

1. Dein Gefühl ist richtig! Du bist richtig! Traue deinem Gefühl, wenn es dich warnt. Lass dir von niemandem einreden, dass alles in Ordnung ist, wenn es für dich nicht in Ordnung ist!
2. Du bist mit deinem Gefühl nicht allein. Leider gibt es eine ganze Menge Kinder, die etwas Ähnliches wie du erleben. Auch diese Kinder wissen nicht, wie sie das Komische erklären können. Deshalb kennst du sie noch nicht und sie wissen nichts von dir.
3. Es ist wichtig, dass du Menschen hast, denen du vertraust. Rede nur mit diesen Menschen über dein komisches Gefühl. Erzähle ihnen von deinen komischen Erlebnissen mit deinem Papa oder deiner

WICHTIG

Glück. Alle Menschen würden sich nur noch hassen und einander Böses antun. Diese Form von Komisch ist eine Krankheit. Sie hat einen Namen und heißt narzisstische Persönlichkeitsstörung. Man kann damit zu einem Arzt gehen und gesund werden, aber das dauert viele Jahre.

hier falten

Was hilft Dir?

Triff dich so oft du kannst mit Freunden und Menschen, die gut zu dir sind und denen du vertraust. Erzähle ihnen von dem Komischen. Wenn du mit dem Jugendamt oder einem Gericht zu tun hast, weil sich deine Eltern dort um dich streiten, sage, was DU willst. Höre auf dein Herz! Dein Bauch sagt dir, wann du genug gegessen hast. Dein Kopf sagt dir, was du denkst. Dein Herz sagt dir, wo du geliebt wirst. Geh zu dem Elternteil, bei dem du dich sicher und geliebt fühlst. Du darfst dich nicht opfern. Du hast dein Leben und es gehört nur dir!

Mama. Rede so lange davon bis dich endlich jemand versteht. Wir arbeiten daran, dass immer mehr Menschen verstehen, was komisch ist! 4. Du kannst komischen Menschen nicht helfen. Du bist kein Arzt. Du bist ein Kind und sollst glücklich und gesund groß werden.



6. Kinder haben das Recht, bei allen Fragen, die sie betreffen, sich zu informieren, mitzubestimmen und zu sagen, was sie denken.
7. Kinder haben das Recht, dass ihr Privatleben und ihre Würde geachtet werden.
8. Kinder haben das Recht auf Schutz vor Gewalt, Missbrauch und Ausbeutung.
9. Kinder haben das Recht, im Krieg und auf der Flucht besonders geschützt zu werden.
10. Behinderte Kinder haben das Recht auf besondere Fürsorge und Förderung, damit sie aktiv am Leben teilnehmen können.

Wenn du Rat brauchst, dann schreibe uns an oder bitte jemanden, dem du vertraust, uns anzuschreiben:

kontakt@narz-mich-nicht.de



Deine Hilfe für die Hosentasche

Ziehe dir etwas Grünes an. Die Farbe grün beschützt dich vor bösen Gefühlen.

Echoismus

Es ist nicht gut, wenn man sich ganz viel von jemandem gefallen lässt, obwohl es weh tut. Manchmal kann man den Schmerz gar nicht sehen. Der Schmerz ist in einem drinnen und er kann Herz und Kopf kaputt machen. Wenn man das mit sich machen lässt, obwohl man innen diese Schmerzen spürt, dann ist man eine Art Echo vom anderen geworden. Das kennst Du vielleicht von einem Urlaub in den Bergen: Du rufst etwas laut und die Feisen wiederholen das, was Du gerufen hast. Bei Menschen ist es ähnlich. Aber in diesem Fall ist es kein fröhliches Urlaubsecho, sondern sehr traurig. Der Mensch, der sich weh tun lässt ohne sich zu wehren, hat etwas ganz Wichtiges verloren: sich selbst. Solche Menschen wissen nicht mehr, was sie am liebsten machen möchten. Was sie am liebsten essen oder spielen möchten. Oft haben sie auch ihre Fröhlichkeit verloren. Sie lachen selten.

Dennoch können sie sehr viel arbeiten. Sie machen alles, was der komische Mensch von ihnen will. Damit der komische Mensch zufrieden ist und aufhört, weh zu tun. Doch für den komischen Menschen ist es nie genug. Ein komischer Mensch braucht ganz viel Echo. Wenn ein Echo lernt, sich selbst lieb zu haben, hört es auf, Echo zu sein.

Kinderrechte

1. Alle Kinder haben die gleichen Rechte. Kein Kind darf benachteiligt werden.
2. Kinder haben das Recht, gesund zu leben, Geborgenheit zu finden und keine Not zu leiden.
3. Kinder haben das Recht, bei ihren Eltern zu leben. Leben die Eltern nicht zusammen, haben

die Kinder das Recht, beide Eltern regelmäßig zu treffen.

4. Kinder haben das Recht zu spielen, sich zu erholen und künstlerisch tätig zu sein.
5. Kinder haben das Recht zu lernen und eine Ausbildung zu machen, die ihren Bedürfnissen und Fähigkeiten entspricht.

hier falten

tun alles, um sie zu verstecken. Damit ihre Angst niemand merkt, lenken sie von sich ab.

Sie machen absichtlich andere Menschen schlecht und lügen, damit man nicht auf sie schaut.

Deshalb können komische Menschen auch nicht mitfühlen. Sonst würden sie sich verraten und das darf auf keinen Fall passieren.

Am schlimmsten ist es für komische Menschen, wenn andere Menschen glücklich sind. Glück ist ein Gefühl, das komische Menschen nicht haben. Sie sind neidisch auf dieses Gefühl.

Deshalb benutzen sie andere Menschen als Spielfiguren. Aber das Spiel, das sie mit anderen Menschen spielen, ist sehr gemein. Es kann andere kaputt machen.

So kaputt, dass auch diese Menschen nie wieder glücklich werden können. Das ist das Ziel von komischen Menschen. Je mehr Menschen unglücklich sind, umso besser fühlen sie sich. Dann sind sie nicht mehr allein. Die Welt wäre aber sehr traurig ohne



Was ist normal?

Normal gibt es nicht. Jeder Mensch ist besonders. Aber es gibt ein soziales Miteinander, das wir als normal empfinden. Die meisten Menschen sind gut zueinander. Sie grüßen sich, sind aufrichtig und ehrlich. Sie helfen einander und fühlen mit, wenn jemand traurig ist. Das nennt man Empathie. Sie können sich freuen und offen ihre Gefühle zeigen. Ihre Gefühle haben mit der Situation zu tun, in der sie sich befinden. Wenn sie sich ärgern, dann können sie klar sagen, worüber sie sich ärgern. Die meisten Menschen wissen, dass sie Teil einer Gemeinschaft sind. Sie können Liebe geben. Sie wissen, dass sie wertvoll sind.

Was ist komisch?

Es gibt Menschen, die keine Liebe geben können. Es fehlt ihnen Empathie. Sie reagieren nicht der Situation angepasst. Sie empfinden keine ehrliche Freude. Tief in ihnen ist eine große Angst. Sie haben Angst, nicht wertvoll zu sein und zur Gesellschaft zu gehören. Diese Angst ist so irrsinnig groß, dass es ihnen peinlich ist, sie zu zeigen. Sie