



# Achtung!

## Starke Kinder!

Sicher-Stark-Team - NEWSLETTER - Ausgabe 2/2025

**Die Themen dieser Ausgabe**  
für Lehrkräfte, Kinder, Eltern

**Fake News erkennen**

**Cyber Grooming**

**Sicherheit für Kinder unterwegs**

**Erziehung mit Herz und Haltung**

**Sichere und starke Kinder**

### Sicher-Stark-Konzept ©: Für starke, selbstbewusste und sichere Kinder

#### Tipps für mehr Medienkompetenz und kritisches Denken in der Familie

Digitale Inhalte erreichen Kinder heute häufig, noch bevor diese gelernt haben, Informationen kritisch zu hinterfragen. Zwischen Erklärvideos, Challenges und Chats tauchen immer wieder auch Falschmeldungen, manipulierte Bilder oder Halbwahrheiten auf. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern ihre Kinder aktiv beim Aufbau von Medienkompetenz begleiten.

#### Aufklären statt abschotten

Fake News wirken häufig durch starke Gefühle: Angst, Wut oder Mitleid. Gerade Kinder können solche Impulse schwer einordnen. Ein erster Schritt ist, Medien gemeinsam zu nutzen: Wer beim Scrollen, Googeln oder Videoschauen dabei ist, kann Fragen aufgreifen und ins Gespräch kommen. Hilfreich ist es, Inhalte zu hinterfragen: Woher kommt diese Nachricht? Was will sie bewirken? Wer profitiert davon? Und: Fühle ich mich dadurch vielleicht beeinflusst?



#### Fünf alltagstaugliche Tipps für Familien

##### 1. Gemeinsam prüfen statt blind teilen

Sensationelle Meldungen oder dramatische Bilder sollten zum Innehalten führen. Ist diese Meldung glaubwürdig? Schon eine einfache Google-Suche nach der Überschrift kann oftmals zeigen, ob andere Medien darüber berichten oder ob die Quelle

##### 2. Auf Sprache und Machart achten

Viele Falschmeldungen verraten sich durch reißerische Formulierungen, emotionale Übertreibung oder schlechte Rechtschreibung. Auch das Fehlen einer nachvollziehbaren Quelle ist ein Warnsignal.

##### 3. Gefühle besprechbar machen

Kinder können lernen, ihre Reaktionen zu benennen – etwa: „Das macht mir Angst.“ Das schafft emotionale Distanz und stärkt die Selbstwahrnehmung.

##### 4. Fakes analysieren

Eltern können altersgerechte Beispiele wie Bildmanipulationen, Kettenbriefe oder erfundene Influencer -Stories gezielt gemeinsam anschauen und mit ihren Kindern durchsprechen, wie man so etwas erkennt.

##### 5. Vorbild sein

Wer selbst überlegt teilt, recherchiert, Fragen stellt oder auch mal zugibt, auf etwas hereingefallen zu sein, lebt kritisches Denken vor.

#### Früh übt sich – mit Unterstützung

Eine Studie der Vodafone Stiftung Deutschland von 2020 zeigt, dass 76 Prozent der 14- bis 24-Jährigen mindestens einmal pro Woche Falschnachrichten im Internet begegnen. Jedoch gaben nur 34 Prozent an, diese als Fake News auch zuverlässig erkennen zu können. Je früher Kinder in Familien Medienreflexion lernen, desto besser sind sie gewappnet. Auch Schulen und Bildungsangebote leisten dabei wichtige Beiträge – doch das Fundament entsteht zu Hause: durch Gespräche, Begleitung und gelebte Offenheit.

[Link zur Studie](#)

Sicher-Stark-Team



sicher-stark-team.de

**HELFEN SIE HELFEN! - WERDEN SIE SPONSOR!**

## Cyber-Grooming: Wenn Vertrauen zur Waffe wird

### Wie Kinder online in Gefahr geraten und was Eltern dagegen tun können

Der Alltag vieler Kinder und Jugendlicher spielt sich längst auch online ab. Sie schreiben Nachrichten, tauschen Bilder aus, spielen gemeinsam oder suchen nach Gleichgesinnten in sozialen Netzwerken. Was dort wie harmlose Kommunikation beginnt, kann allerdings zur Falle werden – vor allem, wenn Erwachsene gezielt versuchen, das Vertrauen junger Menschen zu missbrauchen, um sexuelle Kontakte anzubahnen. Dieses Vorgehen nennt sich Cyber-Grooming – und es betrifft mehr Kinder, als viele Eltern glauben.

### Was passiert beim Cyber-Grooming?

Cyber-Grooming bezeichnet den Versuch von Erwachsenen, über das Internet eine emotionale Beziehung zu Minderjährigen aufzubauen, um sie im weiteren Verlauf zu sexuellen Handlungen zu drängen oder diese gezielt vorzubereiten. Die Täter geben sich dabei häufig als Gleichaltrige aus, machen Komplimente, zeigen Mitgefühl und wirken interessiert. So entsteht ein Vertrauensverhältnis, das ihnen den Zugang zu persönlichen Informationen und intimen Inhalten erleichtert. Ziel ist häufig, Bilder oder Videos zu erhalten oder ein Treffen im echten Leben mit den Minderjährigen zu arrangieren. Gerade weil die Kommunikation zunächst freundlich und harmlos erscheint, erkennen viele Kinder und Jugendliche nicht, dass sie manipuliert werden. Die Situation wird oft erst dann bedrohlich, wenn die Täter beginnen, Druck auszuüben – etwa durch sexuelle Forderungen, emotionale Erpressung oder die Drohung, bereits erhaltene intime Aufnahmen an andere weiterzuleiten. In solchen Momenten fühlen sich viele Kinder überfordert, schämen sich oder haben Angst, mit jemandem darüber zu sprechen, und schweigen.

### Woran lässt sich Cyber-Grooming erkennen?

Auch wenn die Übergänge fließend sind, gibt es typische Warnzeichen:

- Jemand fragt nach persönlichen Informationen, obwohl man sich kaum kennt.
- Der Kontakt wirkt besonders interessiert und verständnisvoll.
- Es wird nach Bildern gefragt – zunächst harmlos, später intim.
- Der Kontakt möchte schnell auf private Kanäle wie WhatsApp oder Videochat wechseln.
- Es wird emotionaler oder psychischer Druck ausgeübt („Wenn du mich magst, dann ...“).

Die Person ist selbst auf Bildern nicht sichtbar oder vermeidet persönliche Informationen

### Was Kinder und Jugendliche tun können

- Niemals persönliche Daten oder intime Bilder an Unbekannte weitergeben.
- Misstrauisch werden, wenn jemand besonders schnell Nähe sucht oder nach Privatem fragt.
- Keine Chat- oder Videoanfragen von Fremden annehmen – auch wenn sie nett erscheinen.
- Verdächtige Kontakte sofort blockieren und einer Vertrauensperson melden.

**Gesprächsscreenshots oder Beweise sichern, wenn etwas seltsam erscheint.**

Was Eltern tun können:

- Offen und ohne Vorwürfe über das Thema sprechen.
- Interesse zeigen: Welche Plattformen nutzt das Kind? Mit wem chattet es?
- Keine Verbote aussprechen, sondern gemeinsame Regeln vereinbaren.
- Kinderschutzfunktionen auf Geräten nutzen und erklären, warum sie wichtig sind.
- Frühzeitig Medienkompetenz fördern – z. B. durch Workshops, Infoabende oder Schulmaterial.

Cyber-Grooming ist leider kein Randphänomen – sondern eine reale Bedrohung im digitalen Alltag vieler Kinder. Doch wer frühzeitig über Risiken spricht, Warnzeichen kennt und weiß, wie man reagiert, kann junge Menschen wirksam schützen. Entscheidend ist dabei nicht Kontrolle, sondern Vertrauen.

### Wie die Sicher-Stark-Initiative unterstützt

Seit über zwei Jahrzehnten setzt sich die Bundesgeschäftsstelle Sicher-Stark dafür ein, Familien, Bildungseinrichtungen und Fachpersonal im Umgang mit digitalen Medien zu stärken. In Workshops, Online-Seminaren und Schulprojekten vermitteln Fachleute aus IT-Sicherheit, Medienpädagogik und Psychologie alltagsnahe Strategien, damit Kinder online geschützt unterwegs sind – und Eltern wissen, wie sie sie dabei unterstützen können. Die Angebote werden individuell auf die jeweilige Zielgruppe abgestimmt und finden direkt vor Ort in Kitas, Schulen oder Familienzentren sowie digital statt – für mehr Sicherheit im digitalen Familienleben.

Wenn Sie sich für Gewaltprävention im Kita- oder Grundschulbereich interessieren, können Sie direkt mit dem Sicher-Stark-Team Kontakt aufnehmen. E-Mail: [info@sicher-und-stark.de](mailto:info@sicher-und-stark.de) Website: <https://www.sicher-stark-team.de>

Weitere Informationen zu unseren Angeboten und Projekten gibt es auf der [Homepage](#) der Bundesgeschäftsstelle.



## Sicherheit für Kinder unterwegs – 5 Tipps für Eltern

Wenn Kinder allein zur Schule gehen, Freunde besuchen oder zum Sport fahren, stellt sich für Eltern oft die Frage: Wie kann ich mein Kind auf mögliche Gefahren vorbereiten –, ohne es zu verunsichern? Die bundesweite Sicher-Stark- Non-Profit-Organisation (NPO) gibt konkrete Tipps, wie Eltern ihre Kinder stärken und ihnen Sicherheit für unterwegs vermitteln können.

### Starke Kinder sind sicherer unterwegs

Kinder, die ihre eigenen Grenzen kennen und gelernt haben, auf ihr Bauchgefühl zu hören, können auch in schwierigen Situationen meistens besser reagieren. Die Initiative Sicher-Stark empfiehlt daher Eltern, mit ihren Kindern frühzeitig über typische Alltagssituationen zu sprechen, in denen sie allein unterwegs sind, wie etwa auf dem Schulweg, an der Bushaltestelle oder beim Spielen in der Nachbarschaft.

Wichtig dabei ist es, die Kinder nicht zu verängstigen, sondern ihnen altersgerecht und mit klaren Botschaften zu vermitteln, wie sie sich schützen und Hilfe holen können. Entscheidend ist dabei, Sicherheit und Handlungskompetenz durch Gespräche, Übungen und Vertrauen zu fördern.



### Fünf Tipps für mehr Sicherheit

1. Realistische Vorbereitung: Üben Sie gemeinsam mit Ihrem Kind typische Wege und besprechen Sie, was in bestimmten Situationen zu tun ist – z. B. wenn es sich unwohl fühlt oder angesprochen wird.
2. Grenzen ernst nehmen: Bestärken Sie Ihr Kind darin, „Nein“ zu sagen – auch gegenüber Erwachsenen. Das ist ein wichtiger Schritt, um sich abzugrenzen und Hilfe zu holen.
3. Notfallstrategien besprechen: Erklären Sie Ihrem Kind altersgerecht, wie es in einer Notsituation Hilfe holen kann – etwa, indem es gezielt Erwachsene anspricht oder zu einem vertrauten Ort wie einer nahe gelegenen Bäckerei geht, wo es möglicherweise bekannt ist.
4. Vertrauen fördern: Machen Sie deutlich, dass Ihr Kind sich Ihnen anvertrauen darf – ohne Angst vor Ärger. Kinder, die über alles sprechen dürfen, verarbeiten Erlebnisse besser.

Gefühle ernst nehmen: Wenn ein Kind sagt: „Das war komisch“ oder „Ich hatte ein komisches Gefühl“, nehmen Sie das ernst. Bauchgefühl ist oft ein guter Frühwarnmechanismus.

### Sicher-Stark-Team: Prävention seit über 25 Jahren

Die Sicher-Stark- Non-Profit-Organisation (NPO) ist seit über einem Vierteljahrhundert bundesweit aktiv im Bereich Gewaltprävention und Kinderschutz. Mit erfahrenen Trainer:innen aus den Bereichen Pädagogik, Psychologie, Polizei und IT führt das Team Veranstaltungen, Schulungen und Webinare durch – sowohl für Kinder als auch für Eltern, Lehrkräfte und Fachkräfte.

Weitere Informationen und Angebote unter: <https://www.sicher-stark-team.de/>

Für Rückfragen:

BUNDESPRESSESTELLE SICHER-STARK

Hofpfad 11

D – 53879 Euskirchen

Service -Tel. 0180 – 5550133-2\*

Service -Fax: 0180 – 5550133-0\*

(\* 0,14 Euro pro Minute aus dem deutschen Festnetz; maximal 42 Cent pro Minute aus dem Mobilfunknetz.)

Internet: [www.sicher-stark-team.de](http://www.sicher-stark-team.de)

E-Mail: [presse@sicher-stark.de](mailto:presse@sicher-stark.de)

## Erziehung mit Herz und Haltung: Die 5 wichtigsten Regeln für starke, empathische Kinder



### Wie Eltern mit klaren Werten Orientierung geben und Kinder zu verantwortungsvollen Persönlichkeiten heranwachsen

In einer Welt, die immer komplexer wird, suchen viele Eltern nach verlässlicher Orientierung: Was brauchen Kinder wirklich, um selbstbewusst, rücksichtsvoll und verantwortungsvoll groß zu werden? Zahlreiche Studien und Praxiserfahrungen zeigen: Es sind nicht strenge Regeln oder Perfektion, sondern vor allem eine wertschätzende Haltung und gelebte Vorbilder, die langfristig Wirkung zeigen. Fünf grundlegende Prinzipien der Erziehung haben sich dabei besonders bewährt und lassen sich ganz einfach im Alltag umsetzen.

#### 1. Höflichkeit – Respekt beginnt im Kleinen

Kinder lernen durch Nachahmung. Wer sich im Alltag höflich verhält – etwa die Kassierer\*innen im Supermarkt freundlich grüßt oder sich beim Kind fürs Tischdecken bedankt, zeigt, dass Höflichkeit nicht nur eine Floskel ist, sondern echte Wertschätzung ausdrückt. Wird diese Haltung von den Eltern selbstverständlich gelebt, übernehmen Kinder sie ganz von selbst.

#### 2. Rücksicht – Empathie wächst mit Erfahrung

Rücksichtnahme lässt sich nicht erzwingen, aber ebenfalls vorleben. Wenn z. B. Kinder Rücksicht auf Jüngere nehmen und dafür Anerkennung erhalten, entsteht ein positives Rollenverständnis. Auch kleine Gesten, wie z. B. das Zurückstellen der eigenen Bedürfnisse beim Spielen, zeigen Kindern, wie wichtig es ist, auf andere zu achten. Gespräche über Gefühle – etwa nach einem Streit – stärken zusätzlich das Einfühlungsvermögen.

#### 3. Zuverlässigkeit – Vertrauen wächst durch Verbindlichkeit

Kinder lernen Zuverlässigkeit vor allem durch das, was sie erleben. Wenn Eltern zu ihrem Wort stehen – etwa: „Ich hole dich nach dem Training pünktlich ab“ – vermittelt das Sicherheit und Verlässlichkeit. Gleichzeitig dürfen Kinder selbst erfahren, wie wichtig es ist, Absprachen einzuhalten, z. B. wenn sie sich verpflichten, ihr Spielzeug nach dem Spielen aufzuräumen. Solche Vereinbarungen entfalten ihre Wirkung, wenn sie liebevoll, aber konsequent begleitet werden. Ein Familienkalender oder kleine Erinnerungshilfen können dabei unterstützen, Verantwortung altersgerecht einzuüben und Zuverlässigkeit Schritt für Schritt wachsen zu lassen.

#### 4. Hilfsbereitschaft – Teilhabe schafft Gemeinschaft

Ob beim Kochen, Aufräumen oder dem Tragen der Einkaufstüten: Kinder übernehmen gern Verantwortung, wenn sie merken, dass ihr Beitrag zählt. Wenn ein Kind der älteren Nachbarin beim Tragen hilft oder ein Pflaster für die kleine Schwester holt, lernt es nicht nur Mitgefühl, sondern auch, dass Helfen verbinden kann. Eltern können solche Momente bewusst bestärken, ohne sie zu instrumentalisieren.

#### 5. Klare Regeln geben Halt – mit liebevoller Konsequenz

Kinder brauchen Grenzen – aber sie brauchen auch die Erklärung dahinter. Wer beispielsweise die Bildschirmzeit begrenzt und gemeinsam mit dem Kind eine passende Regel findet, handelt nicht autoritär, sondern partnerschaftlich. Wenn diese Regeln konsequent und liebevoll eingehalten werden, entsteht Orientierung. Wichtig: Regeln gelten auch für die Großen, denn wer als Elternteil am Esstisch zum Handy greift, untergräbt die eigenen Ansprüche.

#### Fazit:

Kinder stark zu machen beginnt nicht bei großen Erziehungsdebatten, sondern im Alltag: in kleinen Begegnungen, ehrlichem Zuhören und verlässlichem Verhalten. Wer Höflichkeit, Rücksicht, Zuverlässigkeit, Hilfsbereitschaft und Orientierung vorlebt, vermittelt Kindern nicht nur Werte, sondern auch Halt.

Mehr Informationen: <https://www.sicher-stark-team.de>



Familienunternehmen, Städte, Gemeinde, Grundschulen, Kindergarten, Träger, Familienzentrum, Kinderzentren, Kindertagesstätten, Mehrgenerationenhäusern, Internate, Kinderschutzbund, Pfarreien, Verbände, Horte, Sportvereine und Eltern buchen die Präventionsexperten der Bundesgeschäftsstelle - Sie bestimmen den Ort. Die Dozenten kommen mit sämtlichem Equipment und den Dienstfahrzeugen zu Ihnen. Kleingruppenkurse können im Partykeller, im Wohnzimmer, im Garten stattfinden.

Bitte klicken Sie auf die grünen Button. Hier geht es zu:

- [Webinare](#)
- [Computersicherheitskurse](#)
- [Vorträge](#)
- [Tagesschnupperkurs \(1 Tag\)](#)
- [Hauptkurs \(mehrtägig\)](#)
- [Auffrischkurse / Ferienkurse](#)
- [Kleingruppenkurse / Wohnzimmerkurse \(6-15 Kinder\)](#)
- [Grundschule-Kurse](#)
- [Kindergarten-Kurse](#)
- [Fortbildung / Fachkräfteweiterbildung](#)
- [Gratis-Videokurse](#)
- [Einzelcoaching](#)



**Haben Sie Rückfragen,  
möchten Sie etwas mitteilen,  
wollen Sie uns unterstützen  
oder Werbung schalten?**

**Dann schreiben Sie an:  
[presse@sicher-stark.de](mailto:presse@sicher-stark.de)**

**HIER ERREICHEN SIE UNS:**  
Bundesgeschäftsstelle  
Sicher-Stark-Team  
Hofpfad 11 • D-53879 Euskirchen  
[www.sicher-stark-team.de](http://www.sicher-stark-team.de)

**RUFEN SIE UNS AN UNTER:**  
0180/555 01 33-3\*  
(\*14 Cent pro Minute aus dem  
deutschen Festnetz, Mobilfunk-  
preise können abweichen)

**ODER SCHREIBEN SIE UNS**  
eine E-Mail:  
[info@sicher-stark.de](mailto:info@sicher-stark.de)

## **FÜR IHRE KINDER NUR DAS BESTE!**

### **Gemeinsam Kinder sicher und stark machen**

Der Name „Sicher-Stark-Team“ steht für eine der führenden Non-Profit-Organisationen auf dem Gebiet der Gewaltprävention an Grundschulen und Kitas, für moderne zielgerichtete Kommunikation und hochkarätige Experten. Gemeinsam mit den Grundschulen und Kindergärten unterstützen wir sie seit über 15 Jahren dabei, Kinder „sicher und stark“ zu machen.

In Deutschland, Österreich und der Schweiz ist das Sicher-Stark-Team längst eine feste Größe, wenn es um anspruchsvolle Veranstaltungen und Schulungen zu dem sensiblen Thema geht: Wie kann ich mein Kind vor Gewaltverbrechen und Missbrauch schützen? Mehr als 500.000 Kinder und Eltern in Deutschland, Österreich und der Schweiz haben bereits an den Sicher-Stark-Veranstaltungen teilgenommen und sind begeistert!

Das Sicher-Stark-Team verwendet ein eigens entwickeltes und einzigartiges patentiertes Präventionskonzept, das Kindern spielerisch einfache, aber wirkungsvolle Handgriffe und Verhaltensregeln beibringt und sie nach dem Sicher-Stark-Training.



**DRUCKEN SIE** • Sie können diesen Newsletter auch grafisch aufbereitet ausdrucken und ganz in Ruhe lesen.



**KOPIEREN SIE** • Nutzen Sie Artikel für eigene Publikationen. Bedingung: Hinweis & Link auf [www.sicher-stark-team.de](http://www.sicher-stark-team.de)



**EMPFEHLEN SIE** • Empfehlen Sie diesen Newsletter, indem Sie ihn einfach weiterleiten. Vielen Dank!



**STÖBERN SIE** • Stöbern Sie auf der Internetseite und im Archiv.



**Sicher-Stark-Team**  
Wir machen Ihre Kinder sicher und stark.



**HELFEN SIE HELFEN! - WERDEN SIE SPONSOR!**