

Sicheres Kinderverhalten

Liebe Eltern,

Sie haben in der heutigen Zeit eine schwierige Erziehungsaufgabe: einerseits sollen die Kinder vor den Alltagsgefahren geschützt aufwachsen, andererseits bekommen sie über die Social Media Anregungen aus der ganzen Welt, deren Echtheit, Verantwortlichkeit und Tragweite sie für sich selbst und andere oft nicht abschätzen können. Ziel der Erziehung sollte sein, ein Gleichgewicht zwischen Selbstbewusstsein und sozialem Verhalten zu schaffen. Gelingt dies nicht, können **Opfer**, aber auch **Täter** generiert werden.

Mit dem regelmäßigen Ju-Jitsu-Training für Kinder und Jugendliche beim PSV Wiesbaden können Sie und Ihre Kinder viel erreichen. JJ fördert Fitness, Koordination, Vielseitigkeit, Selbstvertrauen, Partnerverhalten und Kreativität. Alles, was man an seinem Partner übt, übt dieser dann auch an einem selbst. Unsere Trainer sind DOSB-lizenziert und erfahren. Beste Voraussetzungen, um im PSV die nächsten sportlichen Könner, aber auch selbstbewusste und stabile Persönlichkeiten auszubilden!

Zur effektiven SV gehört aber viel mehr. Die meisten Konflikte bauen sich auf. Je größer der Unterschied bei Körpergröße und Kraft zwischen Angreifer und Angegriffenem ist, desto mehr spielt das richtige **Verhalten** im Vorfeld eine entscheidende Rolle, um eine Eskalation zu vermeiden, insbesondere wenn es heißt: Erwachsener gegen Kind. JJ-Techniken sind zwar effektiv, im Falle einer körperlichen Auseinandersetzung bleibt realistisch gesehen hier aber nur das Prinzip Hoffnung.

Damit es nicht erst soweit kommt, ist **richtiges und umsichtiges Verhalten der entscheidende Faktor**. Um aus Kindern entscheidungsfähige Menschen zu machen, zwingen unsere TrainerInnen darum niemanden im Training zu etwas, das er/sie nicht will. Wir ermutigen aber, es zumindest zu versuchen. Nachfolgend finden Sie einige wichtige Verhaltens-Tipps, die Sie mit Ihrem Kind durchsprechen sollten, damit es versteht, dass es nicht um Kontrolle geht. Heranwachsende mögen das nicht. In einer Gefahrensituation muss diese **schnell** erkannt werden, um **rechtzeitig Hilfe leisten** zu können.

In den vergangenen Jahren hat sich eine weitere Bedrohung für Kinder und Jugendliche entwickelt, die sich Eltern von ihrem eigenen Kind nicht vorstellen können. Über SoCal Media haben Kinder und Jugendliche leichten Zugang zu Themen, die nicht für Ihre Augen und Ohren bestimmt sein sollten. Unmenschliche Handlungen, extreme Gewaltdarstellung, pornographische und sexualisierte Darstellungen, auch und gerade von Kindern, Drogenkonsum und Kriminalität gehören noch nicht in ihr Leben. Diese verlieren durch häufigen Konsum z.B. per Smartphone aber ihren Schrecken. Mangels Lebenserfahrung erscheinen solche Dinge sogar als ‚normal‘. Aus provozierten Abhängigkeiten zu angeblichen ‚Freunden‘ kann aus einem ‚Opfer‘ auch schnell **ein Täter** werden.

Eltern und TrainerInnen sollten an einem Strang ziehen. Der PSV Wiesbaden gibt darum allen seinen Abteilungen, Mitgliedern und Interessierten nachfolgend eine Hilfestellung an die Hand, damit Ihr Kind sich auch bei Ihrer Abwesenheit richtig verhält. Sprechen Sie mit ihm darüber und erarbeiten Sie gemeinsame **Vereinbarungen**. Bei allen Gesprächen darf ein Kind aber nicht so eingeschüchtert sein, dass es denkt, es gäbe nur noch schlechte Menschen. Verlorenes Urvertrauen ermöglicht keinen guten Lebensstart. Also nicht unnötig weit in sensible Details gehen!

Tipp: Drucken Sie die nachfolgenden Seiten 3+4 aus, gehen Sie die Punkte einzeln durch und haken Sie sie dann ab. Verhalten ändert sich aber erst durch **Wiederholung**. Auch Lebensumstände ändern sich.



Badminton – Fußball – Handball – Ju-Jutsu – Pilates/Yoga/Gymnastik – RehaSport - Schach – Schießsport – Schwimmen - Wandern

Gehen Sie die Punkte anlassbezogen oder regelmäßig nach einer Woche, einem Monat, einem halben Jahr etc. wieder durch und **üben Sie auch mal das neue Hilfezeichen!** ☒

Wussten Sie schon ...?

Der PSV nimmt **Kindeswohl** sehr ernst. Alle unsere Trainer müssen von den hessischen Landessportverbänden und dem DOSB aus bei jeder Lizenzverlängerung nicht nur eine regelmäßige fachliche Weiterbildungszeit nachweisen, sondern auch eine Erklärung zum ‚Verhaltenskodex zum Kindeswohl‘ unterschreiben.

Bei Verstoß gegen das Kindeswohl und dem Nachweis eines diesbezüglich strafrechtlichen Tatbestandes, wird die DOSB-Lizenz vom lizenzausstellenden Verband (Informationspflicht durch den Verein) auf Dauer entzogen und der Trainer von seiner Tätigkeit **unverzüglich** entbunden und bei Bedarf auch angezeigt.

... aber auch:

Natürlich achten wir als Polizeisportverein darauf, dass unsere Mitglieder – egal wie jung oder alt- sich Ihrer Rechte und Pflichten gegenüber dem **Verein** und der **Allgemeinheit** bewusst sind, damit unser guter Ruf erhalten bleibt. Insbesondere gilt dies für die Abteilungen, deren Themen über Hobby, Fitness und Sport hinausgehen. **Jeder Missbrauch - seien es Ju-Jutsu-techniken, Schusswaffen oder andere Sportgeräte - wird durch den Vorstand geahndet und bei Bedarf auch zur Anzeige gebracht.**

Auch dieses PDF wird regelmäßig aktualisiert. Schauen Sie also bitte regelmäßig vorbei!

Der Vorstand des PSV Grün-Weiß Wiesbaden

im Juli 2026

Weder Opfer ...

Das angesprochene Kind sollte

1. ☐ **auf Distanz bleiben oder gehen.**

Kein Erwachsener hat ein Kind nach dem Weg zu fragen oder an sein Auto heranzurufen o.ä. Laut schreien! „Lassen Sie mich in Ruhe“, „Bleiben Sie weg“ oder auch gar nichts rufen und weg- laufen.

2. ☐ **Fremde nur siezen**

Wenn Fremde geduzt werden, denkt ein Zuschauer, dass ein Kind mit einem Verwandten / nahen Bekannten der Familie spricht. Dass dort Gefahr droht, kann er nicht erkennen.

3. ☐ **„Nein“ sagen dürfen.**

Täter suchen sich gern leichte Opfer, die wenig Widerstand bieten, schon auf Distanz erkennbar an Körperhaltung, Kleidung, unsicherem Verhalten. Wenn Eltern das Nein eines Kindes stets ignorieren, um es gehorsam zu machen, wird es sich auch eher der Autorität eines Fremden unterordnen. Es sitzt dann schnell in der Falle.

4. ☐ **laut sein.**

Täter wollen keine Aufmerksamkeit und keine Zeugen. Genau das passiert aber, wenn Kinder laut rufen. „Feuer“ rufen ist kein guter Tipp, weil alle in der Luft nach Rauch suchen. „Hilfe“ mit einer lauten Kinderstimme aktiviert viel eher.

Tipp 1: Wenn Kinder sich draußen beim Spielen nur noch anschreien, können Dritte nicht mehr erkennen, wenn es ein wirklicher Notfall ist.

Tipp 2: Schreübung zuhause: volle Kanne in ein Kissen schreien.

Tipp 3: Geben Sie Ihrem Kind eine Trillerpfeife oder andere handliche Alarmer mit – die aber nur im Ernstfall betätigt werden dürfen.

5. ☐ **richtig Umstehende um Hilfe bitten**, das heißt:

Mit „Kann mir jemand helfen?“ fühlt sich oft niemand aus einer Gruppe angesprochen.

Daher:

ganz gezielt Personen ansprechen: „Sie damit der blauen Jacke, rufen Sie bitte die Polizei. Ich werde belästigt.“ „Hallo Sie da an der Laterne. Ich kenne diesen Mann nicht. Helfen Sie mir bitte!“

6. ☐ sich **Tätermerkmale** merken

Im Vordergrund steht immer die Sicherheit des Kindes. Falls das Kind sich aber das Aussehen des Täters oder andere Umstände (Auto-Typ, -Farbe-, Kennzeichen ...) merken kann, hilft dies der Polizei.

Tipp: Üben Sie doch mal die Täterbeschreibung in einem Detektivspiel. Macht Spaß und schärft die Sinne und das Gedächtnis.

7. ☐ **„Mein Körper gehört nur mir.“**

Zum Erwachsenwerden gehört auch ein gesundes Körperbewusstsein. Wenn ein Enkel mal nicht mit den Großeltern knuddeln möchte, sollten die das respektieren. Ähnliches gilt für Onkel, Tanten, Freunde, Bekannte, ...



Badminton – Fußball – Handball – Ju-Jutsu – Pilates/Yoga/Gymnastik – RehaSport – Schach – Schießsport – Schwimmen – Wandern

Das Kind kann so besser auf ein ‚komisches Bauchgefühl‘ hören, wenn ein Erwachsener etwas von ihm will. Kindesmissbrauch wird nicht selten durch sehr nahestehende Personen verübt.

8. ☐ **Helfersyndrom**

Mit der Bitte eines Erwachsenen ‚Kannst Du mir mal eben helfen?!‘ fühlt sich ein Kind groß, akzeptiert und ernst genommen, besonders wenn es das von zuhause nicht kennt. **Der ideale Köder.** Sprechen Sie mit Ihrem Kind, wem es helfen darf und wem nicht. Auch hier muss im Zweifel ein Nein okay sein.

9. ☐ **Absprachen treffen**

a) ☐ **Termin- und Zeitabsprachen** sollten beiderseits eingehalten werden (Eltern und Kinder).

Dabei geht es nicht um Kontrolle, sondern darum **Notsituationen** schneller erkennen zu können.

Wertvolle Zeit geht sonst verloren.

b) ☐ **Geschenke** (von Fremden) dürfen nur angenommen werden, wenn Vater oder Mutter dabei sind oder vorher darüber informiert sind. Finden Sie heraus, womit man Ihr Kind ködern kann. Ist es Schokolade, Hundewelpen, Ponys, Katzenbabys, die Aussicht auf ein eigenes Handy, Baggerfahren, eine ungenannte Überraschung etc.?

c) ☐ Erstellen Sie kleine **Verträge**. Das Kind erlebt sich dann als gleichwertiger Vertragspartner. Vereinbaren Sie darin auch, was passiert, wenn sich jemand **nicht** an den Vertrag hält. Bitte konsequent sein, um Ursache und Wirkung praktisch erfahrbar zu machen. Keine ‚Ausredenkönige‘ erziehen! Lieber jetzt ein paar Tränchen ertragen als später ein schlimmes Unglück.

d) ☐ **‚Deinen Eltern ist etwas Schlimmes passiert!‘** Kann ja sein! Der Überbringer der Botschaft sollte aber ein zwischen Ihnen und Ihrem Kind vereinbartes **Codewort** kennen.

10. ☐ **Fluchtpunkte besprechen.**

Gehen Sie mit Ihrem Kind Wege zur Schule, Trainingsort, Freunden etc. ab und besprechen Sie, wo bei Gefahr Fluchtpunkte sein könnten (Geschäfte, Kioske, Friseur, Bäcker, ...), was vermieden werden sollte (allein gehen; Abkürzungen durch dunkle Parks, ...) und wie man sich bei Verspätungen verhält.

11. ☐ **auf die Umgebung achten.**

Dass ein Kind mal spät abends durch eine dunkle Straße gehen muss, weil es den letzten Bus nehmen musste, kann mal passieren. Dann aber sollte es **nicht beide** Ohrhörer des Smartphones verwenden, um sich (vor Angst?) in Musik zu flüchten und rechtzeitig vorher zuhause kurz anrufen: ‚Bin gleich da!‘. **Ab und zu mal kurz umdrehen.** Gleiches gilt auch tagsüber für etwas abgelegene Orte mit wenig oder keinem Publikumsverkehr. Gilt nicht nur für Kinder, denn nicht jeden Angreifer hört man schon von weitem.

12. ☐ **Offene Gespräche**

Pädophile schüchtern ihre Opfer oft ein. ‚Wenn Du was sagst, bringe ich Vater und Mutter um.‘ oder ‚Wir haben jetzt zusammen ein Geheimnis, das niemand wissen darf.‘ Wenn das Kind dadurch verschlossen, still und nicht mehr fröhlich wird, die schulischen Leistungen absacken und es zuhause den Eindruck hat, dass es mit den Eltern nicht über alles reden kann, ist die Grundlage für ein verkorkstes Leben gelegt und der Täter kann länger ungestraft weitermachen. Es gibt dann noch mehr Opfer. Daher ganz wichtig:

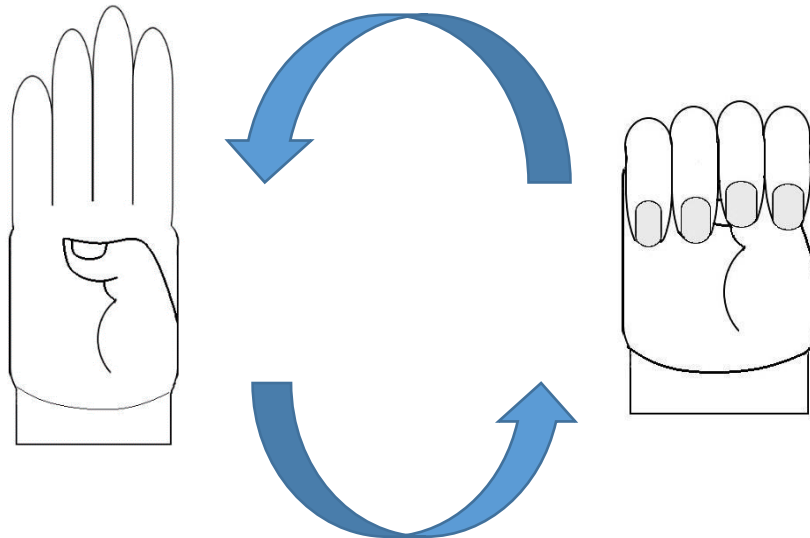
Loben Sie Ihr Kind für die Offenheit und das Vertrauen und

zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie immer hinter ihm stehen!

Das Notruf - Zeichen Seit der MeToo-Bewegung gibt es ein neues Hilferuf-Zeichen, zu dessen Verbreitung wir hier beitragen möchten. Es eignet sich für Kinder, aber auch bedrohte Frauen, eigentlich alle, die sich bedroht fühlen, dies aber nicht laut sagen können oder dürfen. Wenn sich dieses Zeichen allgemein als eine Art Hilferuf durchsetzen soll, bitte **keine Tests oder Späße** damit treiben!

Den Daumen in die Handfläche legen, dann mit den restlichen Fingern bedecken und wiederholt auf und zu machen

(s. Abbildungen).



Tipp 1: Man kann bei **Belästigungen oder anderen Notsituationen**, in denen man sich nicht traut oder es ‚ungesund‘ wäre direkt Hilfe zu rufen, diese Art von Hilferuf mit einem Zuwinken tarnen. Überzeugender auf andere wirkt es, wenn man dabei nicht lächelt!

Tipp 2: Bitte **nie mit der Mee-Too Faust zuschlagen**, weil der Daumen brechen kann. Beim Zuschlagen muss der Daumen außen sein, vor den anderen Fingern.

... noch Täter

Kinder als Gewaltopfer im richtigen Leben machen betroffen. Auch Übergriffe wie z.B. über Social Media gelenkte Gemeinheiten bis hin zu gesteuerten Suiziden kann man sich als Normalbürger kaum vorstellen, aber es gibt sie. Ist auch Ihr Kind betroffen? Bitte wenden Sie sich in solchen Fällen an SoCal-Media-Spezialisten.

Die schwierigste Vorstellung für Eltern ist aber - selbst wenn es genügend Beweise gibt - verständlicherweise der Gedanke, dass ihr Nachwuchs zum Täter geworden ist. Wie kann sowas passieren?

Das ‚Rezept‘

Ob als Opfer oder Täter, die Vorgehensweise im Web oder der realen Welt ist prinzipiell gleich:

- auf unverdächtige, freundliche Art Kontakt aufnehmen, oft mit falschen Identitäten
- diesen stetig ausbauen,
- Abhängigkeiten schaffen durch Aufmerksamkeit, Lob, Geld, Drogen, ...



- am Schluss Einfangen durch Erpressung (Nacktfotos, Gewaltandrohung bei Verwandten etc.).
- Das Kind wird so ein willfähiges Instrument für eigene Zwecke oder gegen Dritte.

Das Kind ist dann Opfer und Täter zugleich. Aus dieser Falle kommt es von alleine nicht heraus.

„Zutat Staat“

Ein wichtiger Grund für die wachsende Anzahl jugendlicher Täter ist **unser Rechtssystem**, wodurch sie zwar schon mit 7 Jahren zivilrechtlich haftbar gemacht werden können, aber **erst mit 14 Jahren** sind sie **strafmündig**. Es gibt Kriminelle, die aus diesem Grund bewusst **minderjährige Handlanger** gegen kleines Geld oder Geschenke einsetzen, sogar für Morde mit Schusswaffen. Wenn dann die Ursache (=Straftat) keine Wirkung (= Strafe) zur Folge hat, fehlt das Unrechts- und Verantwortungsbewusstsein. So ist der Weg für eine kriminelle Karriere bereitet.

Der Nährboden

Ein anderer Antrieb zur Gewaltausübung geht von **Gruppenzwang** aus. Gefährdet sind i.d.R. männliche Kinder und Jugendliche, wenn Sie in die **Pubertät** kommen, aus **gewaltgewohnten**, patriarchalen Familien stammen und/oder ein **enges kulturell-religiöses Menschenbild** hinzukommt.

In dieser Gruppe wird sich ein Anführer herausbilden, der sich durch interne Gewalt und äußere Gewaltaktionen der Bande hervortun muss, um Boss zu werden oder bleiben.

Auch aus eigenem Antrieb

Mit Einzelgängern erlebt man die größten Überraschungen, weil sie oft aus dem unauffälligen Alltag heraus agieren, um dann ein auffälliges Zeichen zu setzen, dessen Auswirkung auf andere oder sich selbst sie nicht abschätzen können oder wollen.

Gründe dafür können sein: fehlende Elternliebe und Empathie, Scheidung mit Rosenkrieg, fehlende Anerkennung und Perspektive, schlechtes soziales Milieu, kein Verantwortungsgefühl, fehlende Bildung, Geisteskrankheit etc... Drogenkonsum, Alkohol und Beschaffungskriminalität senken die Hemmschwelle zusätzlich.

Deren Menschenbild

Prinzipiell nutzen diese Vorgehensweise bei der Rekrutierung neuer Mitglieder auch **politisch oder religiös motivierte Extremisten**. Sie bieten ein **pseudo-familiäres Umfeld**, um ein vereinfachtes Welt- und Menschenbild aufzubauen und manchmal auch mit kriminellen Mitteln zu pflegen. Je jünger das Mitglied desto stärker die Prägung.

Gemeinsam ist allen Menschenfängern, dass sie ein **zweigeteiltes Menschenbild** verbreiten: die, die zum engeren Kreis (Familie) gehören und die außerhalb, mit denen man alles machen kann.

Nur Jungs?

Noch vor einigen Jahren hatte man **Mädchen** dies alles nicht zugetraut. Leider hat sich dies in den letzten Jahren geändert. Auch Mädchen bilden mittlerweile Gangs und/oder sind Einzel- oder Extremtäter.

Was können Eltern dagegen tun?

Auch hier gilt: **Wehret den Anfängen!** Denken Sie bitte mal an Ihre eigene Kindheit zurück. Was haben Sie Ihren Eltern verschwiegen? Es ist also Augenmaß gefragt zwischen Kontrolle und Vertrauen, damit die „lieben Kleinen“ eine gute Balance zwischen selbstbewusstem und sozialem Verhalten entwickeln können.

- Geben Sie **schon im Kindesalter** ihrem Nachwuchs einen kleinen **Verantwortungsbereich** z.B. im Garten, im Haushalt oder für ein Haustier mit **allen** Konsequenzen, d.h. wenn Beet pflanzen



Badminton – Fußball – Handball – Ju-Jutsu – Pilates/Yoga/Gymnastik – RehaSport – Schach – Schießsport – Schwimmen – Wandern

vertrocknen, weil nicht gegossen wurde oder ein Haustier, das mangels Betreuung krank wird oder stirbt. Vereinbaren Sie von vornherein eine Verbindlichkeit mit einem kleinen **Vertrag** im Sinne von: Das passiert, wenn ...

Es sollte Positives, aber auch Negatives bei den vereinbarten Konsequenzen bedacht werden. Mit der Unterschrift fühlen sich die Kinder wie gleichberechtigte Partner. Es darf nie um Härte, sondern nur um **Konsequenz** gehen. Ursache und Wirkung. Tränchen oder Protest der Kinder aushalten, weil sie gute Veränderungen bringen können. Grundlage für alles ist wie in jeder Beziehung eine **gute Kommunikation**. So schwer es manchmal auch fallen mag, lassen Sie den Gesprächsfaden nicht abreißen. Schon die Kleinen sollten wissen und merken:

- Es gibt im Leben **nichts** geschenkt, vielleicht außer von den Eltern. Bonbons, geschenktes Geld, Bonuspunkte in einem Spiel, leicht verdientes Geld, angeblich ungefährliche Drops (=Drogen), kleine Gefälligkeiten oder Geschenke sind alles Würmer an einer Angel. Und der Angler will den **ganzen** Goldfisch und weiß, wann der Haken sitzt und er ziehen muss.
- Jeder Mensch wird spätestens als Erwachsener für die Konsequenzen aus seinem Handeln einstehen müssen. Früh übt sich, ...

Mögliche Anzeichen für kriminelles Verhalten:

- Hat Ihr Kind plötzlich Dinge, die es sich mit seinem Taschengeld **eigentlich nicht leisten** kann? Woher bzw. von wem kommt das Geld?
- Verwendet Ihr Kind plötzlich andere, neue Worte, Schriftzeichen, oder Bilder, die sich evtl. sogar **gegen ganze Menschengruppen** richten?
- Mit welchen **komischen ‚Kumpels‘** umgibt sich Ihr Sohn/Ihre Tochter neuerdings?
- Schottet sich Ihr Kind immer mehr ab und **erzählt immer weniger** von sich?
- Würden Sie merken, wenn **Ihr Kind raucht**, Alkohol trinkt oder Drogen nimmt?

Kinder sind oft **Kopien** Ihrer Eltern. Fragen Sie sich selbst:

- Bieten Sie selbst das, was Sie vom Kind erwarten? **Wirken und sind Sie glaubhaft?**
- Sind Sie ein **Vorbild** beim Rauchen, Trinken, ‚Pillen gegen alles‘, andere Laster?
- Hatten Sie selbst eine **Drogenvergangenheit**, von der das Kind vielleicht sogar weiß?

Rechnen Sie immer mit einem **Rückfall Ihres Kindes**, aber bleiben Sie **trotzdem** dran. Mit fehlendem oder nicht genügend großem Unrechtsbewusstsein hat das Kind sein Fehlverhalten (unbewusst) als Erfolg abgespeichert. Wieso sollte es das von jetzt auf gleich ändern?

Verdacht? Durch Panik aus fehlender Kontrolle gerät man leicht in Übereifer. Lassen Sie die Kirche im Dorf: **Seien Sie keine Helikopter-Eltern**. In Ihrem Eifer merken sie nicht, dass sie welche sind. Haben Sie Vertraute, die Sie dazu um eine **externe Meinung** bitten können?

Auch bei Kindern als Täter gilt: Seien Sie für Ihr Kind da. Aber **ersparen Sie ihm/ihr nicht alle Folgen** eines Vergehens. Für das Kind hieße das nur: ‚Ich kann so viel Bockmist bauen, wie ich will. Meine Eltern stehen für mich gerade.‘ So kann kein verantwortungsvoller, empathischer Mensch heranwachsen.

Stark ist nur jemand, der seine eigenen Möglichkeiten und Grenzen kennt und akzeptiert! Mit dem Kind und einer Situation überfordert? Holen Sie sich Hilfe bei **Psychologen** oder dem **Jugendamt**. Eventuell gibt's auch in diesem Bereich **Selbsthilfegruppen**.