

Henry kann helfen

Wenn jemand
aus deiner Familie
dir wehtut



Der Kinderschutzbund
Landesverband
Nordrhein-Westfalen

Hallo!

Toll, dass du
bei mir reinschaust.
Ich bin Henry.



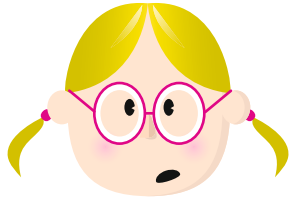
Mit meinem Hundeleben
bin ich meistens ganz zufrieden.
Am schönsten finde ich



Als ich ein junger Hund war, hat mich
mein Frauchen jedoch immer mit der Leine geschlagen,
wenn sie böse auf mich war. Schrecklich!
Heute lebe ich zum Glück bei netteren Menschen, aber
die Prügel von damals habe ich nicht vergessen.

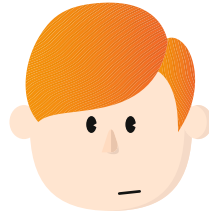
Und du? Kennst du das, dass Mama, Papa oder
jemand anderes dir absichtlich wehtut?
Oder sie einander wehtun?

Bei uns ist das so ...

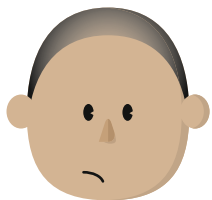


„Mein Vater wird unglaublich wütend, wenn er viel Bier getrunken hat. Dann boxt er meine Mutter und tritt sie. Er hört nicht auf – auch nicht, wenn sie weint. Ich renne dann immer ganz schnell in mein Zimmer.“ **Charlotte**

„Ich finde es schlimm, wenn Mama sauer auf mich ist. Sie spricht nicht mehr mit mir und benimmt sich stundenlang so, als wäre ich gar nicht da. Das tut mir richtig weh, weil ich glaube, dass ich daran schuld bin.“ **Marvin**



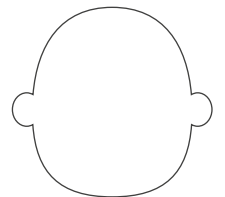
„Wenn ich mein Zimmer nicht aufräume oder eine schlechte Note mit nach Hause bringe, brüllt mich Mamas neuer Freund total laut an. Er sagt mir dann immer, dass ich stinkfaul und dumm bin.“ **Cem**



„Früher ist meine Mutter immer total ausgerastet, wenn ihr etwas nicht gepasst hat. Dann hat sie mich geschlagen und auf den Boden geschmissen. Das hat mir große Angst gemacht. Heute ist das zum Glück anders geworden.“ **Leah**

Die Fortsetzung von Leahs Geschichte findest du weiter hinten im Heft. 🌈

Und wie ist das bei dir?



Seien wir mal ehrlich:
Streit gibt es manchmal in jeder
Familie. Aber so ein Krach darf nie
mit Gewalt enden.



Gewalt in der Familie ist zum Beispiel:



Eltern schlagen, treten oder verprügeln ihre Kinder. Manchmal verletzen sie ihre Kinder sogar auf noch schlimmere Weise.



Väter, Mütter oder andere Erwachsene lachen die Kinder immer wieder aus. Sie beschimpfen sie häufig und sagen ihnen gemeine Sachen wie:
„Dazu bist du sowieso zu blöd.“
„Faul und fett – mehr fällt mir zu dir nicht ein.“
„Du bist schrecklich, ich hasse dich.“



Mädchen und Jungen müssen miterleben, wie der Vater die Mutter schlägt (oder umgekehrt) oder wie sich die beiden mit Gegenständen bewerfen.

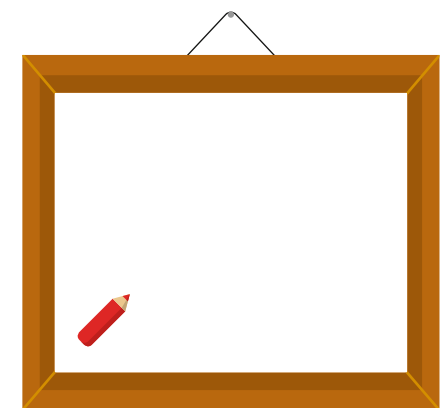
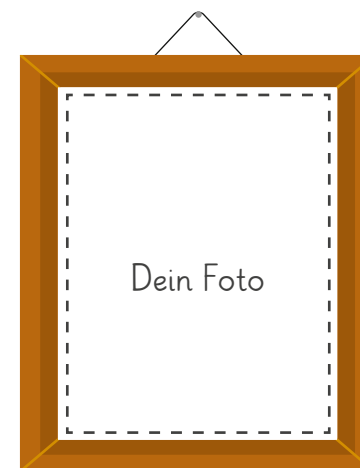
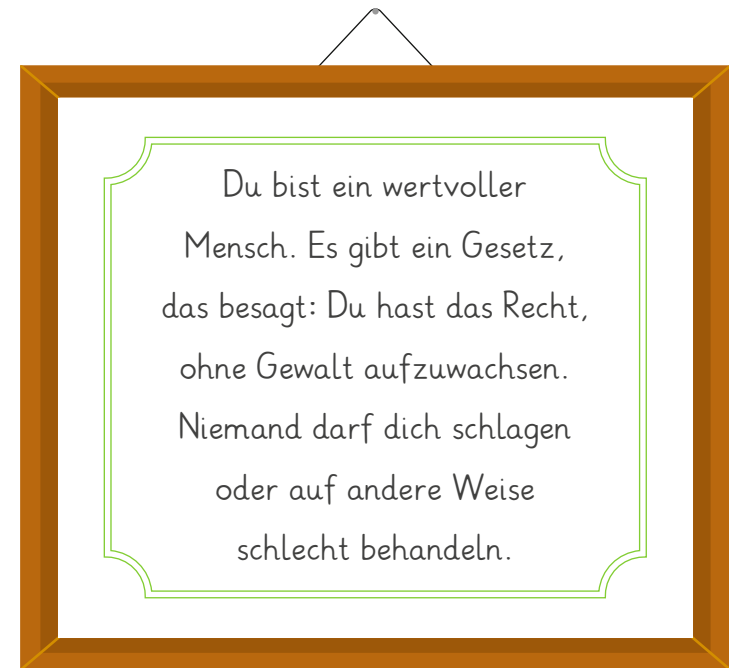


Eltern beachten ihre Kinder lange Zeit gar nicht. Sie sperren sie ein oder drohen ihnen mit sehr schlimmen Strafen.

Wenn du Gewalt in deiner Familie erlebst, ist es wichtig zu wissen: Das ist nicht richtig! Niemand darf so mit dir umgehen. Auf keinen Fall! Du brauchst das nicht auszuhalten.



Das musst du nicht aushalten!



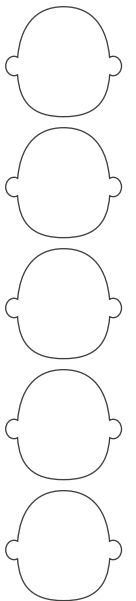


Die Gewalt zu Hause kommt dir vielleicht wie ein schlimmes Geheimnis vor, von dem du niemandem erzählen darfst. Das stimmt aber nicht. Nur wenn du darüber sprichst, kannst du Hilfe bekommen – und deine Familie auch.

Unterstützung in deiner Nähe

Wem könntest du in deiner Umgebung davon erzählen? Einem Lehrer vielleicht oder der Mutter eines Freundes? Schreibe ihre Namen und Telefonnummern auf. Dann hast du sie immer griffbereit. Du kannst diese Menschen auch malen.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



Gib nicht auf, wenn man dir vielleicht nicht sofort glaubt. Frag einfach jemand anderen, dem du vertraust.

Hier bekommst du auch Hilfe

Es gibt noch viele andere Menschen, die dir zur Seite stehen können. Sie kennen sich mit deinen Sorgen aus und werden dir glauben. Hab keine Angst und ruf sie einfach an.

Jugendamt

Wenn du zu Hause Gewalt erlebst, hast du das Recht, dich beraten zu lassen. Wo? Das wissen die Leute vom Jugendamt in deiner Nähe. Die Nummer steht im Internet. Deinen Eltern brauchst du davon nichts zu sagen.

Der Kinderschutzbund

Den Kinderschutzbund gibt es in vielen Städten. Im Internet erfährst du, wo du ihn in deiner Gegend findest: www.dksb-nrw.de

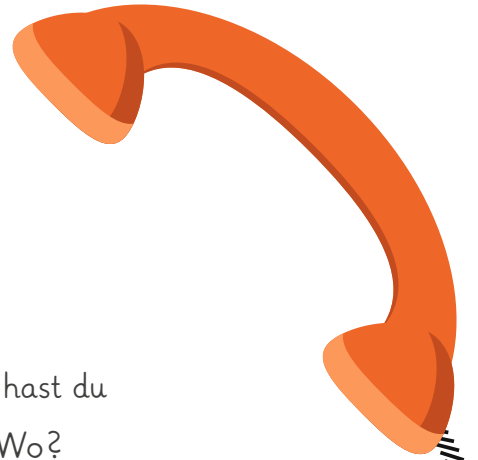
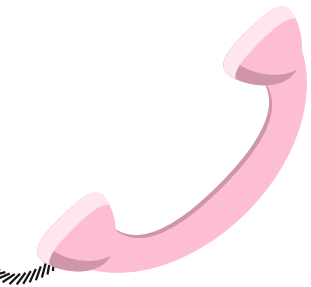
Kinder- und Jugendtelefon

Hier kannst du montags bis samstags von 14 bis 20 Uhr kostenlos anrufen und über deine Sorgen sprechen. Dabei brauchst du deinen Namen nicht zu nennen. Die „Nummer gegen Kummer“ lautet: **116 111**

Unter www.nummergegenkummer.de findest du auch eine Beratung per Mail und Chat.

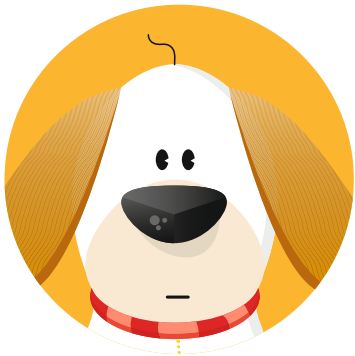
Notruf der Polizei

Wenn du in großer Not bist und niemand anderes dir hilft, kannst du die Polizei rufen. Du erreichst sie Tag und Nacht unter: **110**

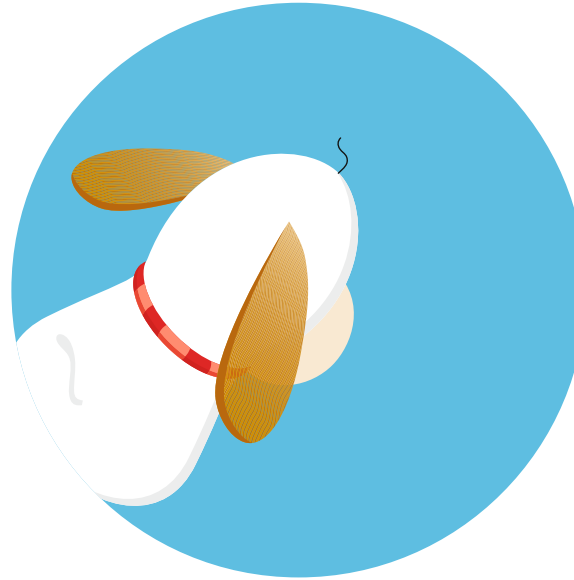


Kinder fragen, Henry antwortet

Meine Mutter ist total fies zu mir. Ich habe schon blaue Flecken von ihren Schlägen. Trotzdem schäme ich mich, jemandem davon zu erzählen. Was soll ich machen?



Henry: Vielleicht hilft es dir zu wissen, dass du mit deinem Problem nicht allein bist. Viele Kinder und Jugendliche werden in Deutschland von ihren Eltern geschlagen. Das ist leider nichts Ungewöhnliches. Trotzdem fühlt es sich wahrscheinlich falsch an, etwas Schlechtes über deine Mutter zu sagen. Aber es jemandem zu erzählen, ist trotzdem gut und eine Riesenchance. So kannst du Hilfe bekommen – und deine Mutter und der Rest deiner Familie auch.



Manchmal denke ich, dass ich vielleicht selbst an allem schuld bin. Stimmt das?



Sicher ist es leichter, die Wahrheit zu sagen, wenn du nicht allein bist. Bitte doch einen Freund oder eine Freundin, an deiner Seite zu sein.

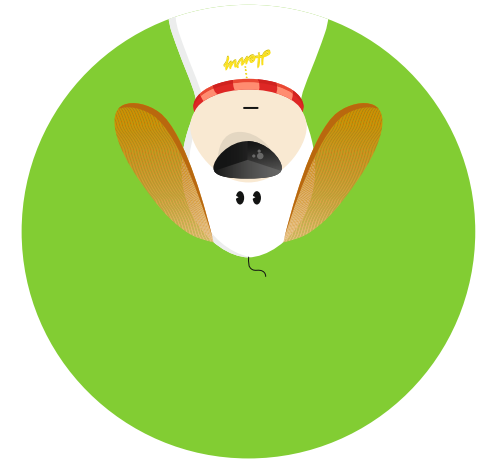
Henry: Auf keinen Fall. Natürlich schimpfen deine Mama oder dein Papa hin und wieder mit dir. Oder du musst Sachen machen, auf die du keine Lust hast. Das ist ganz normal. Aber sie dürfen dir niemals absichtlich wehtun – ganz egal, was du gemacht hast. Sie sind deine Eltern und müssen gut für dich sorgen. Das ist ihre Aufgabe.

Was passiert, wenn ich zugebe, dass ich zu Hause beschimpft und verprügelt werde?

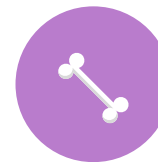
Henry: Wenn du dich Menschen anvertraust, die sich mit Gewalt in der Familie auskennen, bist du auf jeden Fall in guten Händen. Du kannst dir deinen Kummer erst mal von der Seele reden, das tut sehr gut. Dann überlegt ihr gemeinsam, wie es jetzt weitergehen soll. Vielleicht möchte die Beraterin oder der Berater auch mit deiner Mutter oder deinem Vater reden und ihnen Hilfe anbieten. Sie können dann lernen, mit der Gewalt aufzuhören. In jedem Fall erfährst du, was geschieht, und darfst auch deine Meinung dazu sagen.



Wie geht es denn mit unserer Familie weiter, wenn ich die Wahrheit sage? Ich habe meine Eltern ja trotz allem lieb.

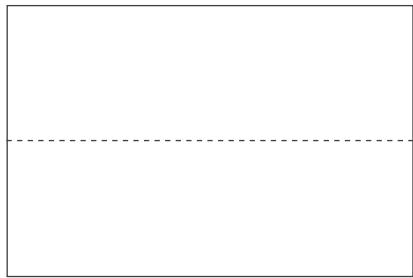


Henry: Na klar. Die beiden sind ja die wichtigsten Menschen auf der Welt für dich – auch wenn du sicher oft wütend auf sie bist. Du möchtest wahrscheinlich, dass ihr alle zusammenbleiben könnt. Ob das klappt, hängt von den Erwachsenen in deiner Familie ab. Erst mal ist es ganz wichtig, dass du bei ihnen sicher bist. Außerdem müssen sie bereit sein, sich zu verändern und dich in Zukunft besser zu behandeln. Wenn sie das schaffen, habt ihr gute Chancen zusammenzubleiben.



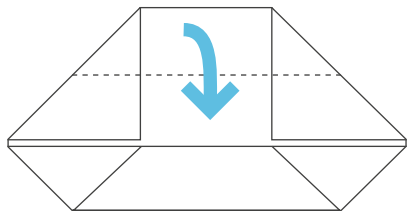
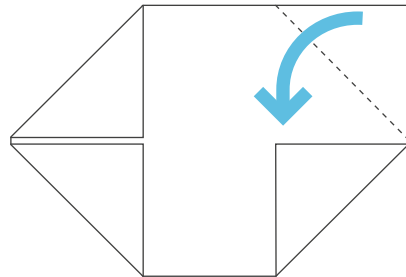
Der Kummer-Knabberer

Hier kannst du aus einem Blatt Papier einen Kummer-Knabberer falten und bunt anmalen. Der futtert am liebsten deine Sorgen!

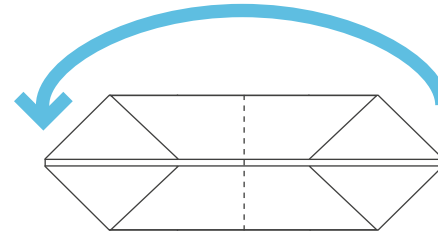


1
Nimm ein Blatt Papier und falte es in der Mitte. Klappe es dann wieder auf.

2
Falte nun alle vier Ecken bis zur Mitte.

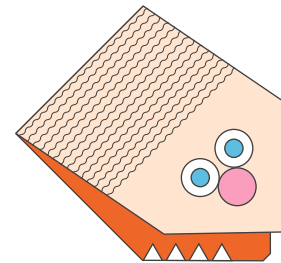
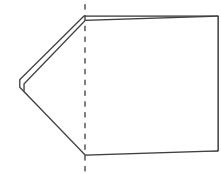


3
Nimm den oberen und unteren Teil des Blattes und falte ihn wieder bis zur Mitte.



4
Leg die Spitzen aufeinander und falte das Papier erneut in der Mitte.

5
Knicke jetzt die beiden Spitzen nach unten.



6
Jetzt kannst du den Kummer-Knabberer schön anmalen. Schreibe deinen Kummer einfach auf einen Zettel und stecke ihn in sein Maul. Dann fühlen sich deine Sorgen vielleicht etwas leichter an.

Leah malt keine Regenwolken mehr

Bauchschmerzen, immer diese blöden Bauchschmerzen. Die kamen vom Kummer und von der Angst, glaubte Leah. Besonders schlimm waren sie mittags nach der Schule. Wenn Leah die Haustür aufschloss, wusste sie nie, was sie erwartete. War Mama gut gelaunt? Oder hatte sie wieder Streit mit Papa gehabt und saß auf einer dicken Wut-Bombe? Wenn Leah dann etwas Falsches sagte oder tat, ging Mama mit einem Riesenknaall hoch. Sie schrie Leah wie verrückt an und schlug zu. Danach saß Leah traurig auf ihrem Bett und malte dicke Regenwolken in ihr Tagebuch. Ein Wetterbericht der Gefühle.

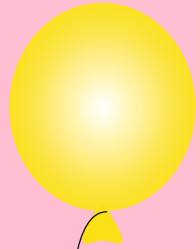
Aber seit ein paar Monaten braucht Leah den schwarzen Filzstift für die Regenwolken nur noch selten. Sie zeichnet jetzt mehr Sonnen und Blumen in ihr Tagebuch. Es geht ihr viel besser – und das hat mit der Schulsozialarbeiterin Frau Keller zu tun. Zu der ist Leah an einem besonders schlimmen Tag in die Sprechstunde gegangen.



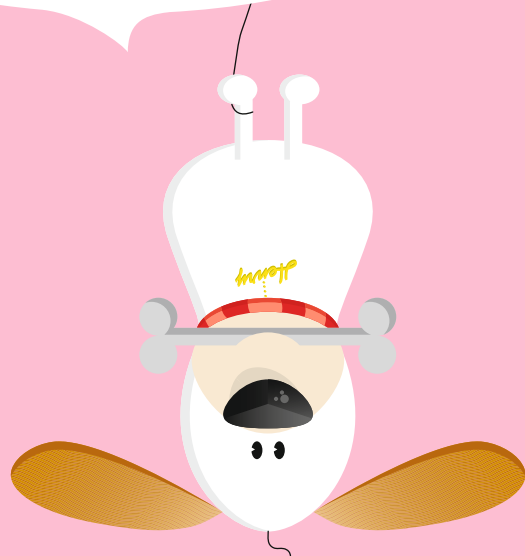
Frau Keller hat sich viel Zeit für sie genommen und sich schließlich auch mit ihren Eltern getroffen.

Seit einiger Zeit hat Mama jetzt einmal in der Woche einen Termin in einer Beratungsstelle. „Was macht ihr denn da?“, will Leah wissen. „Reden“, erklärt Mama. „Über Papa, dich und mich – und wie wir das alles zusammen besser hinbekommen können.“ Auch zu Hause spricht Mama jetzt viel mehr. Sie sagt, wenn sie etwas ärgert, und diskutiert viel mit Papa und Leah. Demnächst sollen sie auch alle zusammen in die Beratungsstelle gehen.

Manchmal, ganz selten, kommen Mamas Wut-Bomben noch zurück. Aber sie sind längst nicht mehr so heftig wie früher. Dann malt Leah doch noch einmal dunkle Wolken ins Tagebuch. Aber wenn der schwarze Stift eines Tages leer ist, will sie sich erst mal keinen neuen kaufen. Leah ist froh, dass sie jetzt viele fröhliche Farben braucht.



Du kennst die Menschen in deiner Familie am besten. Meinst du, sie würden sich über Hilfe freuen? Wenn du möchtest, kannst du die Seite rechts ausschneiden und ihnen geben. Ich drücke dir die Pfoten, dass alles gut wird!



Liebe Eltern!

Wächst Ihnen der Familienalltag manchmal über den Kopf? Können Sie sich Ihren Kindern gegenüber dann nicht beherrschen? Ist Gewalt in Ihrer Familie ein Thema? Das muss nicht so bleiben. Hier finden Sie Unterstützung:



Erziehungs- und Familienberatungsstellen
www.bke.de



Orts- und Kreisverbände des
Kinderschutzbundes in Nordrhein-Westfalen
www.dksb-nrw.de



Elterntelefon
der „Nummer gegen Kummer“
0800 111 0 550
(montags bis freitags von 9 bis 17 Uhr,
dienstags und donnerstags bis 19 Uhr)
www.nummergegenkummer.de



Du hast dieses Heft von:

Herausgeber:
Der Kinderschutzbund
Landesverband NRW e. V.
Hofkamp 102
42103 Wuppertal
www.kinderschutzbund-nrw.de

Verantwortlich i. S. d. P.:
Michael Kutz
Krista Körbes

Autorin:
Nicole Vergin

Redaktion:
Martina Huxoll-von Ahn

2. Auflage 2024

Redaktion:
Nicole Vergin
Regine Umbach

Mitarbeit:
Andrea Herrmann,
härmanz | Die Agentur mit Kindersinn ...
Kinder der Florianschule in Köln

Gestaltung:
Buntesamt, www.buntesamt.de

Förderung der 1. Auflage:
Sparda-Bank West eG

Förderung der 2. Auflage:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,
Gleichstellung, Flucht und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen

