



Freiheit in Grenzen

Herzlich willkommen
zum Elternabend!



Familienbande Regensburg

Simone Schöberl

Referentin, päd. Fachkraft für Bindungspädagogik, Elternbegleiterin, Umgangspflegerin

www.familienbande-regensburg.de

0179 1021954

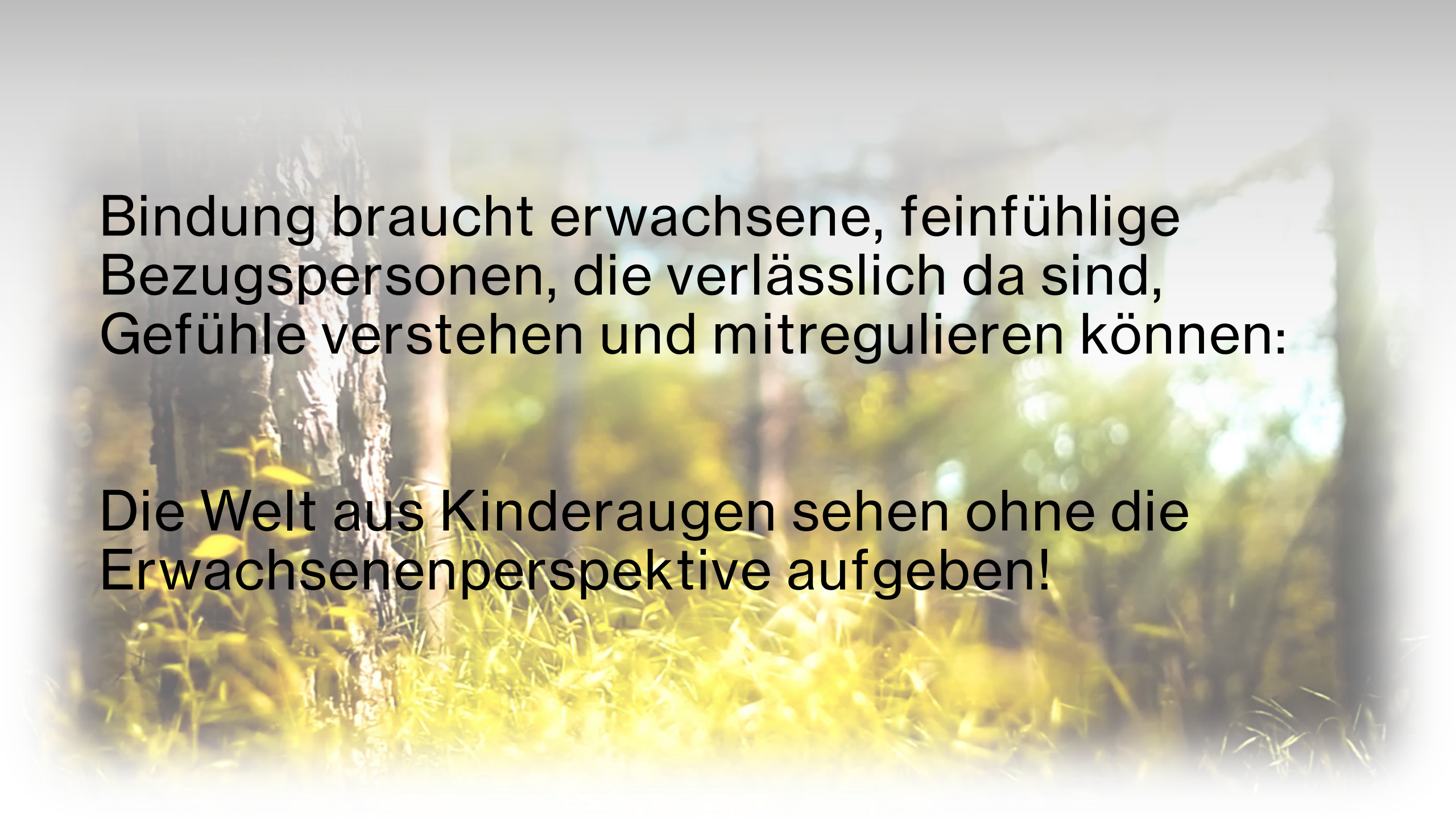


Inhalt

1. Bindungsorientiert erziehen und trotzdem Grenzen setzen?
2. Welche Grenzen gibt es? Und warum ist es manchmal so schwer, eine Grenze zu setzen?
3. Welche Grenzen erleben unsere Kinder?
4. Wie kann ich Grenzen setzen?
5. Wut, Frust und andere Ausfallerscheinungen

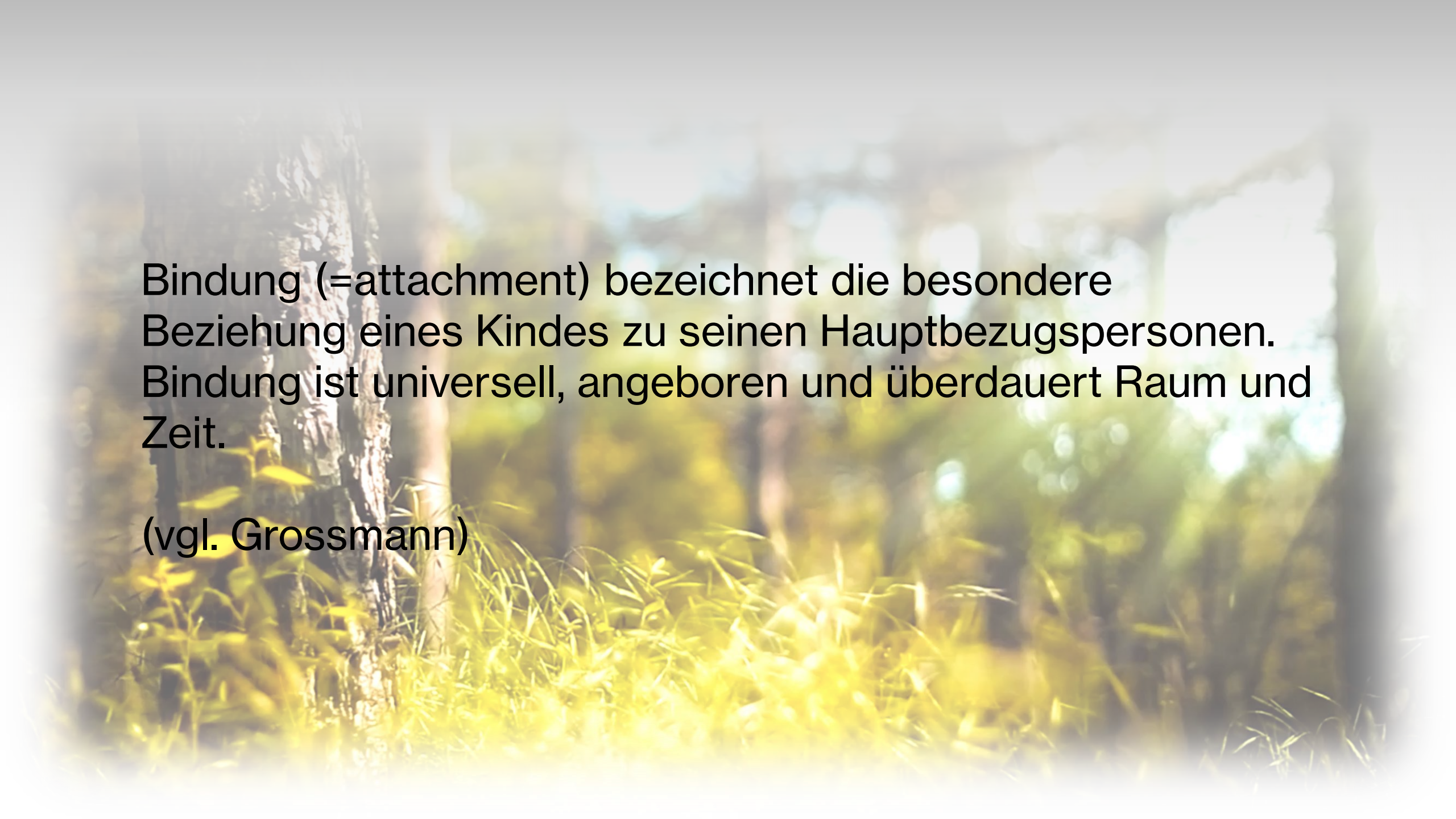
A blurred forest scene with a tree trunk in the foreground and sunlight filtering through the trees.

1. bindungsorientiert erziehen –
wie funktioniert Grenzen setzen?



Bindung braucht erwachsene, feinfühlig
Bezugspersonen, die verlässlich da sind,
Gefühle verstehen und mitregulieren können:

Die Welt aus Kinderaugen sehen ohne die
Erwachsenenperspektive aufgeben!



Bindung (=attachment) bezeichnet die besondere Beziehung eines Kindes zu seinen Hauptbezugspersonen. Bindung ist universell, angeboren und überdauert Raum und Zeit.

(vgl. Grossmann)

A soft-focus photograph of a forest scene. On the left, a tree trunk is visible, partially obscured by bright, out-of-focus light. The foreground is filled with tall, yellowish-green grass. The background shows more trees and foliage, all bathed in a warm, golden light that creates a bokeh effect. The overall mood is peaceful and serene.

Feinfühligkeit bedeutet, kindliche Signale



Feinfühligkeit bedeutet, kindliche Signale

wahrnehmen



Feinfühligkeit bedeutet, kindliche Signale

wahrnehmen

richtig interpretieren

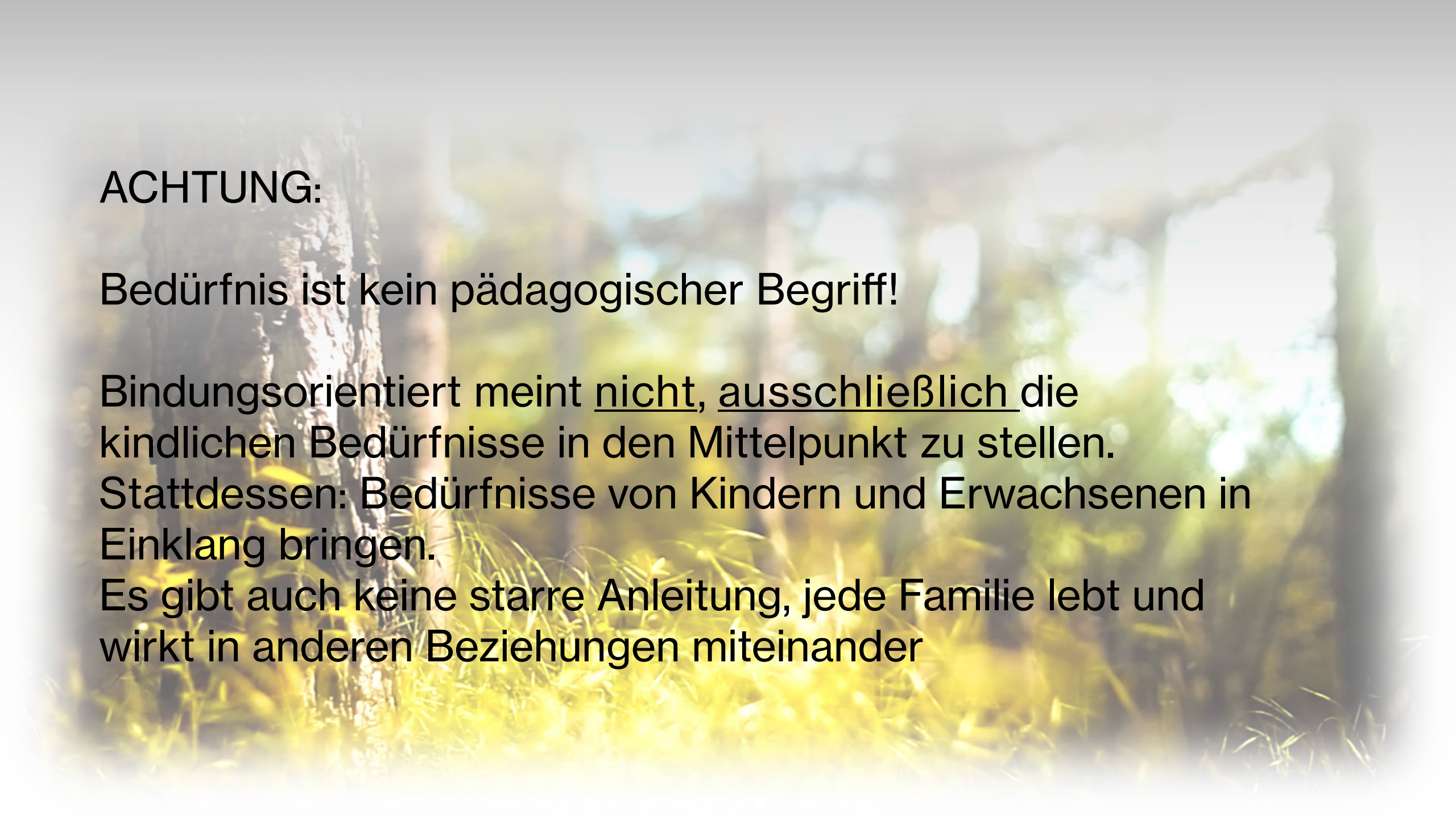
Feinfühligkeit bedeutet, kindliche Signale

wahrnehmen

richtig interpretieren

angemessen darauf reagieren

Vgl. Mary Ainsworth



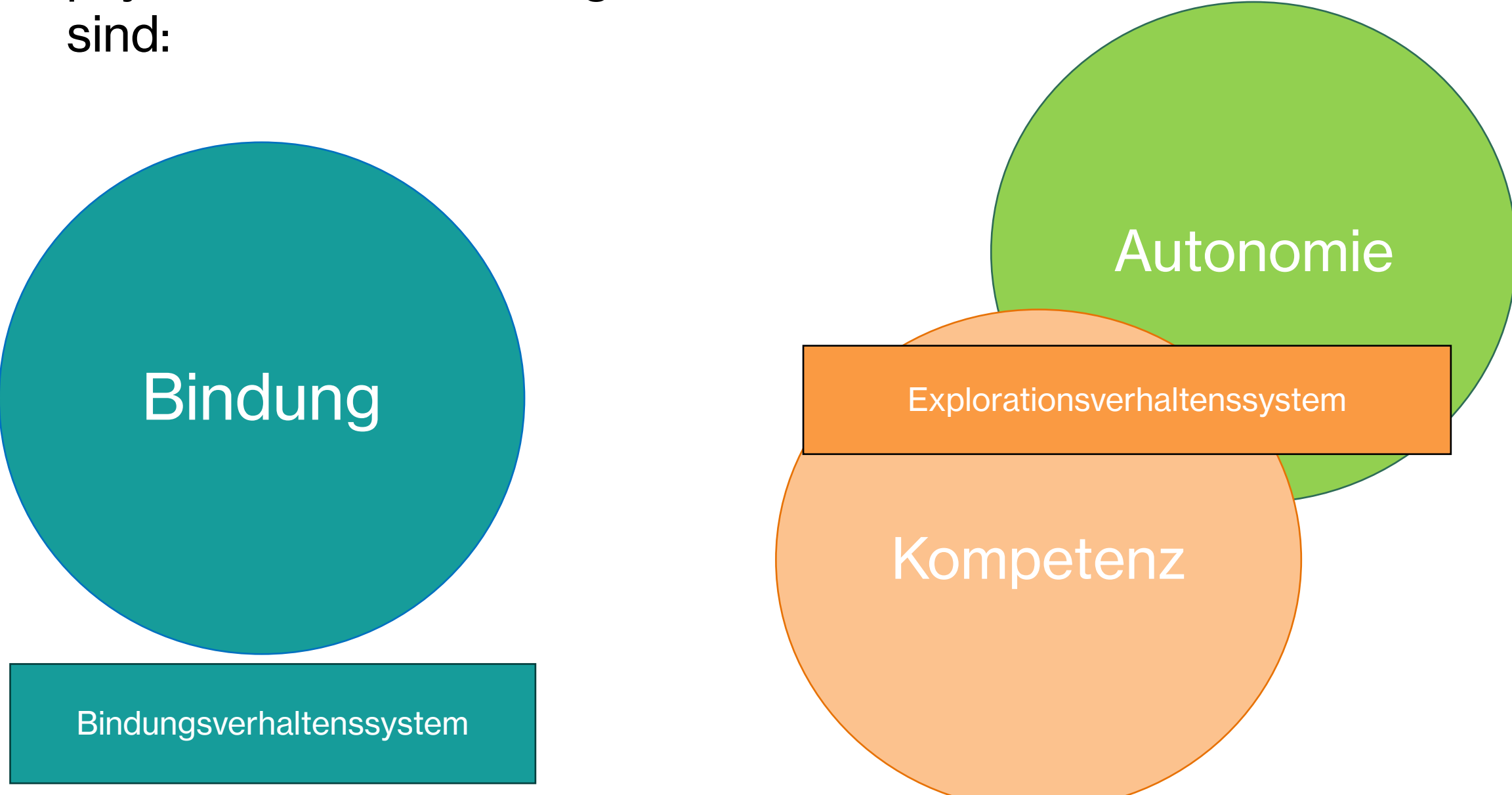
ACHTUNG:

Bedürfnis ist kein pädagogischer Begriff!

Bindungsorientiert meint nicht, ausschließlich die kindlichen Bedürfnisse in den Mittelpunkt zu stellen. Stattdessen: Bedürfnisse von Kindern und Erwachsenen in Einklang bringen.

Es gibt auch keine starre Anleitung, jede Familie lebt und wirkt in anderen Beziehungen miteinander

Bedürfnisse, die für eine gesunde
psychische Entwicklung entscheidend
sind:



The diagram illustrates three psychological needs as large circles. A teal circle on the left is labeled 'Bindung'. Below it is a teal rectangular box labeled 'Bindungsverhaltenssystem'. To the right, a green circle is labeled 'Autonomie' and an orange circle is labeled 'Kompetenz'. These two circles overlap, with an orange rectangular box labeled 'Explorationsverhaltenssystem' positioned over their intersection.

Bindung

Bindungsverhaltenssystem

Autonomie

Explorationsverhaltenssystem

Kompetenz



Bindungs-
verhaltens-
system

Explorations-
verhaltens-
system



bei Stress/Unwohlsein/
Überforderung

Bindung

Was braucht mein Kind jetzt?

Trost
Schutz
Ermutigung
Anleitung
Hilfe

Was verhindert Bindung?

Schimpfen
Schadenfreude
Ignorieren
Lächerlich machen/ Kleinreden



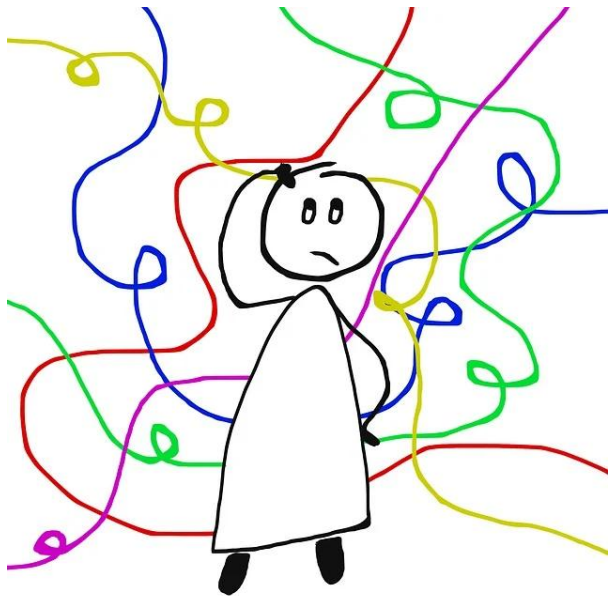
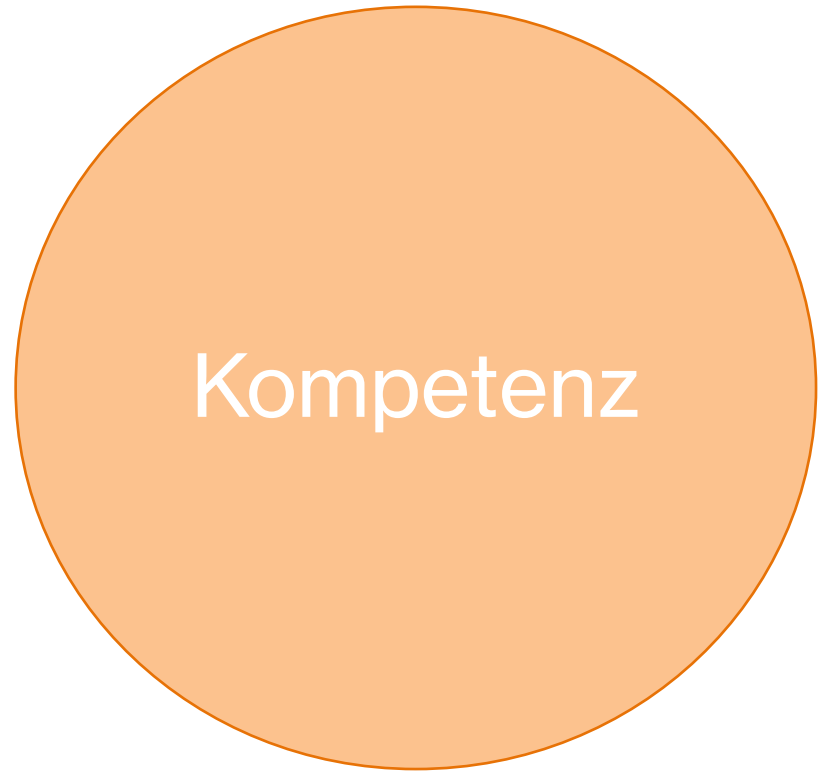
Timo (3) schläft alleine in seinem Zimmer. Wenn er nachts aufwacht, hat er oft Angst durch den dunklen Flur zu den Eltern ins Schlafzimmer zu gehen. Als er seine Mutter bittet, ein kleines Licht anzulassen, lacht diese ihn aus – sie sagt: „Stell Dich doch nicht so an, Du bist drei Jahre alt, was soll Dir denn bitte in unserem Flur passieren? Dein Bruder hat schon mit zwei Jahren alleine im Dunkeln geschlafen und Du machst immer noch dieses Theater!“

Was braucht mein Kind jetzt?

Vorgabe von Abläufen, Struktur im Alltag

⇒ Vorbilder!

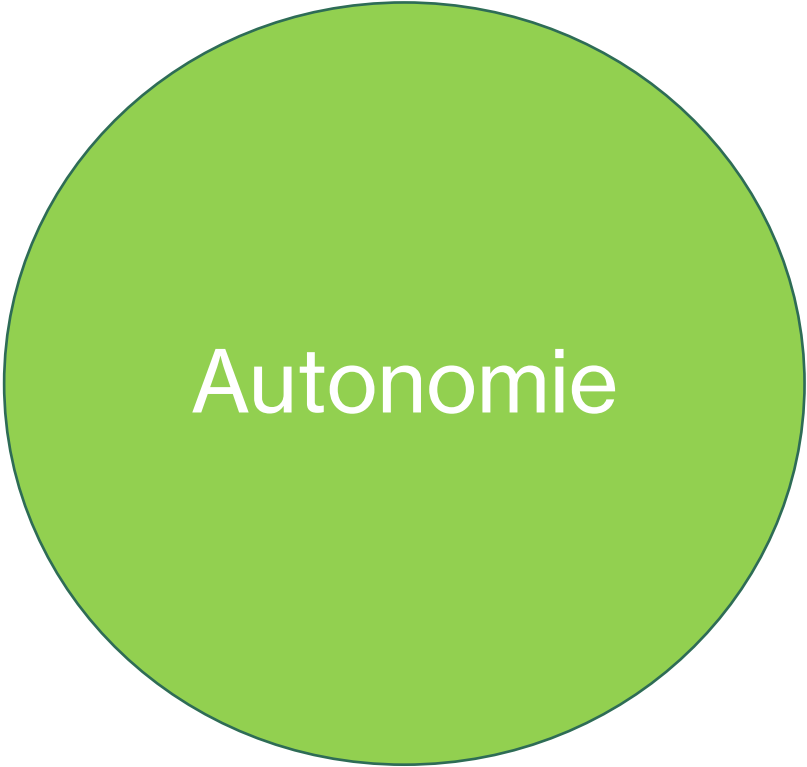
Individuelle Herausforderungen



Was verhindert Kompetenz?

Chaos, Unvorhersagbarkeit

Leon (4) möchte sich morgens selbst anziehen. Er braucht dafür viel Zeit und zieht den Pullover erst falsch herum an. Seine Mutter wird ungeduldig, weil sie losmüssen, nimmt ihm den Pullover aus der Hand und sagt:
„Komm, das kannst du noch nicht, wir haben jetzt keine Zeit für so ein Theater.“
Sie zieht ihm den Pullover schnell richtig an. Leon lässt die Arme hängen, schaut auf den Boden und beteiligt sich gar nicht mehr am Anziehen.



Autonomie

Was braucht mein Kind jetzt?

Freiheit, Wahlmöglichkeit, Zeit,
Ausprobieren

Was verhindert Autonomie?

Übermäßige Kontrolle, Strafen,
Manipulation

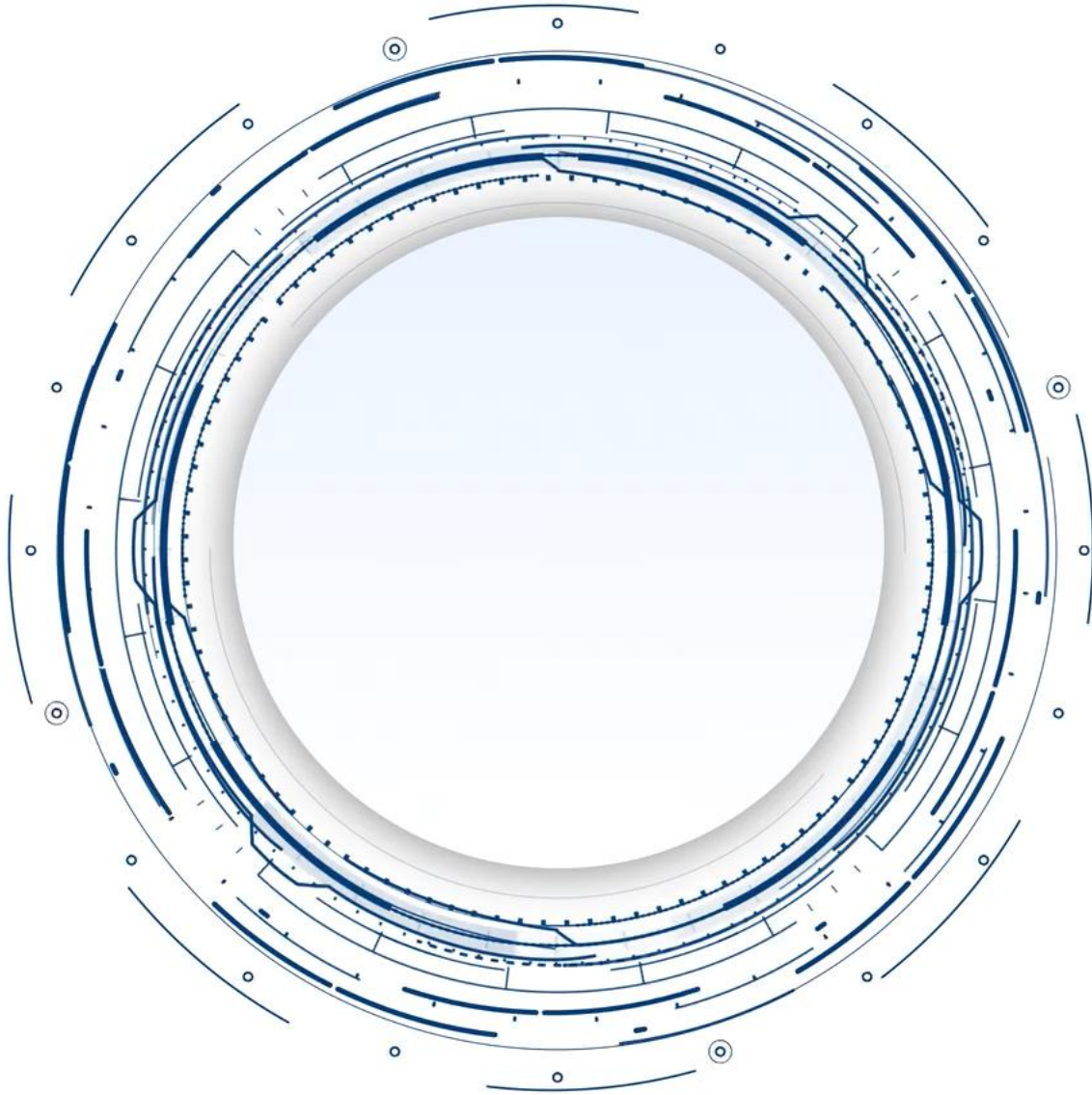


Ben (5) darf beim Abendessen selbst entscheiden, ob er zuerst die Kartoffeln oder das Gemüse essen möchte. Er überlegt lange, probiert ein Stück Brokkoli und schiebt den Teller dann von sich weg.

Der Vater sagt:

„Wenn du das Gemüse nicht aufisst, gibt es nachher keinen Nachtisch. Du bist doch schon groß – große Kinder schaffen das.“

Ben stochert noch eine Weile lustlos im Essen herum, isst schließlich widerwillig ein paar Bissen und sagt leise: „Ich mag das einfach nicht.“



Kreis der Sicherheit

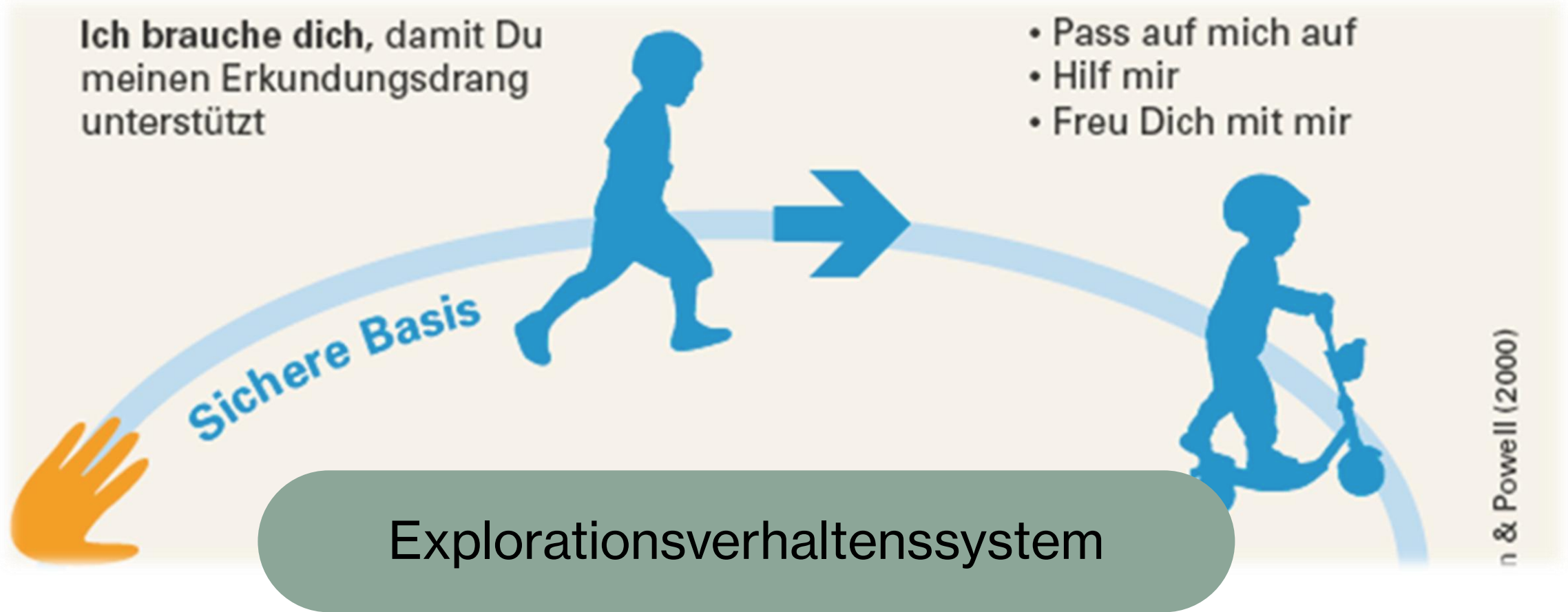


Schutz, Nähe und Trost

Aktives
Bindungsverhalten
verhindert Exploration

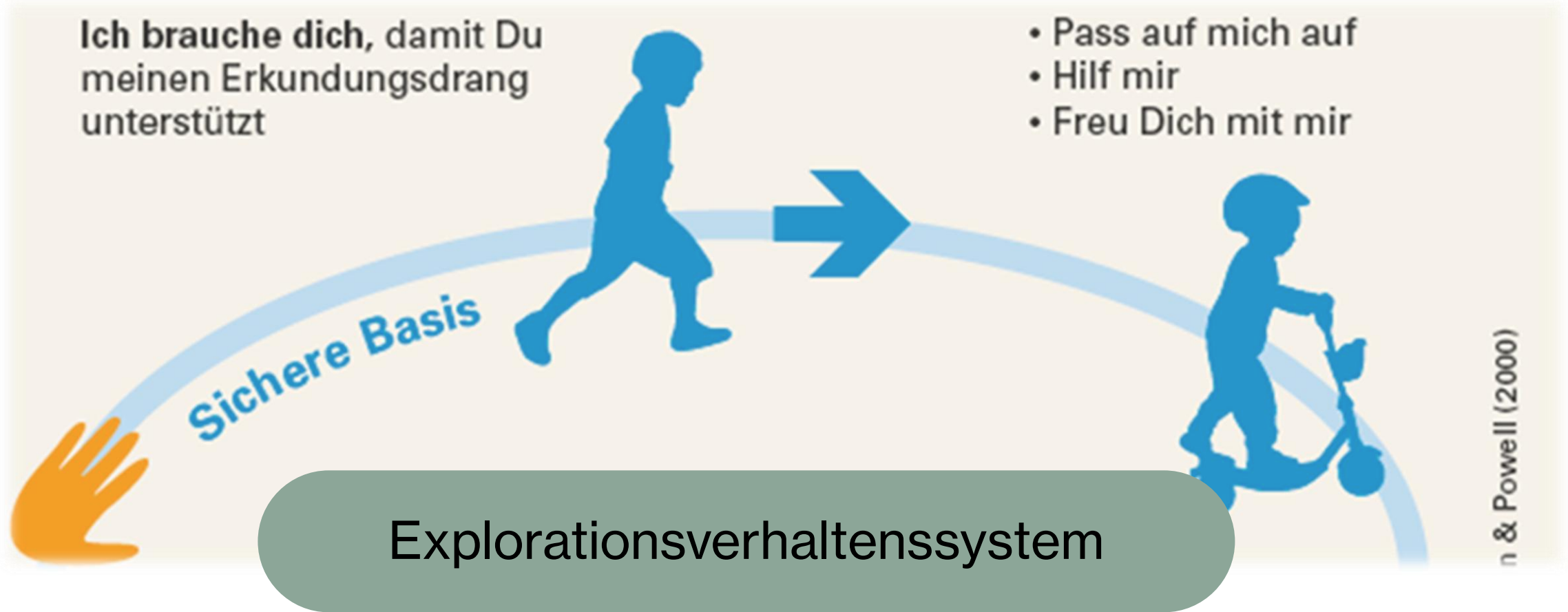
Bindungsverhaltenssystem





Freiheit und
Wahlmöglichkeiten

Ordnung und Struktur



Freiheit und
Wahlmöglichkeiten

Grenzen
setzen





„Kinder sind Gäste, die nach dem Weg fragen.“

(Maria Montessori)

Kinder brauchen Grenzen, um sich in der Welt zu orientieren und auch um Selbstwirksamkeit zu entwickeln

A photograph of a weathered wooden fence in a field of tall, dry grass. In the background, a calm body of water stretches to the horizon under a clear sky. The word 'Grenze' is overlaid on the image in a large, white, sans-serif font.

Grenze

2. Was ist das eigentlich und warum fällt das Grenzen setzen manchmal so schwer?

Was sind Grenzen
eigentlich und
warum fällt uns
das Grenzen
setzen so
schwer?



Was sind Grenzen
eigentlich und
warum fällt uns
das Grenzen
setzen so
schwer?

Brainstorming

Was sind Grenzen
eigentlich und
warum fällt uns
das Grenzen
setzen so
schwer?

„border“ ⇔ „boundaries“

Gesellschaftliches Erbe (Nora Imlau):

Geschlossene, starke Grenzen (Berliner Mauer,
Grenzsoldaten, Abriegelung, Sicherheit vor Bedrohung)

⇒ Machtdemonstration

⇒ Härte

⇒ Abschreckung und Angst

**Erwachsene dürfen sich nicht von Kinderaugen erweichen
lassen oder Schwäche zeigen, sonst werden aus Kindern
Tyrannen! Wer nachgibt, hat verloren!**



Grenzen als Spielfeld



3. Welche Grenzen erleben unsere Kinder?

Grenzen gehören von Anfang an dazu.....

Kleine Kinder können rein
physisch nicht alles erreichen
oder machen, was sie wollen

Sprachliche Grenzen

Elternbestimmter Tagesablauf





Die Grenzen anderer

Viele Grenzen müssen wir gar nicht aktiv setzen, Kinder erleben sie an unserem Verhalten im Alltag

Wann sagen Sie automatisch „nein“ weil etwas über Ihre Grenzen geht?

Spontane Grenzen

- Schutz vor Gefahr
- Entwicklung
- Veränderte Sichtweisen

TIPP: erstmal durchatmen! Was passiert hier gerade?

Regelmäßig überprüfen!



Das haben wir
immer schon so
gemacht!

Regeln/ Grenzen brauchen
Überzeugung

Was ist mir wirklich wichtig?

Hinterfragen der eigenen
Glaubenssätze



Erziehe dich selbst, bevor du Kinder zu erziehen trachtest. Janusz Korczak (1878-1942)

- *Welche Gefühle meines Kindes fallen mir besonders schwer auszuhalten?*
- *In welchen Momenten sage ich „Stell dich nicht so an“ – innerlich oder laut?*
- *Wo fällt es mir schwer, Kontrolle abzugeben – und warum?*
- *Welche Autonomie meines Kindes stresst mich am meisten (Zeit, Chaos, Öffentlichkeit)?*
- *Welche Sätze meiner Eltern höre ich manchmal aus meinem eigenen Mund?*
- *In welchen Situationen reagiere ich automatisch – ohne nachzudenken?*



4. Wie kann ich Grenzen setzen?



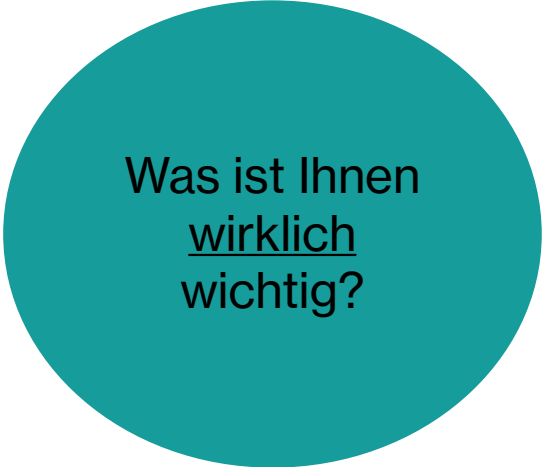


Kooperation ungleicher Partner!

Gleichwertigkeit, keine Gleichberechtigung!

Was ist beim Grenzen setzen zu beachten?



A teal-colored circle containing the text "Was ist Ihnen wirklich wichtig?".

Was ist Ihnen
wirklich
wichtig?

„Nicht verhandelbar“- Gefühl

Unterschiedliche Regeln,
unterschiedliche Gewichtungen

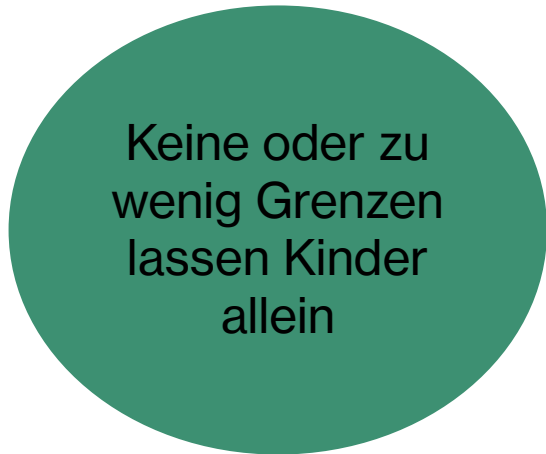
Persönliche Einschätzung



Zu viele Regeln
überfordern
Kinder

Kinder brauchen Freiheit und
Wahlmöglichkeiten => zu viele Regeln
schränken das Autonomieerleben ein

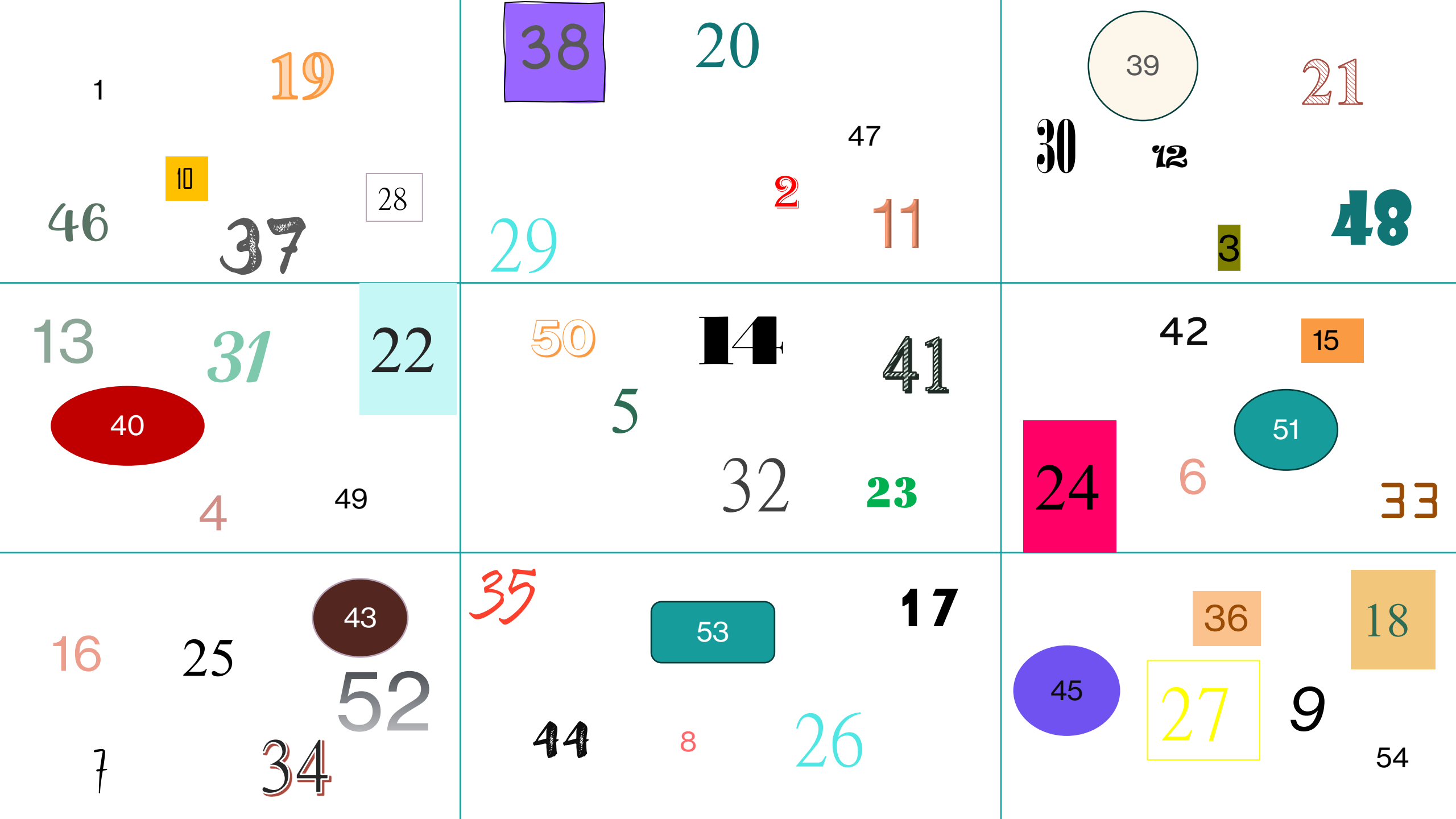
Zu viele starre, unflexible und
detaillierte Regeln führen bei Kindern
zu Überforderung und Frust

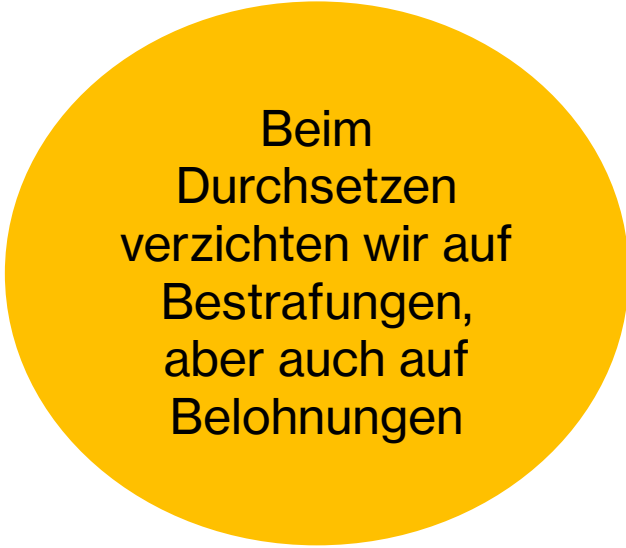


Kinder brauchen Orientierung und
Struktur, um Kompetenz zu
erfahren

Keine oder zu wenig Grenzen
verunsichern Kinder

Ohne klaren Rahmen, an dem sich
Kinder orientieren können,
entsteht Unsicherheit



A large yellow circle containing text.

Beim
Durchsetzen
verzichten wir auf
Bestrafungen,
aber auch auf
Belohnungen

Inneres Verständnis von
Regeln wird geschwächt

Motivation, sich an
Regeln zu halten,
entsteht durch Frust
bzw. Belohnungsstreben
=> Spirale

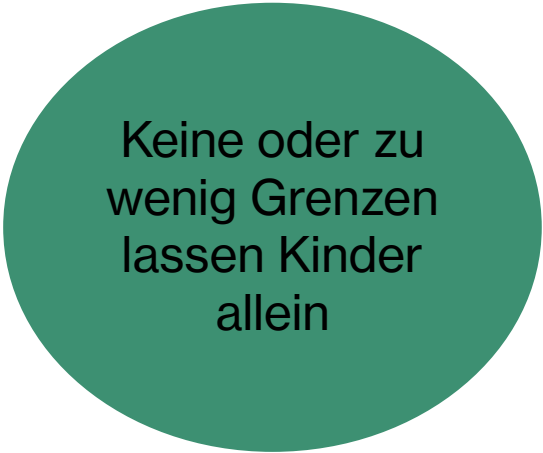


Kommunizieren
Sie klar und
deutlich

- Ungenaue Kommunikation sorgt für Unsicherheit => je deutlicher formuliert, desto leichter die Umsetzung für Kinder
- Klare, authentische Kommunikation sorgt für Sicherheit (Kinder spüren Ehrlichkeit und Transparenz)
- Auch Ausnahmen können klar formuliert werden



Was ist Ihnen
wirklich
wichtig?



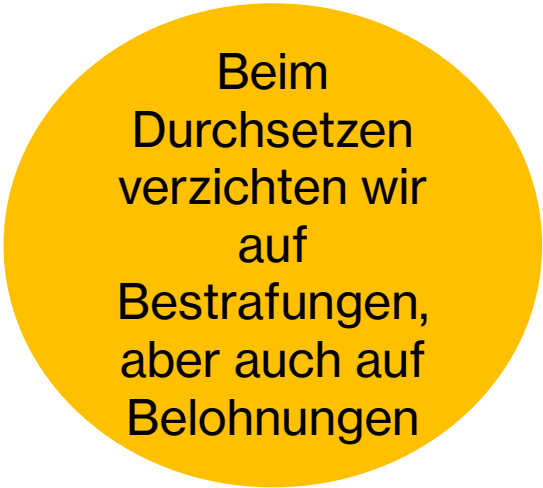
Keine oder zu
wenig Grenzen
lassen Kinder
allein



Kommunizieren
Sie klar und
deutlich



Zu viele Regeln
überfordern
Kinder



Beim
Durchsetzen
verzichten wir
auf
Bestrafungen,
aber auch auf
Belohnungen

Unterscheiden Sie zwischen Wünschen
und Bedürfnissen!



Unterscheiden Sie zwischen Wünschen und Bedürfnissen!

Ein Bedürfnis (vor allem das nach Nähe) sollte, wann immer es geht, erfüllt werden. Zu einem Wunsch, darf man getrost auch mal Nein sagen.

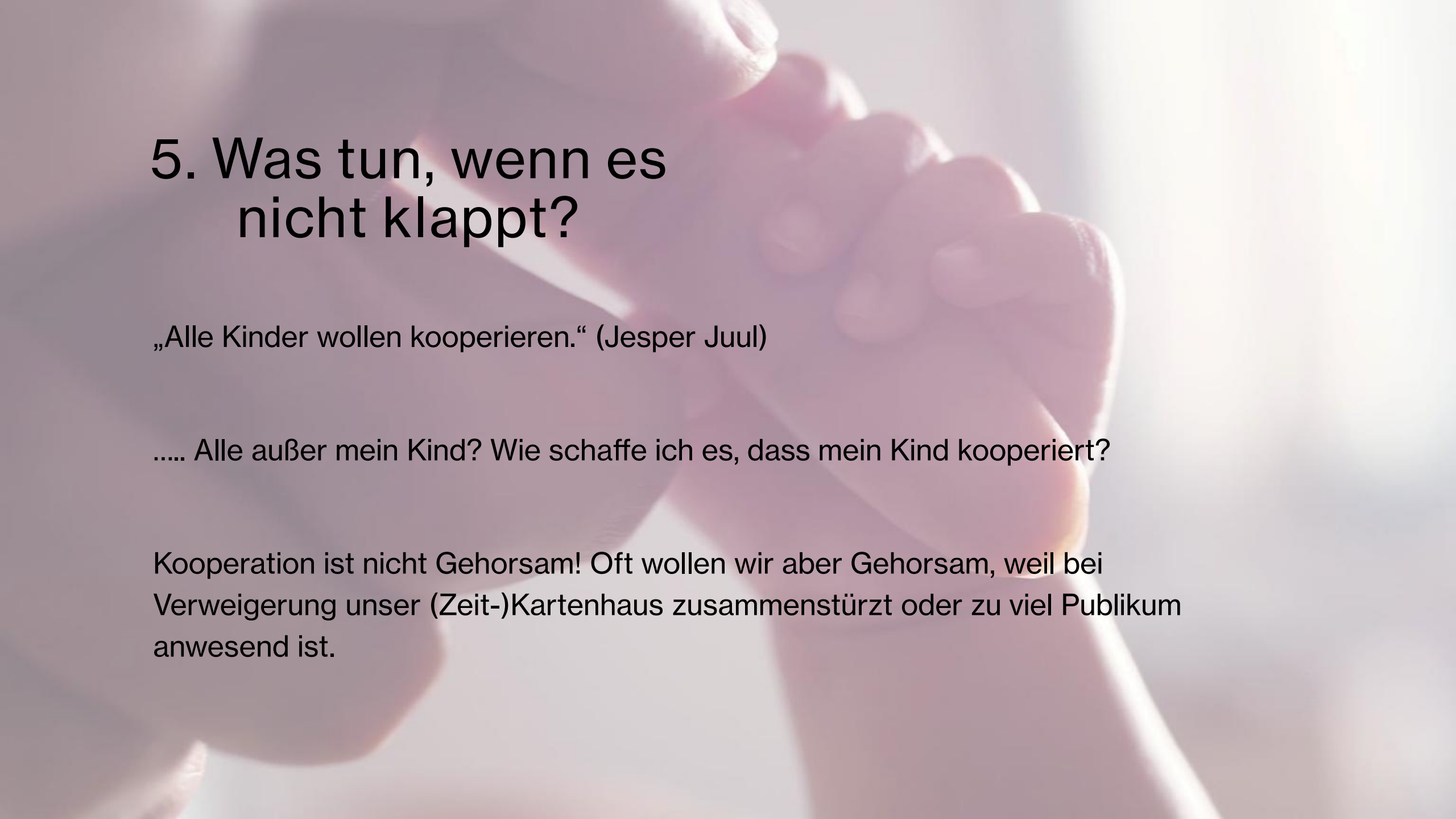
Nicht erfüllte Wünsche sind ein hervorragendes Übungsfeld für Kinder, um Bedürfnisaufschub zu lernen!

5. Wut, Frust und andere Ausfallerscheinungen

Es ist NORMAL, dass Kinder wütend und frustriert auf Grenzen reagieren

Kinder, die ihren Gefühlen freien Lauf lassen, fühlen sich sicher und geborgen





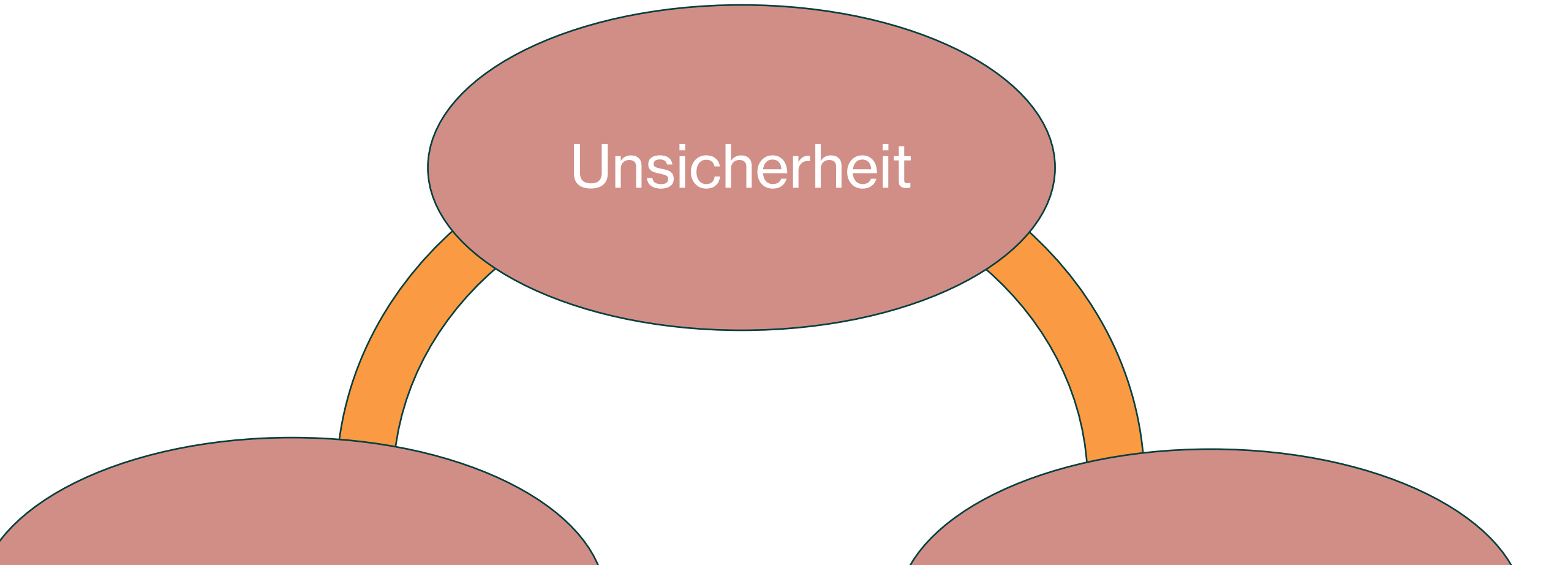
5. Was tun, wenn es nicht klappt?

„Alle Kinder wollen kooperieren.“ (Jesper Juul)

..... Alle außer mein Kind? Wie schaffe ich es, dass mein Kind kooperiert?

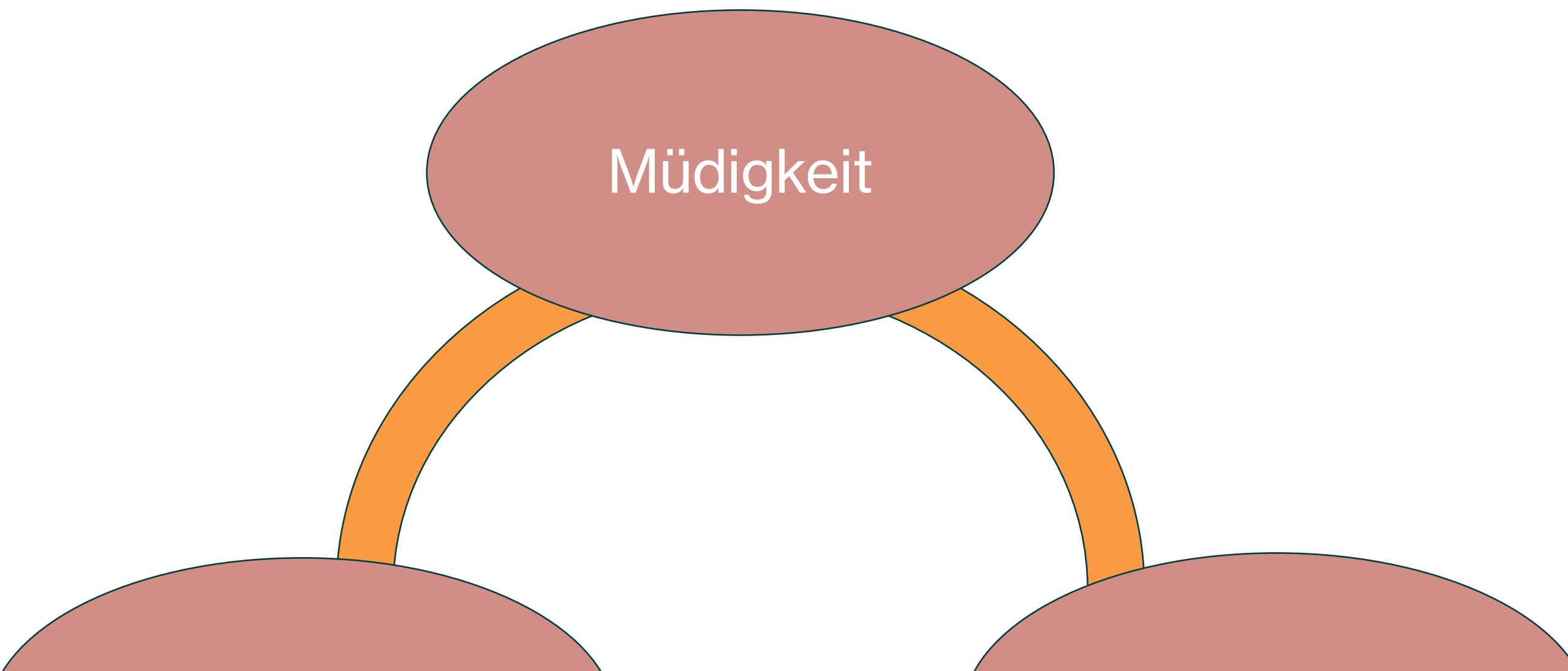
Kooperation ist nicht Gehorsam! Oft wollen wir aber Gehorsam, weil bei Verweigerung unser (Zeit-)Kartenhaus zusammenstürzt oder zu viel Publikum anwesend ist.

Mögliche Gründe, warum Kinder nicht „mitmachen“



Unsicherheit

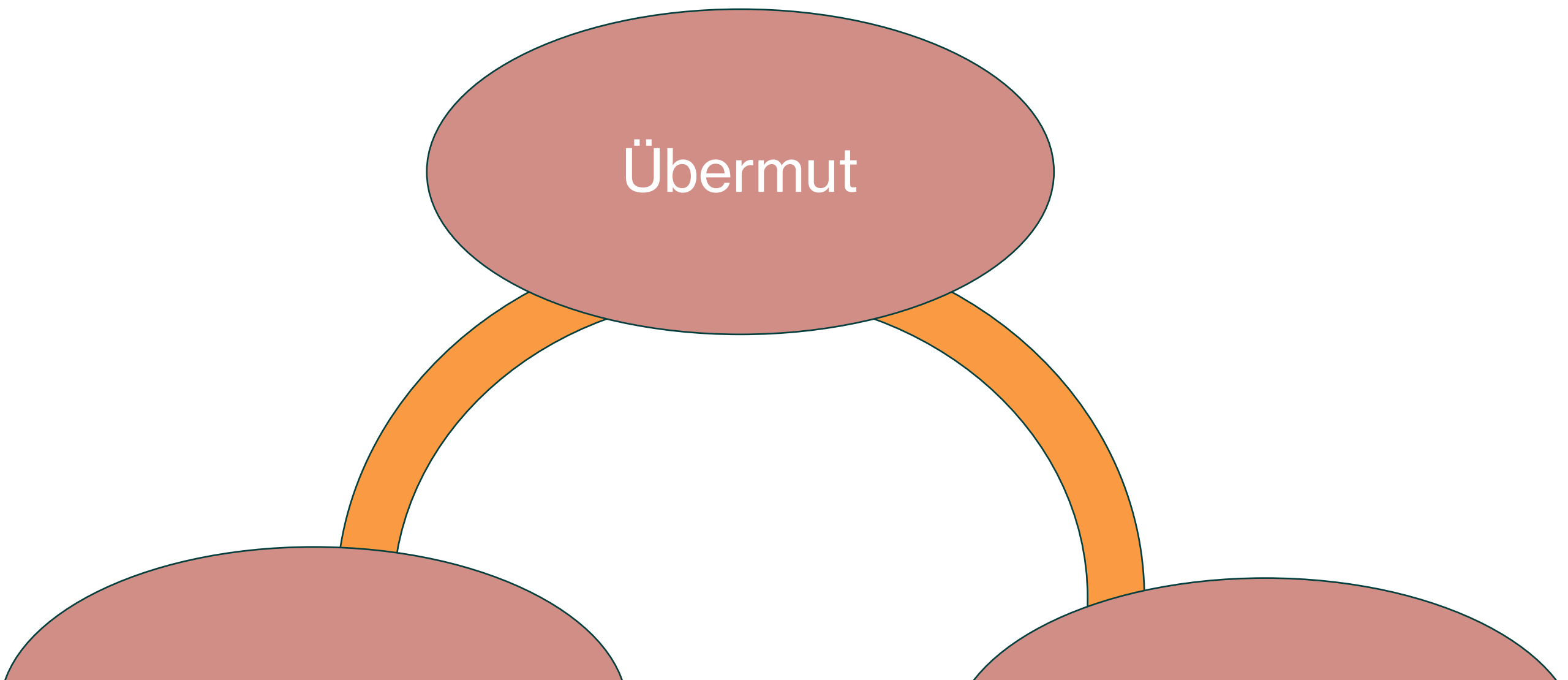
Mögliche Gründe, warum Kinder nicht „mitmachen“



Müdigkeit

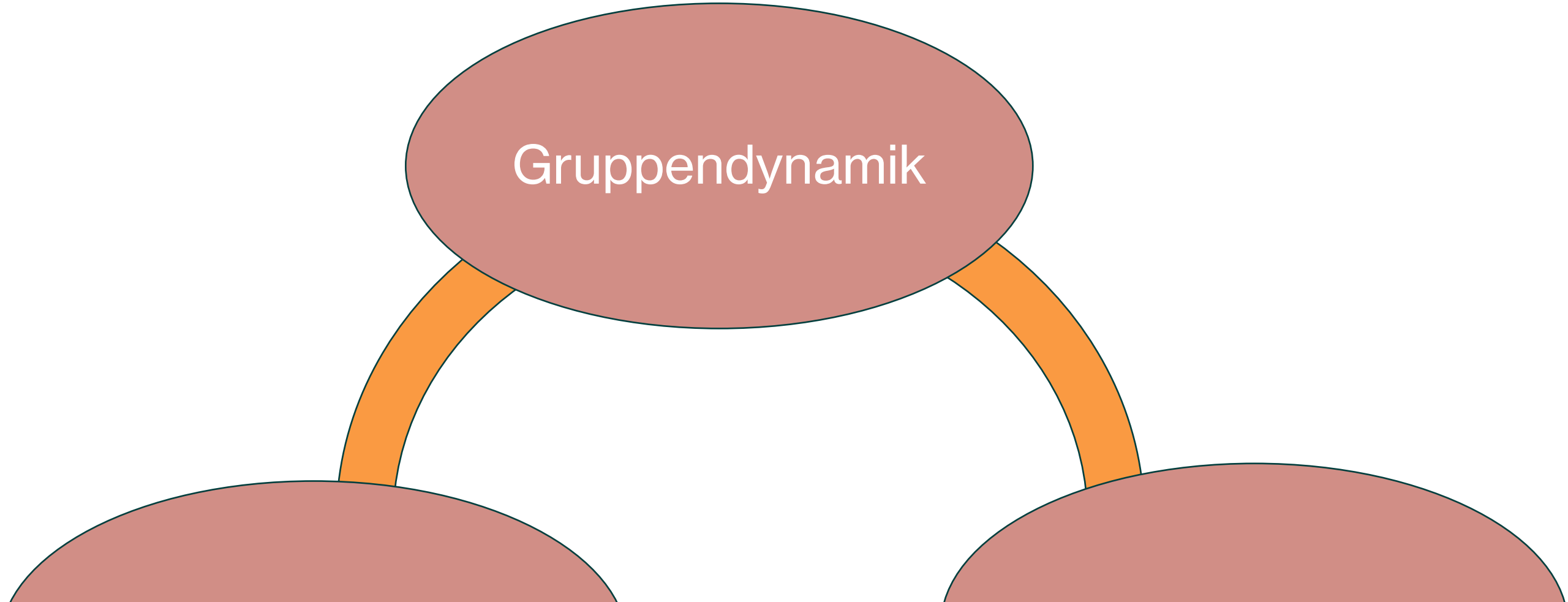
The diagram consists of three light red, rounded shapes. The top shape is an oval containing the word 'Müdigkeit'. Below it are two semi-circular shapes, one on the left and one on the right. Two thick orange curved lines connect the bottom of the top oval to the top of each of the two bottom semi-circles, forming a bridge-like structure.

Mögliche Gründe, warum Kinder nicht „mitmachen“



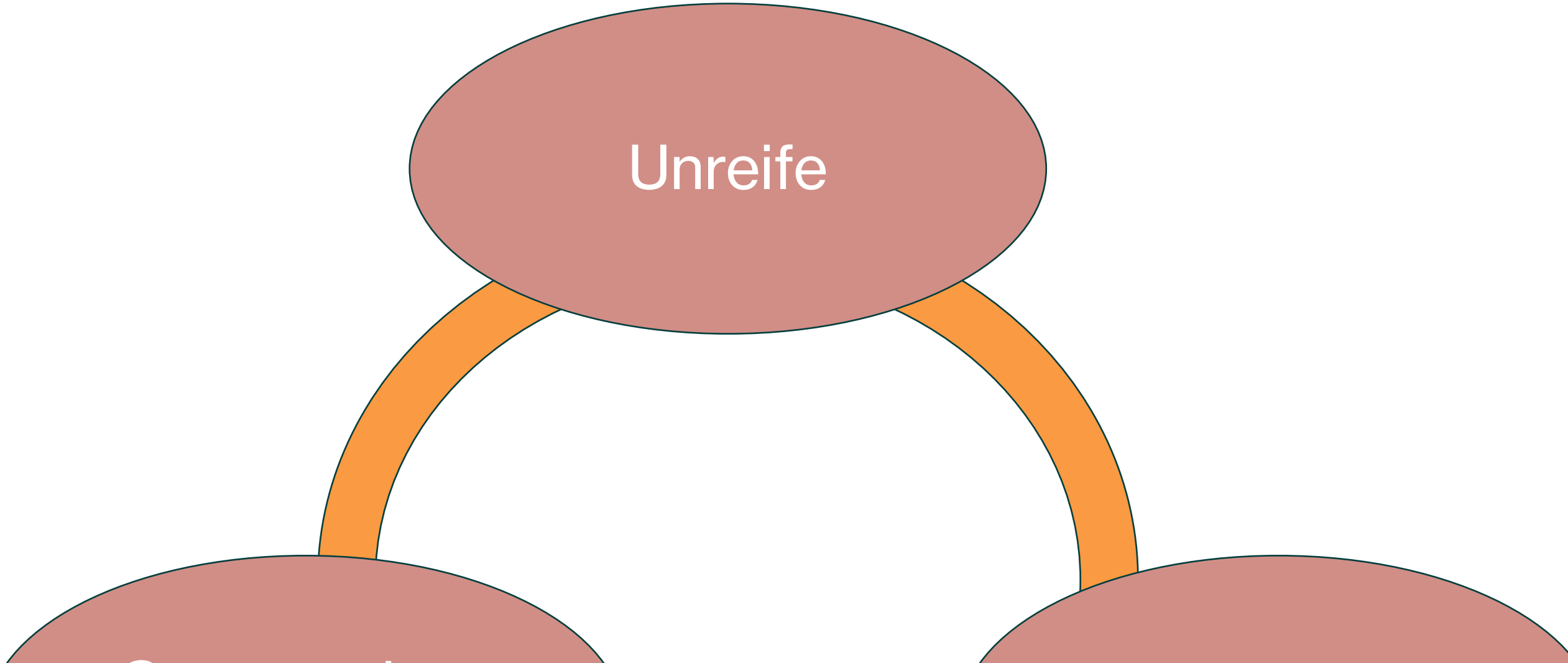
Übermut

Mögliche Gründe, warum Kinder nicht „mitmachen“



Gruppendynamik

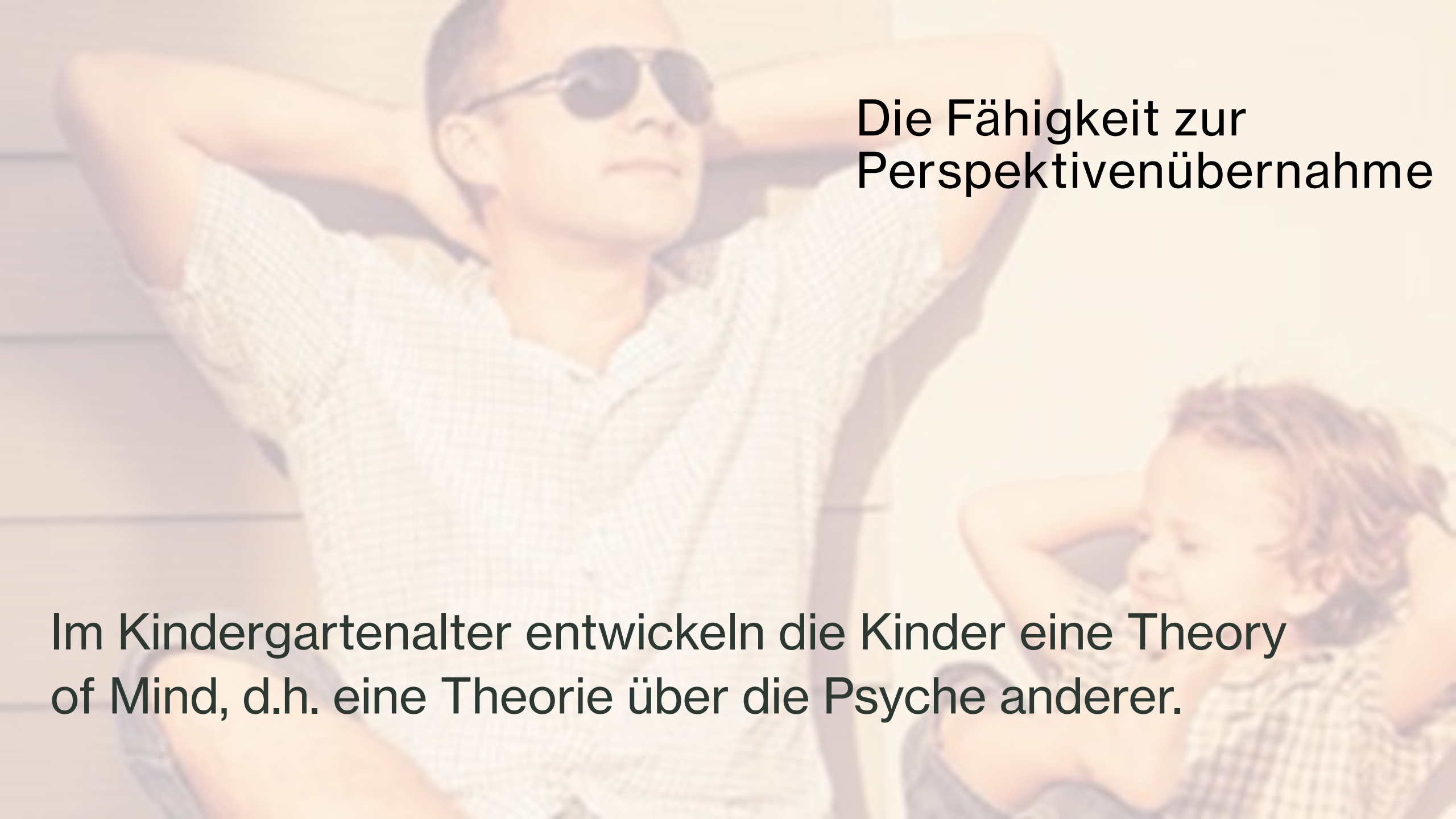
Mögliche Gründe, warum Kinder nicht „mitmachen“



Unreife



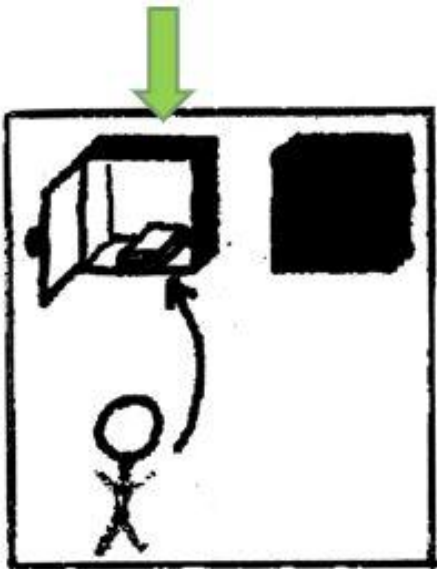
Theory of mind

A man wearing sunglasses and a young girl are sitting on a beach chair, both with their hands behind their heads, suggesting a relaxed and sunny environment. The image is faded to serve as a background for the text.

Die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme

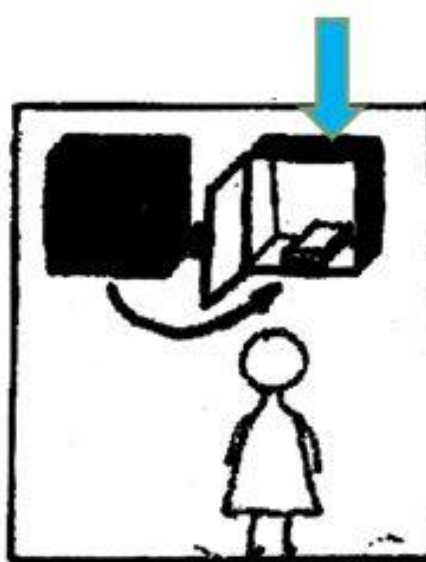
Im Kindergartenalter entwickeln die Kinder eine Theory of Mind, d.h. eine Theorie über die Psyche anderer.

Fähigkeit zur Perspektivenübernahme (nach Wimmer & Perner in Sodian, 2006)



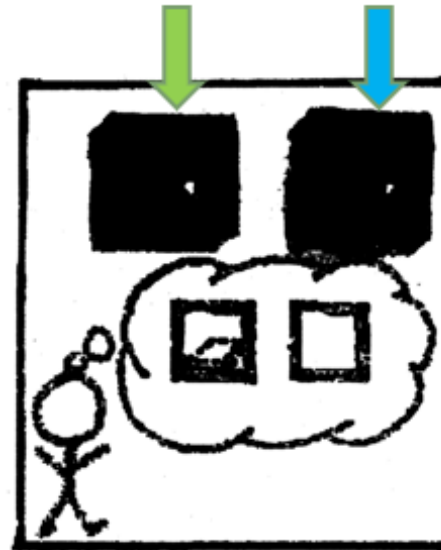
Maxi legt die Schokolade in den grünen Schrank.

Maxi geht zum Spielplatz.



Während Maxi auf dem Spielplatz ist, räumt die Mutter die Schokolade von dem grünen in den blauen Schrank.

Die Mutter geht hinaus.



Maxi kommt vom Spielplatz zurück und sucht nach der Schokolade.

Wo sucht
Maxi die
Schokolade?

Wo sucht Maxi die Schokolade?

Fast alle dreijährigen Kinder antworten im blauen Schrank

(Frühkindlicher Egozentrismus)

40-80% der vierjährigen Kinder lösen diese Aufgabe „richtig“ und antworten im grünen Schrank.

(Fähigkeit zur Perspektivenübernahme)

=> Die Fähigkeit, die Perspektive des anderen in das eigene Denken und Handeln einzubeziehen hat großen Einfluss auf das Verhalten von Beziehungen



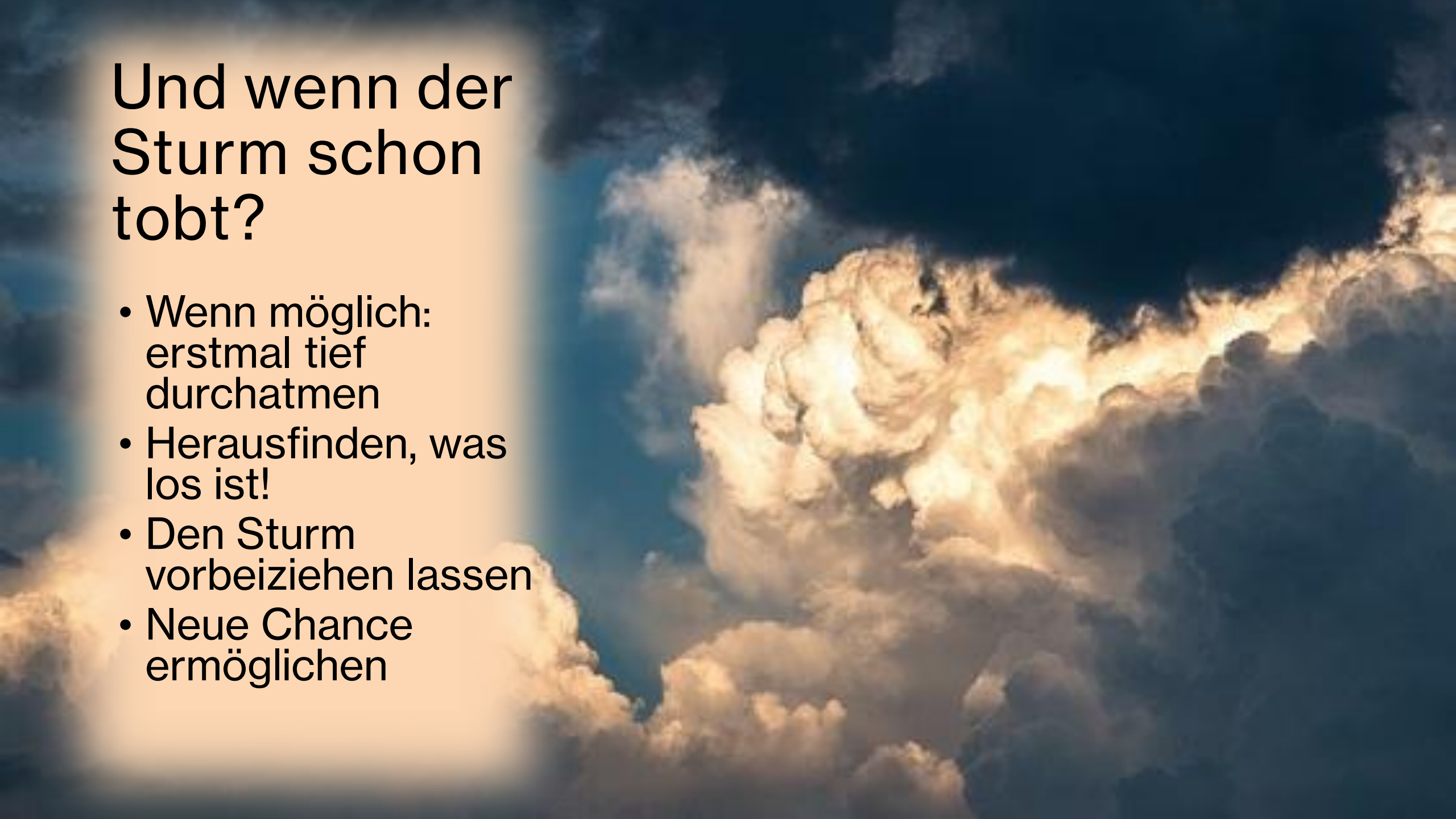
Wutausbrüche sind normal!

Wutausbrüche gehören zur
normalen Entwicklung

dazu und es ist unmöglich und
auch nicht wünschenswert sie
gänzlich zu verhindern.

Und wenn der Sturm schon tobt?

- Wenn möglich: erstmal tief durchatmen
- Herausfinden, was los ist!
- Den Sturm vorbeiziehen lassen
- Neue Chance ermöglichen



Zum Beispiel:

Die Familie Müller hat einen vierjährigen Sohn namens Leo. Leo ist ein lebhaftes und neugieriges Kind, das gerne spielt und die Welt erkundet. In letzter Zeit haben die Eltern jedoch bemerkt, dass Leo oft die Grenzen überschreitet, insbesondere wenn es um das Teilen von Spielzeug und das Einhalten von Regeln beim Spielen mit anderen Kindern geht. Er neigt dazu, Spielzeug wegzunehmen, wenn er mit seinen Freunden spielt, ist dabei teilweise sehr rabiatisch und körperlich und hört manchmal nicht auf die Anweisungen seiner Eltern.

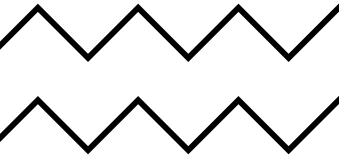
Lena ist ein zweijähriges Mädchen, das gerne mit ihrem Bobby Car durch das Wohnzimmer fährt. An einem Nachmittag bemerkt ihre Mutter, dass Lena das Auto immer wieder gegen die Möbelstücke fährt und dabei auch absichtlich gegen den Tisch stößt. Die Mutter sagt mehrmals ruhig: „Lena, sei vorsichtig, bitte fahre das Auto nicht gegen den Tisch.“ Doch Lena lacht und fährt das Auto weiterhin gegen die Möbel, was schließlich zu einem Kratzer an einem der Tischbeine führt.

Die dreijährige Anna möchte jedes Mal, wenn sie mit ihrer Mutter den Hausflur betritt, selbstständig den Fahrstuhlknopf drücken. Heute vergisst die Mutter das und drückt selbst den Knopf, woraufhin Anna einen Wutanfall bekommt und weinend schreit: „Anna selbst Knopf drücken!“ Auch das Angebot der Mutter, dass Anna ja nochmal drücken könne, kann das Mädchen nicht beruhigen. Sie wirft sich laut weinend auf den Boden und weigert sich, aufzustehen und den Fahrstuhl zu betreten.

Felix (3,5) ist ein aufgewecktes Kind und sehr gern im Kindergarten. Wenn ihn seine Mutter abholt, will er oft nicht mit nach Hause gehen, sondern noch weiterspielen. Er versteckt sich hinter der Sprossenwand und oft bekommt ihn seine Mutter nur mit körperlicher Gewalt und lautem Schimpfen dazu, das Haus zu verlassen.

Zeit
für
eure
Fragen





VIELEN DANK

Simone Schöberl

Familienbande Regensburg