

Stress zuhause



Eine Information für Kinder und Jugendliche nach häuslicher Gewalt

Was ist passiert?

Du hast gerade etwas erlebt, was alle in deiner Familie sehr aufgeregt hat.

Es hat Lärm und Geschrei gegeben, die Erwachsenen haben sich heftig gestritten. Deine Mutter und vielleicht auch du und deine Geschwister wurden bedroht oder geschlagen. Manchmal schlagen auch Mütter.

Vielleicht geschah dies nicht zum ersten Mal. **Du bist nicht allein**, denn viele Kinder und Jugendliche erleben so etwas. Wahrscheinlich hast du ganz heftige Gefühle, wie z. B. Angst oder Wut oder du fühlst dich hilflos und weißt nicht, was du jetzt machen sollst.

Vielleicht kommt die Polizei? Jemand hat die Polizei gerufen: die Nachbarn, jemand von deiner Familie, vielleicht du selbst. Das war richtig und gut so, denn niemand darf geschlagen oder bedroht werden. Auch zuhause ist Gewalt verboten!

Was macht die Polizei?

Die Polizei kann die Person, die schlägt oder bedroht, mitnehmen oder wegschicken. Sie darf dann eine Zeit lang nicht mehr in eure Wohnung kommen.

In dieser Zeit können alle nachdenken, wie es weitergeht. Denn in einer Familie haben alle, **auch du!** das Recht, sich wohl zu fühlen und keine Angst zu haben.



Wie geht es jetzt weiter?

Für die Erwachsenen gibt es Beratungsstellen. Diese helfen einen Weg zu finden, wie es der Familie besser gehen könnte. Die Polizei wird auch das Jugendamt über den Einsatz bei euch zuhause informieren. Von dort wird auch jemand auf euch zukommen, um Hilfe anzubieten.

Du kannst dort auch selbst anrufen und dich beraten lassen:

- Abteilung Kinder- und Jugendhilfe Lahn-Dill-Kreis: 06441 – 407 1501
- Jugendamt der Stadt Wetzlar: 06441 – 99 5111



Wer kann noch helfen?

Es ist gut, mit Menschen, denen du vertraust (z. B. Freunden, Verwandten oder an der Schule), über das Geschehene zu reden. Es gibt auch Beratungsmöglichkeiten, an die du dich wenden kannst:

- **Nummer gegen Kummer** für Kinder und Jugendliche Tel.: **116 111**
- Beratungs- und Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt: **06441-46364**
- Erziehungs- und Familienberatung des LDK und der Stadt Wetzlar: **06441-407 1670 oder 02771-407 7480**
- Der Kinderschutzbund Lahn-Dill/ Wetzlar e.V.: **06441-33666**
- Wenn ihr schnell Hilfe braucht, wähle bitte den **Notruf der Polizei: 110**

Dorthin kannst du jemanden mitnehmen, dem du vertraust.

Auch du hast einen Anspruch auf Hilfe.

Das geht notfalls anonym und ohne dass deine Eltern davon erfahren.

Wir bedanken uns für die finanzielle Unterstützung bei:



ZONTA
CLUB OF
WETZLAR
MEMBER OF ZONTA INTERNATIONAL
EMPOWERING WOMEN
THROUGH SERVICE & ADVOCACY

