

Vier Winter später: Was die Kinder der Ukraine durchleben

Von Arman Grigoryan, Leiter des World Vision-Hilfseinsatzes in der Ukraine



Abbildung 1: Arman Grigoryan, World Vision

Dies ist der vierte Winter des Krieges. Es ist drei Uhr morgens in Kyjiw, und die Stadt erwacht erneut zum Klang von Explosionen. Nachdem die Luftschuttsirenen gegen ein Uhr morgens verstummt waren, gab es kaum zwei Stunden unruhigen Schlaf, bevor die Angriffe wieder begannen.

Für die meisten Kinder der Ukraine kam der Krieg nicht als einzelnes traumatisches Ereignis oder mit einem klar definierten Beginn, sondern entwickelte sich allmählich, verankerte sich im Alltag und prägte von klein auf ihr Verständnis von Sicherheit, Routine und Beziehungen.

Viele der Kinder, die ich heute treffe, waren Kleinkinder, als der Krieg begann, andere waren noch nicht einmal geboren. Das bedeutet, dass sie nie ein Leben ohne unterbrochenen Schlaf, plötzliche Abschiede oder die stille Anspannung von Erwachsenen erlebt haben, die Entscheidungen über Evakuierung, Trennung oder Überleben treffen müssen.

Kinder entwickeln sich am besten, wenn sie sich sicher fühlen, und Sicherheit hängt von der beständigen Anwesenheit von Bezugspersonen und einer vertrauten Umgebung ab. Der Krieg zerstört diese Grundlage, da Väter an die Front gehen, Familien gezwungen sind, sich zu trennen, und Häuser beschädigt oder zerstört werden. Wenn die Menschen, die einen beschützen sollen, abwesend sind oder zwar körperlich zurückkehren, sich aber emotional verändert haben, verschiebt sich etwas Grundlegendes. Kinder lernen nicht nur, dass die Welt unvorhersehbar ist, sondern auch, dass man sich nicht auf Nähe verlassen kann.

Als ich vor drei Jahren zu World Vision in der Ukraine kam, wurden diese Auswirkungen im täglichen Umgang immer deutlicher. Kinder erschrecken bei gewöhnlichen Geräuschen, und

Jugendliche sprachen mit der Ernsthaftigkeit von Erwachsenen, nicht weil sie reif waren, sondern weil anhaltende Angst ihre Fähigkeit, zu fühlen, sich auszudrücken und zu verarbeiten, eingeschränkt hatte. Das sind keine vereinzelt Verhaltensweisen oder individuellen Schwächen. Es sind zu erwartende Reaktionen auf anhaltenden Stress. 2024 ergab eine Studie, dass die Hälfte der ukrainischen Kinder im Alter von 13 bis 15 Jahren unter anhaltenden Schlafstörungen litt, während jedes fünfte Kind von Gedanken an Gewalt oder Flashbacks berichtete – alles eindeutige Anzeichen für psychische Belastungen oder Traumata.

Die physischen Zerstörungen des Krieges sind sofort sichtbar – Häuser, die zu Trümmern geworden sind, Spielplätze mit Kratern, zerstörte Schulen –, aber die Schäden an der psychischen Gesundheit der Kinder hinterlassen keine wegräumbaren Trümmer. Sie sammeln sich im Laufe der Zeit still an, wie Sedimente am Grund eines Flusses, und beeinträchtigen allmählich die Klarheit des Denkens, die Bewegungsfähigkeit und die emotionale Regulierung.

„Mein Vater ist in den Krieg gezogen und kommt nur selten zurück. Ich vermisse ihn sehr“, erzählte mir die neunjährige Diana in einem von World Vision unterstützten Kinderschutzzentrum in Dnipro. Ihre Worte spiegeln eine Realität wider, die unzählige Kinder teilen, für die Trennung ein Dauerzustand mit bleibenden psychischen Folgen ist.

Die Auswirkungen dieses Krieges auf die psychische Gesundheit von Kindern, Familien und Gemeinschaften werden noch lange nach dem Ende der aktiven Feindseligkeiten anhalten. Ein Trauma, das nicht behandelt wird, löst sich nicht von selbst auf. Es prägt Beziehungen, beeinträchtigt die körperliche und geistige Gesundheit und beeinflusst den sozialen Zusammenhalt über Jahre hinweg.

World Vision arbeitet mit lokalen Partnern zusammen, um vor allem vertriebenen Kindern etwas Stabilität zu geben und ihnen heilsame Erfahrungen zu ermöglichen. Wir unterstützen – auch mit Spenden aus Deutschland – den Betrieb sicherer kinderfreundlicher Räume zum Spielen und Lernen, die jetzt im Winter auch Orte zum Aufwärmen sind und wo die Kinder Freunde treffen können, statt einsam in kalten Wohnungen zu sitzen. Dieses Angebot wird ergänzt durch gezielte humanitäre Hilfe für Familien in besonderen Notlagen, psychologische Erste Hilfe und den Einsatz mobiler Teams mit Fachkräften, die Kinder und Familien in abgelegenen und schwer zugänglichen Gebieten erreichen.

Vier Jahre sind eine lange Zeit, um in Angst zu leben. Für ein Kind ist das viel zu lang.

Hilfe zu den am meisten gefährdeten Menschen zu bringen, ist gefährlicher und schwieriger geworden, weil in diesem Krieg zunehmend Drohnen eingesetzt, Gebiete vermint, Einrichtungen zerstört und Kommunikationsverbindungen unterbrochen werden. Im Jahr 2025 wurden acht humanitäre Helfer bei ihrer Arbeit in der Ukraine getötet und 47 verletzt, und es gibt keine Anzeichen dafür, dass das kommende Jahr sicherer sein wird. Dennoch bleibt unsere Aufgabe unverändert: Kinder zu schützen, ihre Genesung zu unterstützen und dafür zu sorgen, dass die Hoffnung nicht als abstraktes Ideal, sondern als gelebte Erfahrung, geprägt von Sicherheit, Fürsorge und Kontinuität erhalten bleibt.

Denn Hoffnung ist wie Sicherheit etwas, das Kinder durch Erfahrung lernen.