

Nachrichten die Angst machen



In einer Studie gaben mehr als 50 Prozent der Eltern an, ihre Kinder fühlten sich durch die öffentlichen Nachrichten belastet. Ihre Kinder befürchteten, etwas Ähnliches könne ihnen oder ihren Nächsten zustoßen.

JAGEN die Nachrichten Kindern Angst ein?

Ein Grund ist, dass Kinder die Nachrichten mit anderen Augen sehen als Erwachsene. Kleine Kinder mögen zum Beispiel denken, eine Tragödie, die immer wieder gezeigt wird, würde tatsächlich auch immer wieder geschehen. **Ein weiterer Grund:** Die täglichen Berichte über beunruhigende Ereignisse können Kindern einen falschen Eindruck von der Welt vermitteln. Natürlich leben wir in kritischen Zeiten, mit denen man schwer fertig wird. Wenn Kinder immer wieder schlechten Nachrichten ausgesetzt sind, kann das bei ihnen lähmende Angst hervorrufen. „Kinder, die oft Fernsehnachrichten sehen, überschätzen leicht die Häufigkeit von Straftaten und können deswegen die Welt als gefährlicher wahrnehmen, als sie wirklich ist“, heißt es im Bericht der Organisation (Kaiser Family Foundation).

Was ist zu tun, wenn sich beunruhigende Nachrichten auf unsere Kinder nachteilig auswirken?

Beschützen

Ausgehend von dem Alter, der Reife und der emotionalen Verfassung eines Kindes, sollte man die Menge der Nachrichten, die es zu sehen bekommt, begrenzen. Freilich bekommen im Informationszeitalter auch Kinder mit, was gerade vor sich geht. Selbst kleine Kinder sehen und hören wahrscheinlich mehr, als man meint. Daher sollte man sorgfältig darauf achten, ob ein Kind vor irgendetwas Angst hat.

Darüber reden und beruhigen

Ist ein Kind schon etwas älter, könnte man gemeinsam mit ihm die Nachrichten ansehen. Das mag sogar eine Gelegenheit sein, mit dem Kind darüber zu reden. Dabei ist es gut, die positiven Gesichtspunkte einer Nachricht zu betonen, zB wie den Katastrophenopfern geholfen wird.

Selbst ausgeglichen sein

Forscher haben herausgefunden, dass man ein Ereignis für wahrscheinlicher hält, je leichter man sich an ähnliche Ereignisse erinnert. Hat man zum Beispiel gerade von einer Kindesentführung gehört, schätzt man vermutlich die Gefahr für das eigene Kind höher ein, als sie tatsächlich ist. Zweifellos sollte man sich möglicher Gefahren bewusst sein. Trotzdem warnen Experten davor, sich von Medienberichten dazu verleiten zu lassen, sich vor etwas zu fürchten, was einem wahrscheinlich nie zustoßt. Haben Eltern keine ausgeglichene Einstellung zu den Nachrichten, können ihre Befürchtungen ins Extreme gehen. Das kann auch bei Kindern der Fall sein.

Berichte über Katastrophen und Unfälle machen Kindern zwischen 3 und 7 Jahren Angst. Berichte über Straftaten und Gewalt, Kindern zwischen 8 und 12 Jahren. Eine ausgeglichene Einstellung zu den Nachrichten ist wichtig für einen selbst und für die Kinder. Über viele Unglücke wird in den Medien nämlich gerade deshalb berichtet, weil sie relativ selten sind, weniger weil sie häufig vorkommen. Verbrechen, Gewalttat und Naturkatastrophen gehören zur tragischen Realität unserer Zeit. Unsere Kinder lernen besser mit beunruhigenden Nachrichten zurechtzukommen, wenn wir sie beschützen, mit ihnen über Nachrichten reden, sie beruhigen und ihnen helfen, eine ausgeglichene Einstellung zu haben.