

Sind Sie oder Ihr Kind in akuter Gefahr?

Polizei 110

Bei Gewalt oder Angst vor Gewalt

Rettungsdienst 112

Bei psychischen Ausnahmezuständen

Hier bekommen Sie weitere Hilfe:

Telefonseelsorge 116 123

Probleme und Krisen, z.B. Probleme mit dem Partner, Mobbing in der Schule und am Arbeitsplatz

Kinder- und Jugendtelefon 116 111

Probleme von Kindern und Jugendlichen, Web-Sorgen, sexueller Missbrauch

Elterntelefon 0800 1110550

Erziehungsfragen, Web-Sorgen, sexuelle Misshandlung der Kinder, Probleme von Eltern rund um ihre Kinder

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ 08000 116016

Bundesweites Beratungsangebot für von Gewalt betroffene Frauen

Behördennotruf 115

Verwaltungsanfragen aller Art



Meine Ansprechpartner

bei Problemen (z. B. Familienhilfe, Freunde, Nachbarn...)

Meine persönlichen Handlungsstrategien:

Remenhof gGmbH
Berliner Heerstraße 39
38104 Braunschweig
Tel. 0531 23632-0
info@remenhof.de
www.remenhof.de

Wege erkennen Wege gehen



Ein Handlungsleitfaden für Eltern
in akuten Krisensituationen

Stand: 2020.09

Remenhof gGmbH
Kinder- und Jugendhilfe
Förderschule für Emotionale
und Soziale Entwicklung

REMENHOF
Wir erfinden Wege.

REMENHOF
Wir erfinden Wege.

Handlungsleitfaden in Krisensituationen

Eine Krise liegt vor!

Akute Krise – GEFAHR!

Ich bin in Gefahr!
und / oder
Andere sind in Gefahr!

Beispiele:

- Verletzungen bei dir oder anderen
- selbstverletzendes Verhalten
- Bedrohung / Gewalt / Angst

Sofortmaßnahme!

Notrufnummer wählen! - Ruhe bewahren!

Polizei: 110 • „Ich habe Angst um mein Leben!“
• „Ich werde bedroht!“

Feuerwehr: 112
• „Ich habe Kinder bei mir!“

Weitere Krisen – keine Gefahr

Schlimme Situationen kurz vor Gewalt
oder einem Übergriff

Beispiele:

- heftiger Streit
- Überforderung
- Provokation

meine Beispiele:

- _____
- _____
- _____

Handlungsmöglichkeiten

Beispiele:

- Situation/Raum verlassen
- frische Luft schnappen
- Vertrauensperson anrufen
- positiven Kontakt suchen
- bis 10 zählen
- tief durchatmen
- Anruf Elterntelefon

meine Beispiele:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Professionelle Hilfe suchen

Was ist eine Krise?

Beispiele:

- Streit mit dem Partner / Kind
- Streit der Kinder untereinander
- Gewalt / Übergriffe
(hauen, schlagen, einsperren, drohen, usw.)

Meine Beispiele für Krisen:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Meine „Frühwarnzeichen“

(So erkenne ich eine Krise)

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____