

Kinderschutz | Das können Sie gegen Gewalt in der Familie tun

Gewalt ist in zahlreichen Familien trauriger Alltag. Was Sie tun können, damit es gar nicht erst so weit kommt – als Betroffener und Außenstehender.

15.40 Uhr, 16. Jänner 2020

Die eigene Familie ist für Kinder und Jugendliche der wichtigste Ort in ihrem Aufwachsen. Hier finden sie Wärme, Geborgenheit, Liebe und Orientierung. Dies sind Werte, die sie im besten Fall auf ihrem Weg zum Großwerden begleiten. Der Alltag vieler Kinder in Kärnten sieht jedoch anders aus, obwohl längst bekannt ist, dass die viel zitierte „gesunde Watschn“ nicht nur alles andere als ein probates Erziehungsmittel ist, sondern eine Form körperlicher Misshandlung. Trotz dieses Wissens ist Gewalt in der Familie immer noch weiter verbreitet, als Sie vielleicht denken: Allein in Kärnten werden mehr als 22.000 Kinder und Jugendliche zu Hause Opfer von Gewalt. Eine Zahl, die weh tut – trotzdem handeln die Täter in der überwiegenden Mehrheit nicht aus Boshaftigkeit heraus, wie Raphael Schmid von der Fachstelle Kinderschutz erklärt: „Es sind Menschen, die eigentlich ihre Kinder lieben und dringend Hilfe brauchen.“ Denn nur allzu oft entsteht Gewalt aus Hilflosigkeit heraus, etwa, wenn sonstige Stressfaktoren wie Jobverlust oder Krankheit dafür sorgen, dass Eltern im Umgang mit ihren Kindern ihre Gelassenheit verlieren. Das kann passieren und kommt sprichwörtlich in den besten Familien vor. Umso wichtiger ist es, dass Sie rechtzeitig gegensteuern, wenn Sie das Gefühl haben, dass etwas nicht mehr im Lot ist. Wir verraten Ihnen, was Sie aktiv gegen Gewalt in der Familie tun können, noch bevor sie ausbricht, und wo sie [Hilfe \(http://klz-verkauf.at/Kinderschutz\)](http://klz-verkauf.at/Kinderschutz) finden.



Kinderschutz geht uns alle an: Jedes Kind hat das Recht, gewaltfrei aufzuwachsen. © stock.adobe.com

1. Erkennen Sie Gewalt in all ihren Formen

Seit 30 Jahren ist die „**Gewaltfreiheit in der Erziehung**“ gesetzlich verankert. Doch was das genau bedeutet, wird erst klar, wenn wir uns die unterschiedlichen Formen der Gewalt anschauen. Körperliche Gewalt, wie etwa Schläge, Schubser oder Ohrfeigen sind hier nur die offensichtlichste Form. Aber auch vermeintlich unsichtbare Formen der Gewalt sind nicht weniger schlimm und traumatisieren ihre Opfer. Seelische Gewalt, etwa, wenn Kinder gedemütigt, beschimpft oder isoliert werden, zählen hier ebenso dazu wie Vernachlässigung oder sexueller Missbrauch. Geben Eltern ihrem Kind also das Gefühl, wertlos zu sein, sperren es zu Hause ein oder achten nicht auf seine Körperhygiene, sollten Sie das also nicht weniger ernst nehmen, als wenn das Kind geschlagen wird. „Auch miterlebte Gewalt zwischen den Eltern ist Gewalt am Kind“, stellt Kinder- & Jugendanwältin und Kinderrechtsexpertin Astrid Liebhauser klar.



Gewalt in der Familie kann viele Formen annehmen. Dazu gehört auch, wenn Kinder Gewalt zwischen den Eltern miterleben müssen. Foto © stock.adobe.com

2. Schauen Sie nicht weg


Gewalt in der Familie kann also viele Formen annehmen – umso wichtiger ist es, dass Sie nicht wegschauen, wenn Sie Verdachtsmomente haben. „Im Kinderschutz sind Wissen und Haltung gefragt“, betont auch Raphael Schmid, „Freunde, Bekannte und Nachbarn sind wertvolle Wahrnehmer.“ Sollten Sie also denken, dass es in Ihrem Umfeld eine Familie gibt, die Hilfe benötigt, zögern Sie nicht, das auch anzusprechen,

denn die **Eltern** selbst sind die ersten und wichtigsten Kinderschützer. Dass das nicht ganz einfach ist, weiß auch Liebhauser, appelliert aber an die Zivilcourage: „Ja, es ist unangenehm, Eltern im Verdachtsfall anzusprechen. Aber man darf es nicht wegschieben und sich nicht auf andere verlassen.“ Wichtig ist, dass Sie im Gespräch **Unterstützungsangebote** (<http://klz-verkauf.at/Kinderschutz>) in den Vordergrund stellen, etwa beim zuständigen Jugendamt. Fühlen Sie sich selbst mit der Situation in Ihrer eigenen Familie überfordert, finden Sie hier ebenfalls die richtigen Ansprechpartner.

Das Gespräch mit den Eltern ist der erste Schritt gegen Gewalt in der Familie. Foto © stock.adobe.com

3. Klare Regeln gegen den Familienfrust

Wenn es im Job schlecht läuft, das Geld knapp ist oder wir uns ganz generell vom Alltag überfordert fühlen, fällt es schwer, auch zu Hause die Nerven zu bewahren. Kinder fordern **Aufmerksamkeit und Struktur** – genau das zu geben, kann nach einem langen, ohnehin schon anstrengenden Tag wirklich schwierig sein. Umso wichtiger ist es, dass klare Abmachungen getroffen werden, damit sich alle wohler fühlen. Wichtig ist jedoch, dass diese Vereinbarungen auch eingehalten werden können und Ihr Kind nicht überfordern (etwa, dass erst einmal nur eine Ecke aufgeräumt wird, nicht gleich das ganze Zimmer). Geht es darum, dass sich Ihr Kind falsch verhalten hat, sollten Sie gemeinsam Alternativen erarbeiten statt Ihr Kind gleich zu kritisieren oder gar zu bestrafen. Im Gegenzug ist das größte Geschenk, das Sie Ihrem Kind machen können, schlicht und ergreifend Zeit. Setzen Sie fixe Zeiten auf Ihren Terminplan, zu denen Sie mit Ihrem Kind spielen, basteln oder einfach nur Zeit miteinander verbringen, und schalten Sie Ihr Handy währenddessen auch einmal auf „leise“. Der angenehme Nebeneffekt: Sie sind so nicht nur für Ihr Kind da, sie bekommen auch ein Gefühl dafür, was es gerade beschäftigt, was zusätzlich dafür sorgt, dass Spannungen und Missverständnisse gar nicht erst entstehen.

 Little girl and father enjoying book together, laying on floor

Zeit und klare Regeln sind das größte Geschenk, das Sie Ihrem Kind machen können. Foto © stock.adobe.com

4. Lenken Sie Ihre Emotionen in gesunde Bahnen und nehmen Sie sich Auszeiten

Wenn die Wut hochkocht, sind wir oft blind für die Bedürfnisse der anderen und tun oder sagen manchmal Dinge, die wir gleich im Anschluss wieder bereuen. Unsere Kinder fordern uns ab und zu heraus – gerade, wenn wir sowieso schon gestresst sind, ist es dann gar nicht so einfach, nicht aus der Haut zu fahren. Das Gefühl zu haben, manchmal nicht mehr ganz Herr über die eigenen **Emotionen** zu sein, kommt vor – gerade im Umgang mit Ihrer Familie ist es dann aber umso wichtiger, dass Sie Ihre momentane Wut in andere Bahnen lenken. Das kann eine neue Sportart sein, manchmal reicht aber auch schon ein kurzer Spaziergang, damit wir wieder klarer sehen und handeln können. Wenn Sie sich im Familienleben regelmäßig überfordert fühlen, sollten Sie das auf keinen Fall ignorieren, sondern sich klar machen, dass es in Ordnung ist, wenn Sie sich auch einmal Zeit für sich selber nehmen. Vertrauen Sie sich Freunden oder Verwandten an und bitten Sie um Hilfe – oft ist eine Lösung einfacher gefunden als Sie denken.

Sie fühlen sich überfordert? Vertrauen Sie sich Freunden oder Verwandten an und bitten Sie um Unterstützung. Foto © stock.adobe.com

5. Kompetente Ansprechpartner: Hier finden Sie Hilfe

Ob Sie selbst das Gefühl haben, in Ihrer Familie läuft etwas schief oder als Außenstehender – es ist keine Schande, wenn Sie sich kompetente Hilfe holen, ganz im Gegenteil. Die erste Anlaufstelle in Sachen Kinderschutz ist die öffentliche **Kinder- und Jugendhilfe**, umgangssprachlich gerne „Jugendamt“ genannt. Experte Schmid will mit überholten Vorurteilen aufräumen und betont die Rolle der Jugendhilfe als umfassend unterstützende Anlaufstelle: „Das Amt will niemandem sein Kind wegnehmen. Es kann aber beraten und zum Beispiel auch bei finanziellen Problemen Hilfe organisieren.“ Diese Drehscheibe für Unterstützung ist in jedem Fall für Sie da – egal, ob Sie selbst betroffen sind, oder eine Familie kennen, die Hilfe braucht.

HIER FINDEN SIE HILFE!

Wenn Sie selbst mit Ihrer Familie überfordert sind oder jemanden kennen, der Hilfe braucht, zögern Sie nicht! **Bei der Kinder- und Jugendhilfe werden Sie schnell und unbürokratisch beraten.** (<http://klz-verkauf.at/Kinderschutz>)

Entgeltliche Einschaltung der **Kärntner Landesregierung** (<https://kinderschutz.ktn.gv.at/>).

MEHR VON KLEINEZEITUNG.AT





(https://www.kleinezeitung.at/politik/innenpolitik/5767458/Peschorn-zu-EurofighterGestaendnis_Der-Plan-war-dass-Oesterreich)

(<https://www.kleinezeitung.at/advertorials/sponsored/5737480/Wirtschaftsstan-Gruende-warum-Sie-auf-Regionalitaet>)

PESCHORN ZU EUROFIGHTER-GESTÄNDNIS

WIRTSCHAFTSSTANDORT

"Der Plan war, dass Österreich die Korruption selbst zahlt"
(https://www.kleinezeitung.at/politik/innenpolitik/5767458/Peschorn-zu-EurofighterGestaendnis_Der-Plan-war-dass-Oesterreich)

Fünf Gründe, warum Sie auf Regionalität setzen sollten
(<https://www.kleinezeitung.at/advertorials/sponsored/5737480/Wirtschaftsstan-Gruende-warum-Sie-auf-Regionalitaet>)

[kleinezeitung&utm_medium=referral&utm_content=alternating-thumbnails-a:Below Article Thumbnails:\)](https://www.kleinezeitung.at/...)
[kleinezeitung&utm_medium=referral&utm_content=alternating-thumbnails-a:Below Article Thumbnails:\)](https://www.kleinezeitung.at/...)

(https://www.stayfriends.at/sfvc/inboundlinks/ADB327ABBZ=15684&AFBZ=68cc9ab8b5f556af6f3381f105c30a7b38727e7_&utm_source=taboola&utm_medium=referral)

Bist Du älter als 40? Finde Dein altes Klassenfoto.

StayFriends

(https://www.stayfriends.at/sfvc/inboundlinks/ADB327ABBZ=15684&AFBZ=68cc9ab8b5f556af6f3381f105c30a7b38727e7_&utm_source=taboola&utm_medium=referral)

(<https://www.kleinezeitung.at/steiermark/suedsuedwest/5767323/>)

Nachruf: Trauer um erste Steirische Weinkönigin

KLEINE ZEITUNG

(<https://www.kleinezeitung.at/steiermark/suedsuedwest/5767323/>)

(https://reise.kleinezeitung.at/ab-in-den-skiurlaub?utm_source=taboola&utm_medium=native)

Ab in den Skiurlaub! Tolle Pisten, kurze Anfahrt und günstige Preise

Kleine Zeitung Reise

(https://reise.kleinezeitung.at/ab-in-den-skiurlaub?utm_source=taboola&utm_medium=native)

(https://www.badezimmer-portal24.at/angebote/?utm_content=20190830_badgelb_2019sowenigkosteteinneuesbadwirklich&plmt=styria-kleinezeitung&utm_term=1118189&prid=523&click_id=CjAyMTcxZj11Ny0yYThhLTQzMmItYTA0Ni0zNzU0ODEyMmUxN2UtdHVjdDUzMTdlNTg5G2thZXVmZXBw3J0YVWtYmFkZkZpbW1lci1zYw&meco=at&utm_medium=dis-taboola-desktop-131119%7C523-dis_pn-at-13)

2019: So wenig kostet ein neues Bad wirklich

Badezimmer

(https://www.badezimmer-portal24.at/angebote/?utm_content=20190830_badgelb_2019sowenigkosteteinneuesbadwirklich&plmt=styria-kleinezeitung&utm_term=1118189&prid=523&click_id=CjAyMTcxZj11Ny0yYThhLTQzMmItYTA0Ni0zNzU0ODEyMmUxN2UtdHVjdDUzMTdlNTg5G2thZXVmZXBw3J0YVWtYmFkZkZpbW1lci1zYw&meco=at&utm_medium=dis-taboola-desktop-131119%7C523-dis_pn-at-13)

(<https://www.kleinezeitung.at/steiermark/ennstal/5760224/>)

Nachtslalom Schladming : Diese Strafe fasste Flitzerin Kinsey Wolanski aus

KLEINE ZEITUNG

(<https://www.kleinezeitung.at/steiermark/ennstal/5760224/>)

(https://reise.kleinezeitung.at/43-familienski-special?utm_source=taboola&utm_medium=native)

4=3! Das Familien Ski Special | Kleine Zeitung - Reise

Kleine Zeitung Reise

(https://reise.kleinezeitung.at/43-familienski-special?utm_source=taboola&utm_medium=native)

(https://www.deejo.de/de/schneiden-wie-gott-in-frankreich?utm_source=taboola&utm_medium=native-ads&utm_campaign=taboola-native-ads-octobre-2019&utm_content=styria-kleinezeitung)

Ein Deejo-Messer strahlt eine starke Persönlichkeit aus und kann personalisiert werden, um sich jedem Geschmack, jeder Laune und jedem Stil anzupassen.

Deejo

(https://www.deejo.de/de/schneiden-wie-gott-in-frankreich?utm_source=taboola&utm_medium=native-ads&utm_campaign=taboola-native-ads-octobre-2019&utm_content=styria-kleinezeitung)

(https://info.hearclear.com/brilliant-hoergeraete?utm_campaign=1385283&utm_content=2876100414&cid=5d43fa0e5fbd4&utm_source=taboola&utm_medium=styria-kleinezeitung&campaign=5d43fa0e5fbd4-B2C-HA-AT-HC-Sept_smart-D&platform=Desktop&utm_term=Klagenfurt+Am+W9%3%B6rthersee%3A+%3C9Cber+50-J%3CA4hrige+stehen+f9%3CBcr+diese+H%3CB6rger%3CA4te+Schlange&utm_content=http%3A%2F%2Fres.cloudinary.com%2Ftaboola%2Fimage%2Fupload%2Fv1579609904%2Fwu31eiwtbidjdf20sz3.gif&netw)

kleinezeitung&title=Klagenfurt+Am+W9%3%B6rthersee%3A+%3C9Cber+50-J%3CA4hrige+stehen+f9%3CBcr+diese+H%3CB6rger%3CA4te+Schlange)

Klagenfurt Am Wörthersee: Über 50-Jährige stehen für diese Hörgeräte Schlange

HearClear Angebote

12.2.2020

Jetzt weiterlesen!

(https://info.hearclear.com/brilliant-hoergeraete?utm_campaign=1385283&utm_content=2876100414&cid=5d43fa0e5fbd4&utm_source=taboola&utm_medium=styria-kleinezeitung&campaign=5d43fa0e5fbd4-B2C-HA-AT-HC-Sept_smart-D&platform=Desktop&utm_term=Klagenfurt+Am+W%C3%B6rthersee%3A+%C3%9Cber+50-J%C3%A4hrige+stehen+f%C3%BC+diese+H%C3%B6rger%C3%A4te+Schlange&utm_content=http%3A%2F%2Fres.cloudinary.com%2Ftaboola%2Fimage%2Fupload%2Fv1579609904%2Fwuf31eiwtbidjdf20sz3.gif&netw_kleinezeitung&title=Klagenfurt+Am+W%C3%B6rthersee%3A+%C3%9Cber+50-J%C3%A4hrige+stehen+f%C3%BC+diese+H%C3%B6rger%C3%A4te+Schlange)
(https://www.kleinezeitung.at/advertorials/5752633/?utm_source=taboola&utm_medium=native)

Die Kleine Zeitung und die LIMAK Austrian Business School vergeben gemeinsam zwei Teilstipendien

(https://www.kleinezeitung.at/advertorials/5752633/?utm_source=taboola&utm_medium=native)

Anzeige