

## **Liebe – Grenzen – Konsequenzen**

Die Kunst, Grenzen zu setzen und mit Regeln Halt zu geben

Es gibt keine richtige oder falsche Erziehung. Es gibt keine idealen Eltern und keine idealen Erzieherinnen. Durch Langzeituntersuchungen weiß man inzwischen aber einiges darüber, was Kinder brauchen, um sich zu seelisch gesunden Persönlichkeiten zu entwickeln. Drei Entwicklungsbedingungen sind besonders wichtig:

1. Kinder brauchen Liebe und das Gefühl: „Ich werde gemocht. Ich werde von meinen Eltern getragen.“ Daraus entwickeln sich das Grundvertrauen und die Fähigkeit, Bindungen zu anderen Menschen einzugehen.
2. Kinder brauchen Möglichkeiten und Freiräume, um ihre eigene Persönlichkeit zu entwickeln. Sie brauchen die Anerkennung ihrer eigenen Individualität.
3. Kinder brauchen Beständigkeit und Orientierung. Sie brauchen klare Grenzen. Grenzen geben Sicherheit und Halt, sie sind Wegweiser. Durch gemeinsames Aushandeln von Grenzen wird soziale Kompetenz gefördert.

Die drei Entwicklungsbedingungen bilden eine Art Dreieck, das je nach Alter in der Balance zwischen den Polen anders aussehen wird (nach Hurrelmann).

Viele Kinder werden heute sehr locker erzogen. Eltern möchten die Auseinandersetzung mit ihren Kindern umgehen. Sie fürchten die Konflikte und geben Kindern die Entscheidung oft selbst in die Hand. („Mein Kind soll selbst entscheiden, was es möchte.“). Aber kleine Kinder sind damit überfordert, sie wissen nicht, was sie sich zutrauen können. Gleichzeitig empfinden die Kinder ihre Eltern als schwach. Kinder wünschen sich Eltern, die Halt geben und mit dem Halt auch Schutz. Das bedeutet für Kinder: Hier kann ich mich anlehnen! Hinter vielen aggressiven, provozierenden Kindern stecken Unsicherheiten und die Sehnsucht nach der Nähe der Eltern, nach Halt und Orientierung.

Eltern haben die Erziehungsverantwortung. Dabei sind die Bedürfnisse der Kinder wichtig, je jünger, um so wichtiger. Eltern dürfen aber auch selbst Bedürfnisse haben und zeigen. Sie dürfen sagen: Das mag ich nicht, das will ich nicht. Grenzen setzen bedeutet in diesen Fällen, den Unterschied deutlich zu machen zwischen dem Ich und dem Du („Das will ich, das willst du!“).

Grenzen zu setzen ist ein Prozess, der sich ständig verändert. Ein Kleinkind braucht andere Grenzen als ein Schulkind, andere als ein Heranwachsender.

### **So gelingen klare Grenzen (fast immer)!**

1. Regeln dienen einem besseren Miteinander. Es sind Wegweiser, die orientieren. Keine Gemeinschaft kommt ohne soziale Regeln aus, sonst macht sich die Macht des Stärkeren breit. Kindern sollten die Fähigkeiten zur Zusammenarbeit, Problemlösungsstrategien und Achtung vor sich selbst und anderen frühzeitig beigebracht werden.
2. Beständigkeit und Rituale erleichtern das Zusammenleben. Vor allem kleine Kinder brauchen einen Rahmen, auf den sie sich verlassen können. Sie brauchen Sicherheit. Es hilft ihnen, wenn es im Tagesablauf klare, feste Zeiten gibt: z. B. feste Tischzeiten, das gemeinsame Abendessen, Zeiten, auf die sich Kinder verlassen können. Feste Zeiten vermitteln Beständigkeit (übrigens: Auch Erwachsene schätzen Beständigkeit im Alltagsleben, z. B. im Beruf und in der Familie).

3. Kinder brauchen klare, positive Regeln. In Familien und im Kindergarten erhalten Kinder oft dann Aufmerksamkeit, wenn sie stören (dann heißt es „streitet euch nicht, seid nicht so laut“ u. Ä.). Viel wirksamer sind positive Anweisungen, die dem Kind helfen, das Richtige zu tun (z. B.: „wir wollen mal sehen, wer die Spielsachen schneller aufheben kann, du oder ich“ oder „du darfst dir vom Tisch etwas zum Essen aussuchen“ – etwas anderes gibt es nicht.)
4. Regeln gelingen nur dann, wenn Sie als Eltern davon überzeugt sind. Sobald sie unsicher sind, werden die Kinder dies auszutesten versuchen. Also Festigkeit in der Stimme, das Kind ansehen!
5. Wer Grenzen setzt, riskiert, dass sich Kinder und besonders Jugendliche an diesen Grenzen reiben und darüber aufregen. Eltern werden dann leicht als böse oder altmodisch bezeichnet, und wer möchte das schon sein? Aber Eltern haben die Erziehungsverantwortung für ihr Kind, und im Interesse des Kindes haben sie manchmal die Pflicht, die Rolle der „bösen Eltern“ anzunehmen.
6. Empfehlenswert ist, Regeln in drei Kategorien einzuteilen:
  - Regeln gelten als elterliche Anweisungen.  
Sie sollten sehr verantwortungsvoll überlegt werden, denn sie sind ohne Diskussion zu befolgen. (Bei Kleinkindern z. B. nicht alleine über die Straße laufen, Zähne putzen, waschen, Schlafenszeiten. Bei Älteren: Schulpflicht, Ausgehzeiten, Alkoholverbot u. Ä.).
  - Regeln, die gemeinsam ausgehandelt werden können, aber nicht jeden Tag!, z. B. Zeit für Hausaufgaben, Fernsehkonsum, Auswahl der Kleidung, Hilfe im Haushalt u. Ä.
  - Bereiche, in denen das Kind selbst entscheidet, z. B. spielerische Freiräume. Dieser Bereich wächst dem Alter des Kindes entsprechend.
7. Regeln sollten nicht nur klar formuliert werden. Eltern sollten vorher auch über logische Folgen und Konsequenzen nachdenken. Kinder sollten vorher wissen, was sie erwartet, wenn sie gegen eine Regel oder Anweisung verstoßen. Nichts macht Kinder so unsicher wie Inkonsequenz. Konsequenzen sollten sich logisch und natürlich aus Regelverstößen ergeben. Sie sollten möglichst unmittelbar nach Grenzverletzungen erfolgen. Sozial schädliches Verhalten sollte durch sozial nützliches Verhalten wieder ausgeglichen werden (Motto: Schaden wieder gutmachen).
8. Eltern sind die Vorbilder für ihre Kinder.  
Kinder brauchen Erwachsene, die ihnen vorleben, wie sie selbst mit Regeln und Gesetzen umgehen, z. B. im Straßenverkehr, mit eigenem und fremdem Eigentum o. Ä. Kinder brauchen Erwachsene, die ihnen zeigen, wie Regeln gesetzt werden: z. B. auf der Basis gegenseitiger Achtung, auf der Einsicht in die eigenen Grenzen und im Respekt vor den Grenzen des Mitmenschen. Ihre Kinder werden von elterlichen Werten geprägt. Kinder beobachten sehr genau.
9. Schläge setzen keine Grenzen. Schläge sind keine pädagogische Maßnahme, sondern körperliche Gewalt. Sie schädigen auf Dauer die Würde des Kindes und des Erwachsenen. Das Kind lernt daraus, dass Schläge Möglichkeiten sind, Macht auszuüben. Wenn Sie als Eltern einmal sehr wütend sind und sich hilflos fühlen, gehen Sie in ein anderes Zimmer, um sich zu beruhigen oder hauen Sie auf den Tisch oder auf Ihre Oberschenkel. Das Geräusch macht Ihr Kind aufmerksam und es wird Ihnen zuhören.

10. Fehler sind ausdrücklich erlaubt, bei Kindern ebenso wie bei Erwachsenen. Kinder dürfen erleben, dass hinter den Erwachsenen Menschen mit Gefühlen und Widersprüchen stecken. Falls Ihnen einmal die Hand ausrutscht: Entschuldigen Sie sich, sobald sie können. Suchen Sie gemeinsam mit dem Kind nach anderen Lösungsschritten.
11. Regeln sind zeitgeist- und kulturabhängig. Es gibt wenige Regeln, die nicht in Frage gestellt werden können. Patentrezepte gibt es nicht.

Literatur: Hurrelmann, Klaus u. A.: „Kinder stark machen für das Leben“, 1998  
Rogge, Jan-Uwe: „Kinder brauchen Grenzen“, 1994  
Liebenow, Herrmann: „Konsequenzen – wie Eltern lernen, was Kinder brauchen“, 1999

Quelle: Aus dem Jahresbericht einer EB