



Düren, 06.11.2024

So gelingt der Umgang mit Grenzen

Diese Regeln helfen Eltern und Kindern, einander besser zu verstehen:

1. Auch Rituale sind Regeln

Kinder lernen Regeln nicht über Erklärungen. Sie verstehen früh, dass eine Handlung eine andere Handlung zur Folge hat, und leiten daraus ab, welche Regeln in ihrem Umfeld gelten. Kleine Dinge, wie das Händewaschen nach dem Toilettengang, die Zeit, zu der die Mahlzeiten eingenommen werden, auf welchem Platz sie am Tisch sitzen, wer sie zu Bett bringt und wie dies abläuft, geben ihnen Sicherheit. Wichtig sind die stetige Wiederkehr der Abläufe sowie die Tatsache, dass sich alle daran halten.

2. Das Alter des Kindes berücksichtigen

Mit zunehmendem Alter setzen sich Kinder immer stärker damit auseinander, dass sie etwas nicht tun können, obwohl sie es in diesem Moment wollen. Die eigenen Bedürfnisse zurückstellen zu können, Regeln einhalten zu können und Einsicht zu zeigen, das alles sind Fähigkeiten, die erlernt werden müssen. Klares, vorhersehbares Handeln von Erwachsenen hilft Kindern dabei, sich mit Regeln zu arrangieren. Ältere Kindergartenkinder und Grundschulkindern können immer mehr und bewusst Verantwortung für sich übernehmen und diese mit dem Befolgen von Regeln verbinden.

3. Sich des eigenen Vorbilds bewusst sein

Kinder sind Nachahmungslerner. Sie beobachten Erwachsene, um die Bedeutung, die Zusammenhänge und die Folgen ihres Handelns zu verstehen. Damit hören sie auch dann nicht auf, wenn ihre Sprachfähigkeit soweit entwickelt ist, dass sie Erklärungen verstehen und selber abgeben können.

Eltern sollten sich deshalb peinlich genau an die in der Familie vereinbarten Regeln halten und sich auch gegenseitig darauf hinweisen. Das bedeutet nicht, dass Eltern nach dem Sandmann schlafen gehen müssen, weil die Kinder es auch tun. Es ist legitim, dass es für jedes Alter und für jede Funktion in der Familie besondere Regeln gibt. Pünktlichkeit, gemeinsames Essen am Tisch, eine höfliche Sprachwahl und wenig Süßigkeiten sind dann leicht gegenüber Kindern durchzusetzen, wenn alle in der Familie sich daran halten.

4. Nichts versprechen, was man nicht halten kann

"Wenn Du nicht, dann..." ist die Erziehungsfloskel schlechthin. "Wenn Du nicht gleich herkommst, gehe ich allein nach Hause." "Wenn Du nicht ins Bett gehst, kommen die Monster." "Wenn Du nicht isst, wird Mama ganz traurig." Es gibt jede Menge von diesen Androhungen, die nie Realität werden und mit denen Eltern sich unglaublich machen. Deshalb: Nichts versprechen, was nicht eintreffen wird, sondern lieber klar und konsequent die Einhaltung der Regel einfordern. Besonders bei älteren Kindern führt die oben genannte Form der Androhung zur Ablehnung von Regeln: Sie haben sich schlicht daran gewöhnt, dass die Konsequenzen ohnehin nie eintreten.

5. Konsequenzen erklären, ohne Angst zu machen

Es macht Sinn, die Folgen von Regelbrüchen transparent zu machen und zu erklären, was passieren kann, wenn Zähne nicht geputzt, auf der Straße nicht auf den Verkehr geachtet oder nicht pünktlich zum Kindergarten losgegangen wird.

Wichtig ist vor allem eines: Werden Regeln in der Familie oder im Kindergarten vereinbart, muss dazu vereinbart werden, was geschieht, wenn die Regel gebrochen wird.

6. Die richtigen Konsequenzen wählen

Konsequenzen dienen dem Lernen. Sie sind keine Strafen. Damit aber auch gelernt werden kann, muss die Konsequenz immer eng mit dem Regelverstoß in Zusammenhang stehen. Wer etwas kaputt macht, muss dies reparieren oder ersetzen. Wer etwas schmutzig macht, macht es auch wieder sauber. Wer zu spät kommt, muss warten bis die Gruppe mit ihrer Aktivität fertig ist, denn Störungen sind tabu.

Es ist wichtig, den Sinn einer Regel zu kennen: Pünktlichkeit dient dazu, dass alle gemeinsam beginnen können und nicht gestört werden. Die Folge beim Regelverstoß: Wer zu spät kommt, muss warten und ist nicht dabei, richtig wählen zu können. Konsequenzen dürfen niemanden beschädigen, beschämen, verletzen oder ausschließen. Nur so können Kinder lernen, wie wichtig es ist, sich an Regeln zu halten, und was sie tun müssen, damit es ihnen gelingt.