

3. Zeigen Sie Verständnis, wenn es Ihrem Kind schwer fällt, es weint, jammert, schreit oder sich z.B. an der Schaukel festklammert und sie nicht loslässt.
 4. Beschreiben Sie seine Gefühle und bleiben Sie geduldig!! Je kleiner Ihr Kind ist, desto länger braucht es für die Verarbeitung eines NEINs.
 5. Lenken Sie das Interesse Ihres Kindes auf eine andere Sache oder fragen Sie ihr Kind, was es als nächstes machen könnte. Binden Sie es spielerisch in einen Wettbewerb ein oder lenken Sie es durch Bewegung ab.
- All das hilft Ihrem Kind sich schneller einer Begrenzung zu fügen und mitzumachen.

Auch hier gilt: Loben Sie Ihr Kind für sein kooperatives Verhalten und freuen sich mit ihm, wie gut es etwas schon kann.

Bitte scheuen Sie sich nicht, sich bei uns zu melden, falls Sie Fragen haben. Wir sind für Sie da: am Telefon, per Mail und im persönlichen Gespräch.



Stadt Herne

Mit Grün. Mit Wasser. MittendrIn.

Familien- und Schulberatungsstelle

Wilhelmstr. 88
44649 Herne
Tel. 02323 163640
Familien-Schulberatung@herne.de



(November 2020)

Die Sache mit den Regeln und Grenzen...



© Stefan M. Schwarz

...und dem eigenen Willen Ihres Kindes

Regeln begegnen uns von Klein auf und überall. Es gibt sie zu Hause in der Familie, in der Arbeit, in Kindergarten und Schule, im Supermarkt, im Bus... Es gibt soziale Regeln, organisatorische Regeln, Verbote, Gebote und vieles mehr.

Grenzen begegnen uns ebenfalls tagtäglich. Oft finden wir Grenzen nervig und ärgern uns darüber, denn Grenzen haben eben etwas mit eingrenzen und begrenzen zu tun. Wir dürfen etwas nicht oder sollen von etwas ablassen (z.B. Landesgrenzen, Absperrungen, Diäten... etc.)

Wozu gibt es Regeln?

Regeln sagen uns, wie wir uns verhalten sollen. Je komplexer die Welt, desto mehr brauchen wir die Regeln, damit wir genau wissen, was wir in einer bestimmten Situation tun sollen. Regeln geben uns und auch den Kindern Sicherheit, Halt und Orientierung, auch wenn Sie uns manchmal eingrenzen, z.B. Verkehrsregeln beim Autofahren.

Wir Erwachsene haben uns im Laufe unserer Entwicklung an Regeln und Grenzen gewöhnt. Für uns sind viele Regeln selbstverständlich. Wenn wir als Baby geboren werden, kommen wir ohne ein bestimmtes Regelverständnis auf die Welt und lernen dann vom ersten Atemzug an durch Regeln und Grenzen, wie das Leben um uns herum funktioniert.



Wichtig zu wissen:

Je kleiner das Kind, desto langsamer ist es in der Verarbeitung von Informationen, d.h. Regeln, (Termin-)Veränderungen u.a. brauchen länger, um verstanden zu werden und darauf zu reagieren.

Je kleiner das Kind, desto mehr schäumen die Gefühle über und desto weniger kann das Kind seine Gefühle erklären und sich im Konflikt oder Stress vernünftig verhalten.

Obwohl sich oft schon junge Kinder prima mit Computer & Co. auskennen und damit sehr erwachsen und vernünftig wirken, reagieren sie dann bei Grenzsetzung und Regeln erstaunlich unkontrolliert und unreif. Mit Händen und Füßen, mit großem Geschrei oder mit sich auf den Boden werfen, reagieren sie auf ein NEIN oder andere Grenzsetzung.

„Trick 17“ beim Regeln aufstellen

1. Überlegen Sie für sich, mit welchem Ziel Sie die Regel aufstellen (was soll sich ändern, was gefällt nicht, was soll das Kind tun...).
2. Sagen Sie dem Kind deutlich, wie die Regel lautet (ruhige Stimme, freundlicher Ton, auf Augenhöhe, dem Kind zugewandt).
Beispiel: „Wenn Du reinkommst, zieh die Schuhe aus und hänge die Jacke an den Haken.“
3. Wiederholen Sie die Regel für das Kind noch einmal (nach Bedarf 1 - 2 x)
4. Dann fragen Sie das Kind, wie die Regel lautet. → So können Sie überprüfen, ob das Kind die Regel (Anweisung) verstanden hat.

Wichtig: Loben Sie und zeigen Sie Anerkennung, wenn ihr Kind sich an die Regel hält.



„Trick 18“ für den Umgang mit Grenzen (Nein sagen, Verbote aussprechen)

1. Wenn möglich: Bereiten Sie Ihr Kind auf eine Grenzsetzung (z.B. ein NEIN, ein Stopp, eine Veränderung, ein Aufhören, ein Schlussmachen, ein nach Hause gehen) vor.
2. Sagen Sie zu Ihrem Kind: Du hast jetzt noch 5 Minuten Zeit, dann gehen wir nach Hause oder jetzt kannst Du noch 2 x schaukeln, dann kommt das andere Kind dran etc. Je besser das Kind auf ein Stopp vorbereitet ist, desto leichter fällt es ihm, sich an eine Grenzsetzung zu halten.