

Neues aus der Beratungsstelle Oktober 2022

Kinder-, Jugend- und
Familienberatungsstelle
Klosterplatz 23
06295 Lutherstadt Eisleben
Tel. (03475) 711 8090
Fax (03475) 711 8092
familienberatung-msh@twsd.de
Nebenstelle Hettstedt, Markt 06
Tel: 03476 / 8575639

Liebe Leserinnen und Leser,

wundervolle sonnige Herbsttage liegen mittlerweile hinter uns. Die Tage werden nun merklich kürzer, die Temperaturen sinken, die Mücken verschwinden, der Regenschirm gehört wieder zum festen Inventar in unseren Taschen und Rucksäcken. Wir sind mittlerweile im stürmischen Herbst angekommen. Lassen Sie uns die bunten Farben der dritten Jahreszeit genießen und die letzten warmen Sonnenstrahlen für ausgedehnte Spaziergänge mit der Familie nutzen. Lassen Sie ihre Kinder in Pfützen springen, Drachen steigen, Blätter sammeln oder auch Kastanienmännchen basteln.

Wir würden uns freuen, wenn Sie Gelegenheit finden bei einem unserer Elterncafés vorbeizuschauen. Diese finden wie immer in

Eisleben am Donnerstag, den 20.10.2022 ab 15 Uhr und auch in
Hettstedt ab 16 Uhr statt.

Für die Teilnahme am Elterncafé ist eine **telefonische Anmeldung** wünschenswert.

Ihr Team der Beratungsstelle



Grenzen setzen – aber wie?!

Noch schnell vor dem Abendbrot einen Schokoriegel essen, beim Essen kurz aufs Handy schauen, mit vollem Mund sprechen... und dann ertappt werden, wenn man die aufgestellten Regeln bricht.

Kindern Grenzen setzen. Das klingt einfach, gehört aber zu den schwierigsten Aufgaben von Erziehung überhaupt. Viele Eltern verbinden damit einen eher autoritären Erziehungsansatz. Klare Grenzen müssen aber keineswegs autoritär sein. Es kommt auf das „Wie“ an und muss somit nicht einer liebevollen Erziehung widersprechen.

Grenzen setzen ist schwer, aber lohnenswert. Zeitmangel lässt uns Eltern schnell inkonsequent werden, dann wird aus einem wohl durchdachten „Nein“ doch ein überstürztes „Ja“, da das Nervenkostüm gerade heute wieder besonders bröckelt. Doch dieses heute so und morgen wieder anders verunsichert Kinder und man verliert durch diese Nachlässigkeit an Glaubwürdigkeit. Kinder fangen an, Grenzen neu zu suchen bzw. vorhandene zu unterlaufen. Die Frage, die sich stellt, ist, wie kann man es schaffen, authentisch zu bleiben und definierte Grenzen, welche sowohl Schutz als auch Sicherheit bieten, zu wahren?

Grenzen bieten Schutz und Sicherheit

Grenzen sind wichtig und wertvoll, da sie Kindern Schutz bieten. Kinder sind nicht in der Lage das ganze Ausmaß ihres Handelns zu überblicken, daher stellen fehlende oder ungenügende Grenzen schnell eine Gefährdung dar. Auf angemessene Grenzen kann sich ein Kind verlassen, denn sie bieten Schutz und Sicherheit. Weiterhin können Grenzen eine Orientierungshilfe sein, da sie einen Handlungsspielraum aufzeigen, wo ein Freiraum endet und die Grenze von jemand anderem anfängt.

Grenzen setzen – das gilt es zu beachten

1. Grenzen müssen altersentsprechend sein

Solange Kinder noch nicht selbständig und verantwortungsvoll genug sind, ist es von Bedeutung, von Außen Grenzen zu setzen und Vorgaben zu machen. Lernprozesse und damit verbundene Entwicklungsschritte können so initiiert werden, wobei ein gewisses Maß an Eigenerfahrung unbedingt zugelassen werden sollte. Lernen resultiert aus Erfahrungen und dem Ausprobieren lassen. Je älter das Kind umso mehr darf und sollte ihm zugetraut werden.

2. Jedes Kind benötigt andere Grenzen

Die Entwicklung eines Kindes ist einzigartig. Kinder lernen und verstehen in unterschiedlichem Tempo. Unter Berücksichtigung individueller Stärken und Schwächen und je nach Entwicklungsstand haben Kinder verschiedene Entwicklungsziele. Somit ist es nicht berechtigt für alle Kinder gleiche Grenzen zu setzen.

3. Aushalten

Kinder suchen und brauchen die Erfahrung von Grenzen. Grenzen laden ein zum Austesten und dagegen auflehnen. Die Durchsetzung des eigenen Willens ist maßgeblicher Bestandteil der Persönlichkeitsentwicklung. Achten Sie darauf, das Verhalten ihres Kindes nicht persönlich zu nehmen, denn es geht nicht darum, Sie zu verletzen. Dem Frust und der Wut standzuhalten gehört zu den schwierigsten Dingen. Man läuft Gefahr, an Glaubwürdigkeit zu verlieren und kann seinem Kind nicht mehr den für das Auwachsen notwendigen stabilen Rahmen bieten und letztlich auch zu wenig Halt.

4. Perspektivenwechsel

Kindern handeln ihren Bedürfnissen entsprechend. Somit ist ein Erkennen und auch Anerkennen der Bedürfnisse und Vorstellungen des Kindes Grundlage dafür, das als schwierig empfundene Verhalten zu verstehen und auszuhalten.

5. Erklären

Erklären Sie ihrem Kind, warum Sie gerade an dieser Grenze (vielleicht auch nur vorübergehend) festhalten aber erwarten Sie bitte nicht, dass ihr Kind es auch gerade versteht und damit einverstanden ist. Dem Verstehen und Annehmen geht ein Lernprozess voraus und dieser kann auch erst zu einem viel späteren Zeitpunkt zum Erfolg führen.

6. Klarheit

Eine wichtige Grundvoraussetzung ist, klar in den eigenen Erziehungsvorstellungen und somit auch Grenzvorstellungen zu sein. Kinder spüren Unsicherheiten und testen umso mehr, in wieweit dies nun wirklich eine Grenze ist oder auch nicht. Achten Sie dennoch von Zeit zu Zeit darauf, Vorstellungen zu hinterfragen, denn Anpassungen gehören zur Entwicklung.

7. Kompromisse

Einen Kompromiss einzugehen muss nicht bedeuten, eine Grenze aufzugeben bzw. von Erziehungsprinzipien abzuweichen. Vielmehr sollte man Acht geben, nicht in einem Machtkampf mit dem Kind zu enden. Es gilt in dieser Hinsicht zu hinterfragen, ob es noch um die Sache geht oder eher darum, sich durchzusetzen.

8. Weniger ist oft mehr

Überdenken Sie, welche Erziehungsziele Ihnen wirklich wichtig sind und somit welche Grenzen Sie setzen. Ein Übermaß an Kontrolle und Regularien ist ebenso wenig förderlich für eine gesunde und tragfähige Eltern-Kind-Beziehung wie das Setzen von keinerlei Grenzen.

Buchempfehlung

In unserer täglichen Arbeit werden wir wiederkehrend damit konfrontiert, wie viele Eltern mit dem Setzen von Grenzen zu kämpfen haben. Es wird darauf geachtet, mit dem Kind auf Augenhöhe umzugehen und Grenzen scheinen in diesem Zusammenhang nicht zu passen. Der Begriff der Grenze wird schnell mit Strenge in Verbindung gebracht, jedoch können Grenzen

auch „weich und warm und verbindend“ (Nora Imlau) sein. So wichtig es ist, die eigenen Grenzen zu kennen, so wichtig ist auch das Erkennen der Grenzen anderer. Abschließend möchte ich Ihnen das vor ein paar Tagen neu erschienene Taschenbuch „Meine Grenze ist dein Halt“ (Beltz, 2022) der Journalistin und Buchautorin Nora Imlau empfehlen, die im Fokus einer bedürfnisorientierten Erziehung aufzeigt, dass Grenzen nicht nur autoritär sein müssen, sondern vielmehr auch eine wohltuende Klarheit schaffen können. Wir wünschen Ihnen noch einige wundervolle Herbsttage und viel Spaß beim Schmökern, Basteln und Tee trinken!

Bastelideen für den Herbst

