

**Elternabend am 12.Mai 2005 im Kindergarten St. Josef, Eltmann  
zum Thema  
Grenzen setzen in der Erziehung**

**Situation von Eltern:**

**Irritation entsteht durch**

- Reizvielfalt, die auf Eltern und Kinder einströmt
- Vielzahl an Möglichkeiten und Lebensentwürfen mit oder ohne Kinder
- Oft verwirrende Strömungen, Haltungen bzgl. Erziehung: Oft scheitern gerade Eltern, die sich sehr bewusst ein Leben mit Kindern gewünscht haben und selbst hohe Anforderungen bzgl. Erziehung an sich stellen
- Erhöhte Anforderungen an Familie: keine eindeutigen Normen, Ziele, Werte
- Stress für Kinder und Eltern ist deutlich erhöht

Häufig entsteht ein großes Harmoniebedürfnis in einer sehr stressreichen Umwelt, das dazu führt, dass Konflikte vermieden werden. Erziehung ohne Konflikte gibt es jedoch nicht. Konflikte, die das Setzen von Grenzen erfordern, sind Bestandteil jeder Erziehung, da Kinder sich an der Grenze erfahren auf der Suche nach Halt und Orientierung

Je vielfältiger und oft auch irritierender die Umwelt für Kinder wird, desto wichtiger ist es, dass Eltern in der Lage sind ihren Kindern Strukturen zu geben und Werte zu vermitteln, um ihnen Halt und Sicherheit zu geben in einer immer weniger überschaubaren Welt. Wichtige Voraussetzung dafür ist es eigene Werte zu haben, diese immer wieder zu hinterfragen, neu zu entwickeln und Prioritäten zu setzen in einem Zusammenleben mit Kindern.

**Was ist eine „Grenze“**

Zunächst: Das Versagen eines Wunsches oder eines Bedürfnisses.

Das Setzen einer Grenze beinhaltet einen Konflikt, da verschiedene Interessen, Wünsche oder Bedürfnisse einander gegenüberstehen („Ich will mich ausruhen“ vs. „Ich will meinen Bewegungsdrang ausleben“), der eine (destruktive) Auseinandersetzung zur Folge haben kann.

Die Alternative wäre eine konstruktive Lösung zu finden, die für alle Beteiligten akzeptabel ist.

**Wofür sind Grenzen gut?**

Grenzen gewähren:

- Schutz (z.B. festhalten, wenn ein kleines Kind auf die Straße läuft; Verbot, Kaffee oder Cola zu trinken)
- Halt und Orientierung (v.a. Vermitteln von Werten: z.B. es ist nicht richtig andere absichtlich körperlich oder seelisch zu verletzen)
- Würde und Respekt (s.o.: „ich will mich ausruhen“; „ich will nicht, dass Du mir an den Busen grapschst“; „Ich möchte, dass du mit mir gemeinsam aufräumst, ich bin nicht deine Bedienung.“)
- Sind notwendige Reibungsflächen um sich weiter zu entwickeln (besonders in der Pubertät), die eigenen Fähigkeiten kennen zulernen und Selbstvertrauen zu entwickeln.

Kinder erwarten zu Recht von ihren Eltern Lenkung und Leitung, Orientierung und Halt.

### **Übung für die TeilnehmerInnen am Elternabend: Eigene Erfahrungen mit Grenzen in Kindheit und Jugend**

„Ich möchte Sie nun einladen zu einer kleinen Reise:

Lehnen Sie sich zurück und wenden Sie ihre Aufmerksamkeit dabei einen Moment auf sich selbst. Sie können die Augen zumachen (dann fällt es manchen leichter), können sie aber auch offen lassen und auf einen ruhigen Punkt am Boden richten.

Gehen Sie in Gedanken einige Jahre zurück und stellen sie sich den/die Jugendliche vor, der/die sie einmal waren in einer Zeit, als sie noch mit den Eltern oder einem Elternteil zusammengelebt haben. .... Erinnern Sie sich an Grenzen, die sie erfahren haben. .... Welche haben ihnen gut getan, welche haben ihnen nicht so gut getan obwohl sie vielleicht gut gemeint waren?.....

Gehen sie in ihrer Erinnerung noch mal ein paar Jahre zurück in die Zeit, in der sie ein Schulkind waren. .... Welche Grenzen haben sie erfahren, welche waren hilfreich, welche waren wenig hilfreich obwohl sie vielleicht gut gemeint waren?.....

Versuchen Sie in ihrer Erinnerung noch einmal ein paar Jahre weiter zurückzugehen. (Manche können sich an die Zeit als Kindergartenkind erinnern, viele an die Zeit so um die Einschulung.) .... Welche Grenzen haben Sie durch Ihre Eltern erfahren?... Welche Grenzen waren für sie hilfreich, welche Grenzen haben Ihnen nicht gut getan, obwohl sie vielleicht gut gemeint waren? .....

Verweilen Sie dort einen Augenblick und kommen dann wieder hierher zurück in die Zeit, in der sie nun selbst als Eltern mit anderen Eltern in einer Runde sitzen und als Erwachsene über das Thema Grenzen in der Erziehung ihrer Kinder sprechen.

### **Ebenen in Konflikten, die beim Setzen von Grenzen zu bedenken sind:**

Sachebene: Was will das Kind bzw. der Erwachsene? = Inhalt

*Bsp*: „ Ich möchte heute nicht in den Kindergarten“ – „doch Du gehst“

Mögliche Erklärung und Lösung auf der Sachebene: Das Kind ist müde, heute Abend versuche ich es deshalb früher ins Bett zu bringen

Fähigkeiten des Kindes beachten: Entwicklungsstand des Kindes berücksichtigen  
(Bsp: andere Wahrnehmung: kann nicht auf zwei Dinge gleichzeitig hören)

Beziehungsebene = Ebene der Bindung: d.h. haben wir eine gute und sichere Bindung zueinander? Kann ich das Kind im Kindergarten absetzen, auch wenn es (trotzig) schreit aber die Grundsicherheit hat, dass ich wiederkomme oder erlebt es die Trennung als gravierenden Verlust und fühlt sich bedroht?

Eigene Gefühle: Fühle ich mich immer wieder schuldig, weil ich z.B. als Mutter auch berufstätig bin? Solange ich mich deshalb schuldig fühle, wird das Kind immer wieder Schwierigkeiten haben sich zu trennen, da es meine Unsicherheit und daraus resultierende Uneindeutigkeit spürt.

Gefühle des Kindes: welche Erfahrungen hat das Kind mit Trennungen von der Bezugsperson? z.B. traumatische Erlebnisse z.B. während eines Krankenhausaufenthalts

Gerade wenn Konflikte drohen zu eskalieren, ist es wichtig zu überprüfen, ob ich mich mit dem Kind auf der gleichen Kommunikationsebene befinde (gerade kleine Kinder können oft

nicht von sich aus das zugrundeliegende Problem gleich benennen, das Erkennen dessen, was wirklich los ist, ist Aufgabe des Erwachsenen).

Beispiel: Verwechseln von Sach- (Fähigkeiten) und Beziehungsebene: Das Kind hört nicht auf das Gesagte, weil es spielt: „Nie hörst Du auf mich“, d.h. die Mutter bringt das Thema auf die Beziehungsebene, fühlt sich missachtet, obwohl das Kind in seinen begrenzten Wahrnehmungsfähigkeiten gerade lediglich nicht in der Lage ist zuzuhören und sie zunächst seine Aufmerksamkeit auf sich lenken müsste.

### **Exkurs: Bindung**

Das Setzen von Grenzen funktioniert gut auf der Basis einer guten Bindung zwischen Eltern und Kind. Die entscheidenden Schritte für gutes Bindungsverhalten werden in den ersten Lebensjahren vollzogen. Kinder, die gut gebunden sind, können sich z.B. auch gut von den Eltern trennen, sich Neuem und Anderen zuwenden, können später Konflikte mit den Eltern besser aushalten, da sie die Sicherheit haben, dass die Bezugsperson für sie da ist und sie nicht im Stich lässt.

Bindungsförderndes Elternverhalten als eine Voraussetzung für eine positive Beziehungsgrundlage ist gekennzeichnet durch:

- Einfühlsamkeit in kindliche Signale
- Positive Haltung gegenüber dem Kind
- Häufige Interaktionsaufnahme mit dem Kind
- Gutes aufeinander eingespielt sein

### **Entwicklungsstand eines Kindergartenkindes**

bzgl.:

**Bindung:** Ein stabiles Konzept vom eigenen Selbst ist ausgebildet. Die Beziehungsperson wird als Gegenüber wahrgenommen. Schwierig bleibt aber zunächst das Anerkennen der Bedürfnisse des Gegenübers, da das Weltbild noch recht egozentrisch (Ich-bezogen) funktioniert (Bsp: „Ich habe das Anrecht auf den größten Bonbon, auch wenn ich schon mit Anderen teilen“)

Autonomie-Abhängigkeitskonflikt: Die Entwicklungsphase im Alter zwischen ein bis drei Jahren (das frühe Kindergartenalter ist damit noch eingeschlossen) beinhaltet ein erstes Experimentieren mit der ersten nun möglichen Unabhängigkeit von den Bezugspersonen („Ich kann laufen, also kann ich von der Mutter/Vater etc. weggehen“). Auf der anderen Seite sind die Beziehungspersonen noch ganz wichtig und lebensnotwendig. Es geht somit um einen inneren Konflikt („Ich will ganz groß sein, merke aber immer wieder wie ich an meine eigenen Grenzen stoße“) und zugleich entstehen zahlreiche Konflikte mit der Außenwelt, die schon alleine zum Schutz des Kindes notwendig sind. (Z.B. das Kind kennt nun den Weg zu seinem Freund/zur Oma und versucht nun quer über die Hauptstraße alleine dorthin zu kommen). Das ist eine Zeit, die auch für das Kind oft recht frustrierend ist. Das Gefühl von eigener Größe kollidiert mit dem Spüren der eigenen Grenzen und der Grenzen die von außen gesetzt werden. Wichtig ist gerade deshalb ein liebevoller Umgang im Setzen von Grenzen. Dieser Konflikt zwischen dem Wunsch nach Selbständigkeit und dem Spüren der eigenen Abhängigkeit taucht über die gesamte Entwicklung immer wieder auf. Nochmals ganz heftig in der Pubertät, in der es wieder um einen großen Ablösungsschritt geht (Z.B. „Ich möchte den Mofaführerschein machen um alleine zu meinem Freund im Nachbarort zu fahren und spüre die finanzielle Abhängigkeit von den Eltern“).

Bezogenheit (Bindung zu Anderen) und Autonomie (Selbständigkeit) können auch als zwei gegenläufige und miteinander verschränkte Motivationen betrachtet werden, zwischen denen wir uns ein Leben lang hin und her bewegen.

**Phantasiefähigkeit des Kindes:** Das Kindergartenkind verfügt über ungeheure Fähigkeiten an Phantasie, was einen unschätzbaren Reichtum darstellt und wichtig für die spätere Kreativität ist. Im Alltag ist das für uns Erziehende oft hinderlich und störend, wenn ich es z.B. eilig habe und gerade schnell mit dem Kind aus dem Haus will, die Steinplatten im Hausflur aber gerade unüberbrückbare Hindernisse darstellen, da es sich um tiefe Schluchten oder große Ozeane handelt.

**Moralisches Handeln:** Schon vier bis fünfjährige Kinder unterscheiden zwischen moralischem und unmoralischem Handeln (z.B. andere Kinder schlagen, etwas wegnehmen, Dinge kaputt machen) und Verstöße gegen Konventionen (Verhaltensregeln, z.B. Tischmanieren). Konventionen scheinen abhängig von der Autoritätsperson. Bei unmoralischem Handeln ist jedoch der Ausgang für den Beschädigten von Bedeutung (In einem Experiment wurden Kinder befragt, was schlimmer sei: Wenn ein Kind absichtlich einen Teller kaputt macht oder aus Versehen drei Teller hinunterwirft. Die große Mehrzahl der vier und fünfjährigen Kinder urteilte, dass es schlimmer sei, wenn die drei Teller kaputt sind, nahm also die Perspektive des Geschädigten ein, dem nun drei Teller fehlen. Diese „falsche“ Interpretation zeigt jedoch, dass Kinder ihr Urteil aufgrund der emotionalen Befindlichkeit des Gegenübers fällen). Moralisches Handeln beruht also nicht auf der Wirkung elterlicher Autorität, sondern aus der Sensibilität für die emotionale Befindlichkeit des Anderen, die bei Kindern bereits früh vorhanden ist.

**Kognitive Entwicklung:** Die Antizipation von Handlung ist dem Kindergartenkind in den meisten Bereichen möglich  
Zeitbegriff: Zeit dauert so lange, wie etwas interessant bzw. uninteressant ist

**Wahrnehmung** funktioniert anders: Die Fähigkeit sich rasch auf anderes umzustellen ist noch nicht wie beim Erwachsenen. Kinder haben die Fähigkeit sich intensiv mit etwas auseinander zusetzen, sind aber nicht wie wir in der Lage währenddessen kurz die Aufmerksamkeit anderen Dingen zu zuwenden. Sie hören z.B. tatsächlich nicht was wir sagen, während sie fernsehen.

Allgemein wird unterschieden zwischen vier **Erziehungsstilen:**

- Autoritär: zurückweisend, stark Macht ausübend
- Vernachlässigend: zurückweisend und wenig Orientierung gebend
- Permissiv: akzeptieren und wenig fordernd
- Autoritativ: akzeptierend (wohlwollend, die Bedürfnisse des Kindes wahrnehmend) und klar strukturierend (ich gebe dem Kind Halt und Orientierung, indem ich Grenzen klar setze)

Es hat sich gezeigt, dass Eltern, die einen autoritativen Erziehungsstil praktizieren dazu beitragen, dass sich ihre Kinder zu emotional reifen, eigenständigen, leistungsfähigen und sozial kompetenten Personen entwickeln.

D.h. aber auch, dass das Setzen von Grenzen nichts mit Machtdemonstration zu tun hat. Macht ausüben bedeutet auf der Gegenseite immer das Erleben von Ohnmacht und Hilflosigkeit. Als Erwachsene haben wir automatisch Macht bzw. die Möglichkeit macht über unsere Kinder auszuüben: Wir sind stärker: Wir können festhalten, schlagen, Gewalt antun. Wir haben mehr Bildung und mehr Erfahrung und sind dadurch im Vorteil. Zudem gibt uns die Gesellschaft sinnvollerweise als Eltern bestimmte Rechte über unser Kind. (Bis in die 90er wurde von elterlicher Gewalt gesprochen. Erst seit 2000 ist das Recht des Kindes auf gewaltfreie Erziehung gesetzlich verankert). Wir sind dazu verpflichtet mit diesem

Machtgefälle sorgsam umzugehen. Kinder, die sich immer wieder ohnmächtig erleben, werden gegen dieses Gefühl rebellieren oder in ihrem Willen so geschädigt werden, dass sie unmündig, abhängig von Anderen bleiben und kaum Selbstbewusstsein (i. Sinne von: Ich bin ein wertvoller Mensch) entwickeln können.

d.h. zentrale Bedeutung im **Umgang mit Kindern konkret** hat eine

**Positive Erziehungshaltung** (beinhaltet das akzeptierende):

- Lob: Achten auf das Gute, Lobenswerte („schön, dass Du mir geholfen hast“, „toll wie Du das gemacht hast“ etc.) Kinder brauchen Zuwendung. Kinder, die viel positive Zuwendung erfahren, sind nicht darauf angewiesen, sich Zuwendung über negative Verhalten zu holen (quengeln, absichtliches Überschreiten von Regeln), denn für Kinder gilt: Negative Zuwendung ist besser als gar keine Zuwendung!
- Positive Wertschätzung: Achten Sie auf die positiven Seiten Ihres Kindes. Was kann es besonders gut, was macht es für sie besonders liebenswert?  
Übung: Lehnen Sie sich nochmals zurück und überlegen Sie (bei mehreren Kindern eines rausnehmen), was ihr Kind besonders gut kann. .... Meist fällt uns zuerst ein Problemverhalten ein.
- Unterstützung: geben Sie ihrem Kind Unterstützung in schwierigen Situationen.
- Nehmen Sie ihr Kind ernst mit seinen Wünschen und Vorstellungen. Das heißt nicht, dass sie seine Wünsche bedingungslos akzeptieren, sondern treffen Sie Vereinbarungen mit ihrem Kind statt Verordnungen aufzustellen. Z.B. welche Fernsehsendungen möchte das Kind sehen, welche halte ich als Mutter/Vater für gut oder wie viel Zeit vor dem Fernseher halte ich für geeignet für mein Kind. Verhandeln sie mit dem Kind darüber und stellen Sie verbindliche Regeln auf. Wichtig ist, dass Vereinbarungen nicht mit Anordnungen verwechselt werden, die Eltern aufgestellt haben. Sehr empfindlich reagieren Kinder, wenn Eltern z.B. sagen, „das hatten wir doch vereinbart“, wenn es eigentlich heißen müsste: „Ich habe Dir doch gesagt.“ Sie fühlen sich dann über den Tisch gezogen.
- Ich-Botschaften: Nehmen Sie sich in Ihren Wünschen ernst. Ich-Botschaften bringen auch eine höhere Transparenz für das Kind, weil ich von mir spreche.

**„Fallen“ und ein paar hilfreiche „Regeln“:**

- Konsequenz: Halten Sie Regeln und Grenzen, die sie aufgestellt haben ein. Regeln geben dem Kind Orientierung, die es dringend braucht. Stoße ich die selbst allzu leicht wieder um, irritiere ich das Kind und es wird rebellieren. Zudem verliere ich auf die Dauer meine Glaubwürdigkeit. Bsp: Vereinbare ich z.B. mit einem Kind, dass es an einem Tag eine Stunde fernsieht, ist es wichtig dies auch so einzuhalten. Gebe ich beim ersten Konflikt darüber nach oder erlaube ich einmal mehr einmal weniger, wird es an diesem Punkt immer wieder zu nervenaufreibenden Konflikten kommen. (Ausnahmen sollten gut begründet und für das Kind verstehbar sein)
- Eindeutigkeit; Klarheit, positive Formulierungen:  
Bsp: „Hampe nicht so rum“ – „Setz Dich bitte hin“  
„Schmier die Hände nicht immer an den Pulli“ – „Nimm bitte die Serviette, die neben Dir liegt“
- Aufforderungen aus dem Hintergrund: Klare Zuwendung zum Kind

Bsp: „Häng Deine Jacke auf“; „Räumt schon mal auf“ Kinder haben die Tendenz unangenehme Dinge zu überhören

- Kindliches Erleben entspricht nicht dem erwachsenen Erleben, d.h. Appelle an die Einsicht sind oft sinnlos, d.h. dem Kind z.B. fehlt die Erfahrung, ob etwas schädlich ist. Das Empfinden und die Wahrnehmung ist anders: z.B. ob das Zimmer so ordentlich ist oder nicht. Also klare Anweisungen: ich möchte, dass Du die Eisenbahn in den Karton packst und ins Regal räumst.
- Vermeiden von Warum - Fragen: Sinnvoller ist es Lösungen zu suchen:  
Bsp: „Warum hast Du das gemacht?“ Kinder fühlen sich in die Ecke gedrängt und zu Schuldgeständnissen genötigt, die ihnen sehr unangenehm sind, versuchen es mit Ausflüchten, was den Ärger beim Erwachsenen zusätzlich eskalieren lässt – „Bring das bitte wieder in Ordnung“
- Dem Kind Zeit geben sich auf etwas einzustellen: „Sofort kommst Du hierher“ – „In zehn Minuten essen wir“ (altersentsprechende Wahl: z.B. Wenn der Film aus ist)
- Androhung von unrealistischen Strafen bzw. Konsequenzen: Konsequenzen, die Sie androhen, sollten sie auch bereit sein durchzusetzen. Grenzen sollen Sicherheit geben und Orientierung, nicht verunsichern und ängstigen, zudem geht auf die Dauer der Respekt vor den Eltern verloren.

### **Strafe:**

Sinn von Strafe?

Strafe ist mehr als das Setzen einer Grenze!

Halten Sie Bestrafung für erforderlich ist es wichtig vor der Bestrafung zu überlegen:

Ist Strafe jetzt wirklich notwendig?

Wie ist meine eigene psychische Verfassung? Ob Eltern strafen, hängt nämlich stärker davon ab, wie deren eigene psychische Verfassung gerade ist als vom Vergehen des Kindes:

Stellen sie sich vor:

- Sie kommen nach einem stressigen Tag von der Arbeit, das ältere Kind hat seine Hausaufgaben noch nicht erledigt, die Oma hat schon angerufen, dass sie morgen die Kinder nicht abholen kann. Ihr Mann weiß z.Zt. nicht wie sicher sein Job ist. In diesem Moment wirft das dreijährige Kind aus Versehen ein Glas Saft auf den Teppich.

Oder:

- sie kommen relativ entspannt von der Arbeit, es gab heute nicht allzu viel zu tun, die Kolleginnen sind nett. Morgen haben sie frei, die Oma hat angeboten die Kinder trotzdem zu übernehmen. Ihr Mann hat ihnen gesagt, dass er eine Gehaltserhöhung bekommen wird. In diesem Moment wirft das dreijährige Kind aus Versehen ein Glas Saft auf den Teppich.

Wenn Sie dennoch Strafe für notwendig halten, ist es wichtig Folgendes zu beachten:

*Erwachsenes Verhalten* in der Erziehung von Kindern (auch in Krisensituationen) ist gekennzeichnet durch:

- Respekt und Würde: ich behandle mein Kind, so wie ich selbst auch behandelt werden möchte
- Affektkontrolle: bevor ich strafe, atme ich 5 mal tief durch und zähle bis 20
- Besonnenheit: ich denke daran, dass ich erwachsen bin

Strafen, die wirksam sein sollen

- Sind dem Verhalten angemessen
- Haben möglichst einen Sinnzusammenhang mit dem Vergehen
- Erfolgen möglichst unmittelbar im Anschluss, nicht irgendwann
- Sind für das Kind berechenbar
- Sind vorher abgesprochen
- Richten sich nicht gegen das Kind, sondern gegen sein Tun
- Kommen nie ohne Vorwarnung

Übung: Angemessene Strafe am Beispiel erarbeiten: Der Fünfjährige hat absichtlich die Puppe der älteren Schwester kaputt gemacht.

**Übung: Umformulieren von ungünstigen Erziehungssätzen**

„Immer muss ich Dir hinterher räumen“

„Mach sofort den Fernseher aus, siehst Du denn nicht, dass das nichts für dich ist“

„Warum bist Du schon wieder ohne Jacke aus dem Haus gerannt?“

**Literatur:**

Fischer, K.: Grenzen setzen in der Erziehung, [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de), 2004

Fuhrer, U. : Erziehungspsychologie, Verlag Hans Huber, Bern 2004

Mainka, I. : Erziehen üben, Artikel aus Die Zeit v. 21.10.2004, Nr.44

Oerter, R.; Montada, L. (Hrsg.): Entwicklungspsychologie, Beltz-Verlag, Weinheim Basel Berlin 2002