

# DEIN LEBEN, DEINE ENTSCHEIDUNG.

## Ich lebe ...

- bei Pflegeeltern
- bei Verwandten
- im Kinderheim
- im Betreuten Wohnen
- in einer Wohngruppe
- in einem Kinderdorf
- alleine
- \_\_\_\_\_

Du entscheidest, wie viel du von dir erzählen möchtest. Wir möchten dir eine Hilfestellung geben, wie du auf interessierte und / oder neugierige Fragen nach deiner Lebenssituation antworten kannst.

## weil ...

- es in meiner Familie viel Stress gab.
- es zuhause nicht gut gelaufen ist.
- meine Mutter / mein Vater sich aufgrund einer Krankheit nicht mehr um mich kümmern konnte.
- meine Eltern gestorben sind
- ein Elternteil gestorben ist und der andere sich nicht alleine um mich kümmern konnte.
- meine Eltern mir nicht gut getan / weh getan haben.
- es so besser für mich ist.
- ich das so wollte.
- \_\_\_\_\_

## Wenn du möchtest, kannst du mehr erzählen:

- Das Jugendamt hat ein anderes Zuhause für mich gesucht und daher lebe ich jetzt hier.
- Meine leibliche Mutter konnte sich nicht um mich kümmern, und ich konnte nicht zu meinem Vater ziehen, da ich ihn nicht kenne.
- Ich wohne in einer WG, aber ich treffe / spreche meine leiblichen Eltern / Mutter / Vater regelmäßig.
- In meinem neuen Zuhause fühle ich mich wohl / sicher.
- \_\_\_\_\_

**Was kann ich sagen, wenn ich gar nichts oder keine Details erzählen möchte?**

Du darfst jederzeit NEIN sagen, wenn jemand dich nach Dingen fragt, von denen du nichts erzählen möchtest. Es ist dein Leben und es gehört dir. Du brauchst dich nicht zu rechtfertigen, aber du kannst die Gründe dafür erklären.

- Das ist meine Geschichte, und ich erzähle sie nur dann, wenn ich sie erzählen möchte.
- Es macht mich traurig, darüber zu sprechen, was bei mir zu Hause los war. Mehr möchte ich dazu nicht sagen.
- Das ist meine persönliche Lebensgeschichte und die möchte ich nicht jedem erzählen.
- Das ist eine lange und komplizierte Geschichte, die sich jetzt nicht so schnell erzählen lässt.
- Ich möchte nicht weiter darüber reden.
- Ich möchte auf die Frage nicht antworten, da es mir schwerfällt darüber zu reden.
- \_\_\_\_\_

Und wenn jemand weiter nachfragt, den gesagten Satz einfach so oft wiederholen, bis die Nachricht angekommen ist.

**Eine gute Strategie kann auch eine Gegenfrage oder ein kurzer Kommentar sein:**

- Du bist aber neugierig!
- Das würdest du jetzt gerne wissen, nicht wahr?
- Wie ist es eigentlich so bei dir und deiner Familie?
- Warum willst du das wissen?
- \_\_\_\_\_

**DENK DARAN: DU MUSST DICH NICHT RECHTFERTIGEN. DU ALLEIN BESTIMMST, WAS DU WEM ERZÄHLEN MÖCHTEST!**

Wir sagen Danke für die Unterstützung bei Erstellung dieser Seiten an Birgit Lattschar. <https://www.birgit-lattschar.de/>