangen zu weinen oder zu erstarren. In solchen Fällen sollten Rückzugsmöglichkeiten gegeben werden und eine Anbindung an schulinterne Beratungsangebote erfolgen, damit die Schülerinnen und Schüler aufgefangen werden können.

3. Mit älteren Schülerinnen und Schülern kann es sinnvoll sein, auch über den Medienkonsum zu sprechen. Viele nutzen ihr Smartphone den ganzen Tag über immer wieder und bekommen so andauernd neue Informationen zu den Geschehnissen. Diese Wiederholungen und die permanente Beschäftigung mit dem Thema stellen häufig eine Überforderung dar. Überlegen Sie gemeinsam in der Klasse, wie die Schülerinnen und Schüler für angemessene Pausen sorgen können.

4. Wenn die Schülerinnen und Schüler etwas in den Nachrichten oder sozialen Medien gesehen haben, was sie belastet oder ängstigt, ermutigen Sie sie dazu, darüber zu sprechen. Ansprechpersonen hierfür sind nach Möglichkeit die Erziehungsberechtigten. Falls diese Möglichkeit nicht besteht, überlegen Sie, wer in der Schule eine Ansprechperson sein könnte.

5. Schülerinnen und Schüler haben oft das Bedürfnis, selbst aktiv zu werden und sich zu engagieren. Überlegen Sie gemeinsam mit der Klasse, ob und was sie tun möchten. Beispielsweise könnten Sie mit jüngeren Schülerinnen und Schülern gemeinsam Bilder zum Thema Frieden malen oder eine Kerze anzünden. Jugendliche könnten z.B. überlegen, ob sie an Demonstrationen oder Mahnwachen teilnehmen möchten oder diese sogar selbst organisieren wollen. Weitere Informationen und Aktivierungsmöglichkeiten finden sich z.B. bei [Zeit Online](#). Auch kann jetzt ein guter Zeitpunkt sein, die [Kriterien der Demokratiebildung](#) stärker in den Unterricht und die Schulstruktur zu holen.

6. Für einige Schülerinnen und Schüler ist es wichtig, Gespräche führen zu können, um über ihre Gefühle und Ängste zu reden. Manchen hilft es hingegen, sich kreativ zu betätigen (malen, basteln, schreiben, etc.). Anderen wiederum sollte der Raum für Bewegung ermöglicht werden. Versuchen Sie, viele dieser Möglichkeiten anzubieten. Auch wenn es im regulären Schulablauf schwierig ist, all diese Angebote zeitgleich zu machen, hilft oftmals allein das Gespräch darüber, was man gemeinsam und jeweils für sich tun kann, damit man sich besser fühlt. Jeder und jede ist der eigene Experte, die eigene Expertin! Ermutigen Sie die Schülerinnen und Schüler, konkrete Pläne für den Nachmittag zu machen, um gut für sich zu sorgen. Einige Schülerinnen und Schüler haben vielleicht ein schlechtes Gewissen, wenn sie

trotz der schlimmen Situation Spaß haben und sich ablenken. Weisen Sie darauf hin, dass im Zuge einer großen Belastung ein Ausgleich umso wichtiger ist.

7. Ermutigen Sie die Schülerinnen und Schüler trotz der belastenden Nachrichten positive Meldungen und Ereignisse im eigenen Umfeld wahrzunehmen und wertzuschätzen. Dies können kleine schöne Momente sein, die man im Alltag erlebt. Dadurch kann eine zuversichtliche Grundhaltung gestärkt werden.

8. Voraussichtlich wird das Thema Krieg auch längerfristig präsent bleiben. Behalten Sie Ihre Klasse im Blick und bleiben Sie sensibel für die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler. Gegebenenfalls ist es notwendig, die Thematik wiederholt aufzugreifen und über Veränderungen zu sprechen.

9. Es kann sein, dass einige Schülerinnen und Schüler durch die Situation besonders belastet sind. Dafür kann es sehr unterschiedliche Gründe geben, z. B. Familie oder Freunde in der Ukraine oder Russland, eigene Fluchterfahrungen oder andere vorherige Belastungen. Wenn Sie feststellen, dass sich Schülerinnen und Schüler in ihrem Verhalten verändern oder bedrückt wirken, sprechen Sie die Schülerin oder den Schüler einzeln an. Überlegen Sie gemeinsam, welche zusätzliche Unterstützung für die Schülerin oder den Schüler möglich ist. An dem Punkt kann es auch sinnvoll sein, auf die schulinternen Beratungsangebote oder externe Beratungsstellen wie die Schulpsychologie zu verweisen.

Was können Sie als Lehrkraft tun, um für sich selbst zu sorgen?

Die Auseinandersetzung mit der Situation ist nicht nur für Schülerinnen und Schüler herausfordernd, sondern kann auch für Lehrkräfte belastend sein. Um für Entlastung zu sorgen, kann es hilfreich sein, im Kollegium Absprachen zu treffen, wie Sie mit den Schülerinnen und Schülern bezüglich des Themas Krieg sprechen wollen. Unterstützen Sie sich hier gegenseitig und tauschen sich über Ihre Erfahrungen aus. Beispielsweise könnte eine AG Vorbereitungen dazu treffen.

Ähnlich wie für Schülerinnen und Schüler gilt auch für Lehrkräfte, dass in Belastungssituationen der aktive Ausgleich eine besondere Bedeutung zur Verringerung von Stress hat. Überlegen Sie, welche Aktivitäten Ihnen bereits in der Vergangenheit geholfen haben, schwierige Situationen zu überstehen. Machen Sie das, was Ihnen generell gut tut! Planen Sie diese Zeiten bewusst in Ihren Alltag ein.

Wenn Sie darüber hinaus Fragen zu schulpsychologischen Themen haben, wenden Sie sich gerne an die zuständigen schulpsychologischen Dezernentinnen und Dezernenten.

Weitere Informationen zu den Zuständigkeiten finden Sie unter

<https://bildungsportal-niedersachsen.de/beratung-unterstuetzung/onlineportal-bu/paedagogische-und-psychologische-unterstuetzung/schulpsychologie>