Wie es zu diesem Skript kam:

Ich habe 16 Jahre lang im Qualitätsmanagement in der Automobilindustrie gearbeitet.
Dort stellte ich fest, dass TOYOTA das revolutionärste Qualitätssystem hatte – und von TOYOTA habe ich mir viele Vorgehensweisen in unterschiedlichen Lebenslagen abgeschaut.

Wie können wir das für uns nutzen? TOYOTA war DER Vorreiter um bei Fehlern schnell handlungsfähig und auch verbesserungsfähig zu sein. Dort findet man für beinahe jedes Bauteil und jeden Herstellungsprozess eine Fehler-Möglichkeits-und-Einflussanalyse.
Diese Fehleranalysen werden in einem bestimmten Expertenteam erarbeitet, um im schlimmsten Auto(un)fall handlungsfähig zu sein. Dieses Tool habe ich nun für Euch, und für mich „umgebaut". Es soll uns Erwachsene und die Heranwachsenden handlungsfähig halten, auch wenn gerade alles um uns herum im Gefühlsstrudel versinkt.

Dies ist ein mögliches und einfach formuliertes Skript. Verfeinere es ggf. mit Deinen Worten mit Deiner Art zu reden, aber verändere es nicht allzu stark. Denn jeder Satz hat eine Bedeutung, und wenn Du etwas weglässt oder einiges hinzufügst, könnte das Ziel dieses Skriptes verfehlt werden.

Besprich´ Dich mit Deinem Kind (ja auch wenn Du mehrere Kinder hast, sprichst Du einzeln mit den Kindern) in einem geeigneten Moment. Vermeide so Sätze wie „Duuuuu - ich muss mal mit Dir reden...".

Ein geeigneter Moment könnte ein Spaziergang sein, der gemeinsame Abwasch, die Rückfahrt im Auto nach einem Einkauf, in Fussballpause auf dem Bolzplatz... You Know! :-)

Ich schreibe dieses Skript in der ICH-Form, jedoch kannst Du es abändern in ein WIR (Papa und ich).

Wenn die Stimmung entspannt, locker oder fröhlich ist, fange das Gespräch an, mit...

„Ich weiß noch ganz genau wie Du die ersten Schritte gemacht hast, Du warst stolz auf Dich und hast geschaut ob ich es sehe. Ja – ich war an Deiner Seite.

Ich weiß auch noch wie Du öfters mal hingeplumpst (wenn es nicht Dein Wort ist, dann nimm´ ein anderes wie „hingefallen") und dann weinend zu mir gekommen bist. Ich habe Dich getröstet und war an Deiner Seite.

Erinnerst Du Dich, als Du die Eins in Englisch (falls nicht zutreffend, nimm´ ein anderes Erfolgserlebnis) hattest und wir gemeinsam darüber gefreut haben?"

Rassel´ die ersten drei Sätze nicht runter, lass´ Deinem Kind kurz Zeit in die Geschichten einzutauchen.

„Und weißt Du, es wird immer wieder tolle Dinge in Deinem Leben geben und ich möchte Dir sagen, dass ich mich freue, wenn Du sie mit mir teilst. Ich bin da!

Und weißt Du, es wird auch mal Momente geben die nicht gut laufen, auch da bin ich an Deiner Seite. Und es wird sogar Dinge geben, die Du vielleicht im Internet, auf dem Schulhof oder in Deiner Freizeit erlebst, die für Dich ganz schrecklich sein können. Da möchte ich Dir sagen, dass ich die Schuld nicht bei Dir suchen werde oder Dir sofort etwas verbiete, sondern mit Dir gemeinsam überlegen werde, wie es Dir wieder besser geht!"

Vielleicht fragt das Kind jetzt so etwas wie „wie meinst Du das?"
Und dann antwortest Du mit A)
Dein Kind sagt nichts darauf? Dann führe mit B) weiter aus.

2025 © Ein Projekt von RIESENSTARK

A) „Nun ja, zum Beispiel das Internet hat nicht nur schöne und spaßige Seiten, es hat auch unfassbar grausame und erschreckende Inhalte. Die selbst für uns Erwachsene ganz schlimm anzusehen sind. Falls Du davon mal was siehst, und Du bemerkst dadurch in Deinem Bauch ein ungutes Gefühl – sprich mit mir. Wir finden eine gute Lösung für Dich.

Oder wenn Du in der Freizeit Dinge mit den Freunden erlebst, die Dir Angst machen oder sich im Bauchgefühl auch ganz und gar nicht gut anfühlen, schauen wir, was wir machen können, damit es Dir wieder besser geht, okay?“

B) “Ich möchte Dir sagen, das Internet hat nicht nur schöne und spaßige Seiten, es hat auch unfassbar grausame und erschreckende Inhalte. Die selbst für uns Erwachsene ganz schlimm anzusehen sind. Falls Du davon mal was siehst, und Du bemerkst dadurch in Deinem Bauch ein ungutes Gefühl – sprich mit mir. Wir finden eine gute Lösung für Dich.

Oder wenn Du in der Freizeit Dinge mit den Freunden erlebst, die Dir Angst machen oder sich im Bauchgefühl auch ganz und gar nicht gut anfühlen, schauen wir, was wir machen können, damit es Dir wieder besser geht, okay?“

Vielleicht sagt das Kind nur: „okay.“, dann führst Du fort:

„Es kann auch sein, dass Du etwas erlebst und Du mit dem Problem einfach nicht zu uns Eltern gehen kannst. Für solche Fälle solltest Du einen Notfallplan haben. Weißt Du, zum Beispiel die Autobauer haben für fast alle Ihre Bauteile am und im Auto einen Notfallplan.

Zum Beispiel, falls mal was kaputt geht und ein Auto einfach auf der Straße liegen bleibt. Denn Die Autobauer sind clever, die wollen nicht erst überlegen, was sie tun könnten, wenn das Problem da ist, sondern sie haben schon eine to-do-Liste in der Schublade liegen, falls das Bauteil im Auto wirklich mal kaputt geht.

So einen Notfallplan möchte ich mit Dir machen. Einen Plan, der Dir sagt, mit wem Du gut über das Problem sprechen könntest, oder wen Du anrufst und was Du sonst noch tun kannst, wenn Dir etwas Ungutes passiert ist, okay?“

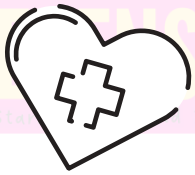
Du wartest auf die Antwort und darfst binnen 3 Tagen mit Deinem Kind an den Plan arbeiten.

Wie kann der Notfallplan aussehen? Beispiele:
Du hast einen extragroßen gekennzeichneten Notfall-Briefumschlag, eine Schatzkiste oder was auch immer Dein Kind sich ausgedacht hat, erstellt. Das Notfallpaket liegt vielleicht im Nachttisch, in der Schreibtischschublade oder unter der Matratze.

Was könnte ein Notfallpaket beinhalten?
Alles was Dein Kind für die Handlungsfähigkeit und sein Seelenwohl benötigt (und bitte gebe nicht viel vor, sondern frage „was kommt alles in Dein Notfallpaket?“)

Was könnte nun konkret in der Fehler-Möglichkeits-und-Einflussanalyse (Notfallkit) drin sein?

- Must-have: Rufnummer von der Vertrauensperson / oder den Vertrauenspersonen Deines Kindes (Oma, Onkel, Patentante, Nachbarin…oder die Nummer gegen Kummer 116 111)
- Ein Päckchen Taschentücher
- Ein Brief von uns Eltern, in dem wir schöne Dinge an oder über unser Kind schreiben
- Ein Familienfoto
- Ein anderes Foto, dass Dein Kind glücklich macht
- Lieblings-Lolli
- Schnuffeltuch von früheren Zeiten
- uvm



2025 © Ein Projekt von RIESENSTARK

Das Notfallkit darf so präsent sein, dass Dein Kind weiß, wo es liegt und dass es für den Notfall griffbereit wäre.

So, nun haben wir die Notfallkiste bzw. den Notfallumschlag für Dein Kind gepackt.

Jetzt kümmern wir uns, um uns Erwachsene.

„Falls Dein Kind zu Dir kommt und sich mitteilt, dass es Gewalt, übelste Pornografie oder rechtsextreme Dinge im Netz gesehen hat oder erlebt hat, wie Freunde auf dem Schulhof herabgewürdigt wurden uvm, dann bewerte diese Tatsachen nicht mit „oh was!? Wie schrecklich?! oder „...das gibt es doch nicht?!".

Du musst jetzt der sichere Hafen für Dein Kind sein und einen kühlen Kopf bewahren.
Wichtige Fragen in der Situation:

1. Frage: **„Wie geht es Dir damit?"** Beispielantwort Deines Kindes: „schlecht" / „nicht gut".

2. Frage: **„Was brauchst Du jetzt von mir? Vielleicht erst einmal eine Umarmung?"** Beispielantwort Deines Kindes: „ Ja gerne". Nun die Umarmung durchführen, den Raum halten und nicht reden. Es sei denn Dein Kind redet während der Umarmung und es ensteht eine Unterhaltung.

Alternativantwort Deines Kindes „weiß ich nicht..."
Du: **„Okay, wenn Dir etwas einfällt, dann sage es mir."**

3. Vermeide bei vorgefallenen Manipulationen oder Erpressungen von Chatverläufen (WhatsApp etc.) oder Emails direkt zu löschen!! Fotografiere die Nachrichtenverläufe vollumfänglich. Danach könntest Du die Nachrichten löschen und den Kontakt blockieren.

Je nach Schwere oder Deinem Gefühl nach, wirst Du die Screenschots oder Fotos für eine Strafanzeige brauchen. Sollte es zur Anzeige kommen, habe für Dein Kind ein alternativ-Smartphone in der Schublade. Es wird das Jetzige im Strafprozess nicht so schnell wieder sehen!

4. Vermeide Schuldzuweisungen / Vorwürfe, wie:
„...wie kann man nur..."
„...wenn Du das nicht gemacht hättest, dann wäre das erst gar nicht so weit gekommen..." „...warum bist Du nicht eher zu mir gekommen...",

5. Vermeide Bestrafungen wie das Internetverbot, Hausverbot etc. WIESO? Dein Kind wird sich nicht mehr offenbaren, wenn es dadurch für sich starke Einschränkungen erfahren wird.

6. Wenn Du Dich mit dem Thema, dass Dein Kind an Dich herangetragen hat überfordert oder hilflos fühlst, wende Dich an einen Sozialberater (im Jugendzentrum, der Schul-Sozialberater, die Seelsorge oder an einen Resilienztrainer oder Medienpädagoge wie ich es bin).

7. Wenn Dein Kind sich offenbart, darfst Du zunächst Trost und Sicherheit spenden. Du darfst auch sagen, dass Du Dir Gedanken machst und ggf. Tipps vom Experten in diesem Fall holst.
Es ist gar nicht schlimm, wenn Du nicht sofort eine Lösung hast. Dein Kind ist schon froh, wenn es das Thema ansprechen und erstmal an Dich weitergeben konnte.

2025 © Ein Projekt von RIESENSTARK

Vielleicht fühlst Du Dich nun ein wenig gestärkt und sicherer mit den Skripten in der Rückhand.

ABER ACHTUNG! Das bedeutet nun nicht, dass Du Dein Kind, der digitalen Welt einfach überlässt und nicht in der Medienbildung begleitest.

Robbie Williams sagte in einem Interview in diesem Sommer 2025: „Ich kann meinem 12-jährigen Kind kein Smartphone geben. Die drogenhafte Wirkung des Internets zerstört meinen Tag, wie kann ich es dann zulassen, dieses Instrument meinem Kind zu geben…".

Und falls Du, ähnlich wie Robbie Williams, mit dem Thema der Medienkompetenz überlastet bist, wende Dich mit Deinen Fragen an die Kita´s oder an die Schulen, denn die haben in Ihrem Bildungsplan den Auftrag zur Integration der Medienkompetenz.

Wieder; ABER ACHTUNG! Medienkompetenz heißt nicht, Digitalisierung von Schulen.
Das wird oft verwechselt.
Medienkompetenz bedeutet= Medienbildung + Medienerziehung + Mediendidaktik

Nun aber wünsche ich Dir ein schönes und zufriedenes Leben.
Deine Stefanie, Gründerin von RIESENSTARK

Deine RIESENSTARK-Digi-Möglichkeiten:

- Dozententätigkeiten in Kitas, Grundschulen, weiterführende Schulen und andere Einrichtungen
- Projektwochen-Support
- Konzeptionierung bei Umsetzung der Medienkompetenz nach dem jeweiligem Bildungsplanes
- offen Kurse für div. Themen in der Medienkompetenz

Mehr unter: www.riesenstark.de

2025 © Ein Projekt von RIESENSTARK