



Ingolstadt e.V.

So können Sie uns unterstützen:

WERDEN SIE MITGLIED!

Nähere Informationen und eine Beitrittserklärung zum Ausfüllen finden Sie auf unserer Homepage.

SPENDEN SIE!

Sparkasse IN, IBAN: DE03 7215 0000 0000 0155 11

Wenn Sie eine Spendenbescheinigung wünschen, geben Sie bitte Ihre vollständige Adresse auf dem Überweisungsträger an. Ihre Spende ist ebenso wie Ihr Mitgliedsbeitrag von der Steuer absetzbar, da **Wirbelwind Ingolstadt e.V.** vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt ist.

ist eine Fachberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt. Wir arbeiten seit 1992 in Ingolstadt in freier Trägerschaft.

Bei Wirbelwind Ingolstadt e.V. erhalten Betroffene, Angehörige und Fachleute kostenfreie, auf Wunsch anonyme Beratung.

Zudem leisten wir Präventionsarbeit und bieten Unterstützung in angeleiteten Gruppen.

Unsere Beratungen sind kostenlos und wir respektieren Ihren Wunsch nach Anonymität.

Telefon

0841 / 173 53

Fax 0841/9312614

Telefonzeiten:

Montag und Dienstag 9–10 Uhr

Mittwoch 18-19 Uhr

Donnerstag 16-17 Uhr

Freitag 10-11 Uhr

www.wirbelwind-ingolstadt.de

beratungsstelle@wirbelwind-ingolstadt.de

Am Stein 5 · 85 049 Ingolstadt



Ingolstadt e.V.

Eltern

**Informationen für Eltern
„Präventive Erziehung im Alltag“**

**Fachberatungsstelle
bei sexualisierter Gewalt**

Zentrale Thesen:

Mit diesen Grundregeln stärken Sie Ihr Kind, fördern sein Selbstbewusstsein und seine Kompetenz im Umgang mit schwierigen Situationen.

Liebe Eltern,

Das Thema „sexualisierte Gewalt“ ist immer aktuell und Sie fragen sich, wie Sie Ihr Kind davor schützen können. Viele Erwachsene wissen nicht, wie sie damit umgehen sollen. Manche sagen: „Das gibt es doch gar nicht!“ . Einige machen Kindern Angst mit: „Du darfst nicht mehr alleine auf die Straße gehen!“.

Dies hilft Kindern nicht, mit Grenzverletzungen und Übergriffen umzugehen. Deshalb ist es wichtig, Kindern zu ermöglichen nachzufragen, d.h. „anstrengend“ zu sein, denn selbstbewusste Kinder kommen in unserer Welt besser zurecht.

Es geht hier um eine Erziehungshaltung, die im alltäglichen Umgang mit den Kindern Wirkung zeigt und ihre Selbstsicherheit fördert.

Prävention wirkt immer in **zwei** Richtungen:

1. dass ein Kind nicht zum Opfer wird.
2. dass ein Kind nicht zum Täter / zur Täterin wird.

Beide Aspekte sind in der Erziehung wichtig.

Wenn Sie Fragen haben, Informationen, Unterstützung, Begleitung und /oder Hilfe brauchen, nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

Ihr *Wirbelwind*-Team



1

1. Mein Körper gehört mir!

- Niemand hat das Recht, ein Kind gegen dessen Willen zu berühren; auch nicht Verwandte, Lehrkräfte oder Bekannte. Respektieren Sie die Grenzen ihres Kindes.
- Zuhause sollten Kinder erfahren, was angenehme Berührungen sind. Wann immer Ihre Kinder es wollen: Kuscheln Sie mit ihnen, solange die Kinder das wollen.

2. Ich darf „NEIN“ sagen!

- Wichtig ist die Betonung auf „darf“, sonst haben Kinder das Gefühl „selbst schuld“ zu sein. „Nein“ sagen ist sehr schwierig und muss in der Familie möglich sein.
- Kinder können lernen auf ihren Grenzen zu bestehen, aber auch die Grenzen der Anderen zu achten.

3. Es gibt gute und schlechte Geheimnisse!

- Gute Geheimnisse können Geheimnisse bleiben.
- „Bauchweh- Geheimnisse“ sollen weiter erzählt werden.
- Auch „Bauchweh“- Geheimnisse sollten vertraulich behandelt werden, sonst erzählen Kinder ihren Kummer nicht mehr.

3

4. Ich kann mich auf meine Gefühle verlassen und ihnen vertrauen!

- Das wichtigste Alarmsignal ist das „**komische Gefühl im Bauch**“!
- Damit Kinder auf diese innere Stimme hören können, ist es sinnvoll, dass Sie Ihrem Kind seine Gefühle nicht ausreden oder umdeuten!
- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Gefühle; was es in bestimmten Situationen empfunden hat und erzählen Sie von Ihren eigenen Gefühlen.

5. Ich darf mir Hilfe holen, auch wenn es mir ausdrücklich verboten wurde!

- Damit Kinder Hilfe holen, brauchen sie Erwachsene, denen sie vertrauen und die ihnen zuhören. Hören Sie sich die „kleinen Geschichten“ Ihrer Kinder an, so oft Sie können, nur dann wird Ihr Kind Ihnen auch die „große Geschichte“ erzählen.

6. Keine Erwachsene / kein Erwachsener hat das Recht, Kindern Angst zu machen, Kinder zu schlagen oder ihre / seine sexuellen Bedürfnisse an Kindern zu befriedigen!

- Dazu gehört auch die Übernahme der Verantwortung der Eltern für die „Ohrfeige“ oder den „Klaps auf den Po“. Kinder brauchen keine Schläge!

6