

## IDEEN UND VORSCHLÄGE,

*wie alle in der Familie gut zusammen leben und lernen können.*



## Wie geht das mit den Grenzen?

### Kinder suchen Kontakt.

Kinder wollen ihre Eltern und andere Erwachsene kennenlernen. Sie wollen zum Beispiel wissen, wer ihre Eltern wirklich sind. Und natürlich treffen sie dabei auf die Grenzen der Eltern und überschreiten diese auch immer wieder. Die Kinder wollen von ihren Eltern wissen: Ist dieses „Ja“ wirklich ein Ja? Ist dieses „Nein“ wirklich ein Nein? Die Kinder spüren, wenn andere Menschen nicht ehrlich sind.

Wenn eine Mutter „Nein“ sagt und dabei ein schlechtes Gewissen hat, dann spüren es die Kinder. Da ist es besser zu sagen: „Ich muss erst kurz überlegen, ob ich dir das erlauben will oder nicht. Ich gebe dir in einer Stunde Bescheid.“ Das ist ehrlich und der Erwachsene nimmt sich selbst ernst.

### Kinder brauchen Menschen um sich, die ihre eigenen Grenzen und Bedürfnisse ernst nehmen.

In Beziehungen mit anderen Menschen ist es wichtig, dass jeder die eigenen Grenzen spürt und einhält: Was will ich und was will ich nicht? Was mag ich und was mag ich nicht? Deshalb ist es gut, wenn die Mutter zum Beispiel zu ihren Kindern sagt: „Ich mag nicht alle Tage den Boden wischen. Deshalb will ich, dass ihr die Schuhe bei der Tür auszieht.“ Oder: „Ich brauche heute ab 20 Uhr Zeit für mich. Deshalb will ich, dass ihr um diese Zeit im Bett seid.“

## Oft drücken Erwachsene Grenzen zusammen mit Kritik aus.

„Schalte die Musik leiser! Siehst du nicht, dass ich das nicht vertrage. Wie oft soll ich dir das noch sagen?“

Die Erwachsenen sollten besser über sich selbst sprechen: „Ich will nicht, dass du so laut Musik hörst. Ich bin heute müde. Ich will, dass du die Musik jetzt etwas leiser machst. Danke.“ Hier gibt es keine Kritik am Kind, wie beim oberen Beispiel: Die Eltern drücken ihre Grenzen klar aus und sprechen über sich selbst. Die Eltern zeigen sich, wie sie sind und sagen klar, was sie wollen und was sie nicht wollen. So lernen Kinder, die Eltern zu respektieren.



## Kinder lernen, was ihnen vorgelebt wird.

Wichtig ist, dass die Erwachsenen auch die Grenzen der Kinder respektieren. Zum Beispiel dürfen die Eltern ihre Kinder nicht kritisieren oder beleidigen. Sonst lernen die Kinder, dass auch sie die Grenzen von anderen Menschen verletzen dürfen. Dann werden die Kinder auch die Grenzen der Eltern verletzen. Sprechen die Eltern aber über sich selbst und kritisieren die Kinder nicht? Dann lernen die Kinder: So kann ich mich abgrenzen, ohne dabei den anderen zu verletzen.

Für Mädchen ist eine Mutter wichtig, die gut auf die eigenen Grenzen schaut und nicht immer nur für andere da ist. So lernt auch das Mädchen: Wir Frauen dürfen uns selbst ernst nehmen und uns anderen gegenüber abgrenzen. Dasselbe gilt auch für die Jungen und ihre Väter.

## **Drohen die Eltern den Kindern nur noch?**

Dann hoffen die Eltern, dass das Kind genug Angst vor den Strafen hat. Aber die Eltern müssen sich auch fragen: „Will ich, dass mein Kind mich respektiert? Oder will ich, dass es Angst vor den Strafen hat?“

Wollen die Eltern eine gute und respektvolle Beziehung zu ihren Kindern? Dann müssen die Eltern darüber sprechen, was sie wollen und was sie nicht wollen. Und die Eltern müssen dabei ehrlich sein, denn das schafft Nähe und Wärme in der Beziehung zu den Kindern.

Text in Einfacher Sprache von:

OKAY - Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe ONLUS Südtirol.

[www.lebenshilfe.it/okay](http://www.lebenshilfe.it/okay)



Dieser Text ist eine Zusammenfassung vom Text in Alltagssprache:

„27\_Wie geht das mit den Grenzen?“. Astrid Egger hat den Text in Alltagssprache geschrieben. Mehr Informationen finden Sie auf der Internetseite: [www.familie.it](http://www.familie.it)