

# Wichtige Tipps vom Sicher-Stark-Team für Eltern

## Tipp 1 | So schützen Sie Ihr Kind vor Missbrauch

**Wichtigste Regel:** Kinder sollten bei Übergriffen so laut schreien, wie sie nur können. Und das klinge einfacher als es sei, sagt der führende Experte in der Gewaltprävention an Grundschulen Ralf Schmitz. Laut sein müssen Kinder erst einmal lernen! **Tipp:** Wenn Kinder belästigt werden, sollten sie möglichst „Feuer“ statt „Hilfe“ rufen. Denn: Viele Passanten ignorieren „Hilfe“-Rufe, weil sie nicht in einen Streit hineingezogen werden wollen. „Feuer“ dagegen erhöht die Aufmerksamkeit und treibt den Täter dadurch vielleicht in die Flucht.

## Tipp 2 | Was tun, wenn ein Autofahrer bei meinem Kind auf dem Schulweg anhält?

Ein Auto hält und der Fahrer fragt nach dem Weg – eine möglicherweise gefährliche Situation. Zeigen Sie Ihrem Kind, wo es an einem fremden Auto richtig steht: Es sollte sich immer hinter der Autotür aufhalten, es sollte Abstand halten, um den Schwenkradius der Autotür zu nutzen. Sollte der Autofahrer wirklich versuchen, Ihr Kind ins Auto zu zerren, so müsste er aussteigen, weil es ihm nicht gelingen würde, ein Kind durch das offene Fenster ins Auto zu ziehen.

## Tipp 3 | Ein Familienpasswort hilft immer

Vereinbaren Sie mit Ihrem Kind ein **Familienpasswort**. Wenn ein Autofahrer Ihr Grundschulkind auf dem Schulweg anspricht und es bittet einzusteigen, sollte Ihr Kind den Autofahrer nach einem vorher mit den Eltern vereinbarten Passwort fragen. Sollte der Autofahrer dieses nicht nennen, steigt Ihr Kind nicht ein. Kinder lieben Geheimnisse und Codewörter, und Ihrem Kind machen solche Vereinbarungen Spaß. Mit dieser Methode ist es sehr gut geschützt. Dieser Trick lässt sich auch an der Haustüre, auf dem Spielplatz oder in anderen Situationen anwenden. Das Kind darf nur bei den Menschen einsteigen oder mitgehen, die das persönliche Passwort von den Eltern erfahren haben. Weitere Tipps und Hilfen finden Sie auf der Facebook-Seite <http://www.facebook.com/SicherStarkTeam> und auf den CDs und DVDs für Eltern und Kinder im Sicher-Stark-Shop.

## Tipp 4 | Zuschlagen und weglaufen

Lässt ein Angreifer nicht ab, sollte sich Ihr Kind mit aller Kraft wehren: beißen, kratzen oder in die Genitalien treten – wenn wirklich Gefahr besteht, ist wirklich ALLES erlaubt. Das muss Ihr Kind wissen.

**Fliehen – aber mit Ziel!** Wer bemerkt, dass er auf dem Heimweg verfolgt wird, sollte rennen – aber nicht planlos. Am besten ist es, sich in ein Restaurant oder eine Kneipe zu flüchten.

Also an einen Ort, wo Menschen sind.

## Tipp 5 | Der Unfalltrick

Das Kind wird mit folgenden Sätzen konfrontiert: „Dein Vater hatte einen Autounfall. Er ist schon im Krankenhaus und ich soll dich schnell dorthin bringen. Steig schnell ein, damit wir losfahren können.“

**Höchste Vorsicht ist geboten.** Das Kind sollte durch gezielte Fragen herausfinden, ob die Information wirklich zutrifft (z.B. „Wie sieht mein Vater aus?“, „Welche Haarfarbe hat er?“, „Welches Auto fährt er?“). Gehen Sie solche Situationen immer wieder mit Ihrem Kind durch, damit es nicht von einem Erwachsenen ausgetrickst werden kann.

## Tipp 6 | Ein Schlüssel kann helfen

Fahrradschlüssel statt Spray“ – wer sein Kind mit Verteidigungsspray oder Schriillalarm ausrüstet, steht im Notfall womöglich auf dem Schlauch: es versagt, weil sich Dreck festgesetzt hat oder es ist ganz unten im Schulranzen vergraben. **Besser:** Das Kind schleudert dem Angreifer einen Schlüsselbund ins Gesicht oder sticht damit zu. Schriillalarmtöne werden gerne überhört, da sie sich genauso wie eine Alarmanlage anhören, und wer hört heute schon auf eine Alarmanlage.

## Tipp 7 | Selbstbewusstsein hilft

Kinder, die erhobenen Hauptes und mit straffen Schultern auf der Straße gehen, wirken stärker und fallen nicht so leicht einem Täter in die Hände, der sich in der Regel laut polizeilichen Untersuchungen eher schwache, schüchterne Opfer aussucht. Hier sind vor allem die Eltern gefordert, das **Selbstwertgefühl** ihres Kindes zu stärken: loben Sie Ihr Kind, wann immer es geht, und nehmen Sie sich jeden Tag Zeit für Ihren Nachwuchs, um beispielsweise kleine Rituale zu pflegen.

## Tipp 8 | Selbstverteidigung hilft

Bringen Sie Ihrem Kind einige Selbstverteidigungstechniken bei oder melden Ihr Kind bei einer Sicher-Stark-Veranstaltung oder in einem Sportverein an. Kinder sind stärker, wenn sie wissen, wie sie sich verbal und /oder körperlich wehren können. Achten Sie aber bei der Auswahl auf Qualitätsmerkmale der Anbieter und auf die Erfahrung der TrainerInnen.

## Tipp 9 | Mobbing und Belästigung

Wer belästigt wird, sollte nicht um Hilfe rufen. Viele Passanten ignorieren solche Rufe, weil sie nicht in einen Streit hineingezogen werden wollen. Besser: „**Feuer**“ schreien – das erhöht die Aufmerksamkeit und der Täter flüchtet. „**Fliehen, aber mit Ziel!**“ Wer bemerkt, dass er auf dem Heimweg verfolgt wird, sollte rennen – aber nicht planlos. Am besten ist es, sich in ein Restaurant oder einen Supermarkt zu flüchten. „**Notruf wählen!**“ Besitzt das Kind ein Handy, sollte es auf einsamen Wegen angeschaltet sein. Lässt sich ein Verfolger nicht abschütteln und ist keine „Rettungsinsel“ in Sicht, sollte es den Polizei-Notruf 110 wählen, der auch dann noch funktioniert, wenn das Handybudget ausgeschöpft ist. „**Zuschlagen!**“ Lässt ein Angreifer trotzdem nicht ab, sollte sich das Kind mit aller Kraft wehren: beißen, kratzen oder in die Genitalien treten – alles ist dann erlaubt, wenn wirklich Gefahr besteht.

## Tipp 10 | Vorbeugen ist besser als Therapie

Schenken Sie Ihrem Kind frühzeitig Bücher, CDs, DVDs, sodass es weiß, was erlaubt ist und wie es sich verhalten darf. In den Hörbüchern und DVDs von Ralf Schmitz erfahren Sie alles, was ein Kind wissen sollte. Dort finden Sie viele weitere Tipps, Ratschläge und hilfreiche Informationen zum Thema.

Das komplette Sorglospaket für die ganze Familie gibt es unter <http://www.sicher-stark-team.de/shop.cfm>



Sicher-Stark-Team



sicher-stark-team.de