



Das darfst du nicht!

Regeln und Grenzen in der Erziehung

Das lateinische Wort „regula“ bedeutet so viel wie Maßstab, Richtschnur, Regel und steht in engem Zusammenhang mit dem lateinischen Begriff „regere“ (lenken bzw. leiten). Unser menschliches Leben und Handeln ist von Regeln geprägt. Denken Sie zum Beispiel an die Mathematik, die Naturgesetze, Gesetze im Allgemeinen sowie an Miet- und Arbeitsverträge.

Regeln sind wichtig. Sie geben den Kindern Sicherheit, Orientierung und Halt in komplexen und unüberschaubaren Situationen. Einfach ausgedrückt, bilden sie einen Rahmen, in dem sich die Kinder bewegen und eigene Erfahrungen sammeln können. Kinder wachsen von einer unbesorgten Kindheit (meist von Erwachsenen geregelt) über ihre Geschäftsfähigkeit und Strafmündigkeit in eine Volljährigkeit hinein. Je früher Kinder den Umgang mit Regeln lernen, umso besser werden sie in die Regel- und Normenwelt der Erwachsenen hineinwachsen und sich dort zurechtfinden.

Wir unterscheiden zwischen *moralischen* und *konventionellen* Regeln. Erstere gelten für alle Menschen (betreffen das Wohlergehen des Einzelnen in einer Gemeinschaft) und sind nicht verhandelbar (z.B. „Man darf andere nicht verletzen.“, „Man darf nicht stehlen.“). Die konventionellen Regeln können jederzeit zwischen Eltern und Kindern verhandelt werden. Sie haben die moralischen Regeln zur Grundlage und müssen für die Kinder nachvollziehbar sein. Typische konventionelle Regeln sind z.B. „Vor dem Spiel im Garten muss das Zimmer aufgeräumt werden“ oder „Ich darf meinen Schlafplatz selbst wählen.“

Oftmals hinterfragen jüngere Kinder den Sinn und Zweck von Regeln. Hier hat sich eine spielerische Erklärung bewährt, um die Bedeutung von Regeln nachvollziehen zu können: Starten Sie mit Ihren Kindern ein Regelspiel, z.B. *Mensch ärgere dich nicht!* Dieses Spiel wird überhaupt erst dadurch möglich, dass sich alle an die Spielregeln halten. Auch Ihre Kinder kennen und beherrschen diese Regeln. Inszenieren Sie während des Spiels „Störversuche“. Setzen Sie

z.B. die Spielsteine spontan in verschiedene Richtungen oder starten Sie Ihren Spieleinsatz ohne Würfeln oder ohne an der Reihe zu sein. Schnell werden Ihre Kinder erbost reagieren. An dieser Stelle können Sie den Kindern sehr schön erklären, dass gleiche Regeln gleiche Voraussetzungen für alle bedeuten. Wenn mehrere Personen gemeinsam spielen wollen, müssen sich alle auf Regeln einigen und diese befolgen. Ist das nicht der Fall, müssen neue Regeln geschaffen werden: Regeln für den Verstoß gegen bestehende Regeln...

Die Art und Weise, wie Eltern Ihre Kinder erziehen, wird als Erziehungsstil bezeichnet. Es werden folgende Erziehungsstile unterschieden:

- **Autoritäre Erziehung:** Erziehende orientieren sich an eigenen Bedürfnissen und stellen hohe Ansprüche ans Kind. Anpassung und Gehorsamkeit werden gefordert.
- **Antiautoritäre Erziehung:** Erziehende sind tolerant und akzeptieren uneingeschränkt den kindlichen Willen. Typisch sind fehlende Regeln und eine grenzenlose Hingabe.
- **Autoritative Erziehung:** Ein hohes Maß an emotionaler Wärme, Akzeptanz und Kommunikationsbereitschaft in Kombination mit gleichzeitiger Kontrolle und Autorität (Regeln und Grenzen) kennzeichnen diesen Erziehungsstil.

Der *autoritative Erziehungsstil* stellt heute für viele Eltern das Mittel der Wahl dar. Kinder die so groß werden, sind meist neugierig und interessiert an ihrer Umgebung. Flexibilität und Spontaneität sowie eine gute Resilienz und Kompetenz bei der Problem- und Konfliktbewältigung zeichnen sie aus.

Letztendlich ist es die Entscheidung der Eltern, wie sie ihre Kinder erziehen. **Wichtig ist, dass die Kinder in jedem Fall frei von jeglicher körperlicher & psychischer Gewalt aufwachsen.**



Ihr Kind hat beste Voraussetzungen für eine positive Persönlichkeitsentwicklung, wenn es:

- **Im ersten Lebensjahr** Urvertrauen aufbauen kann.
- **Im zweiten bis vierten Lebensjahr** erste Schritte zur Autonomieentwicklung (Selbstentscheidung) verwirklichen darf.
- **Im fünften Lebensjahr** ein (nicht zu sensibles) Gewissen entwickelt.
- **Vom 6. bis zum 12. Lebensjahr** mit eigenständigen Aufgaben betraut und für seine Leistungen von seinen Mitmenschen akzeptiert wird.

Der Weg hin zu akzeptierten Regeln ist nicht immer einfach. Wichtig ist, dass Sie mit Ihren Kindern über Regeln, welche die Gemeinschaft betreffen, sprechen (verhandeln). Versuchen Sie die Dinge mit den Augen der Kinder und der Erwachsenen zu betrachten. Achten Sie darauf, Regeln festzulegen, die alle Beteiligten verstehen und mit denen alle Beteiligten gut leben können.

Früher oder später wird es dazu kommen, dass Regeln auf Widerstand treffen oder schlichtweg nicht eingehalten werden. Das ist meist dann der Fall, wenn die Regeln nicht den Bedürfnissen der Kinder entsprechen. An dieser Stelle hat es sich bewährt, zuerst nach dem „warum“ zu fragen und den Weg von „Gesprächen statt Sanktionen“ einzuschlagen. Nutzen Sie die Gelegenheit um die Regeln zu verändern oder ganz neue Regeln auszuhandeln. Prüfen Sie zudem, ob die Regel vielleicht veraltet ist und lassen Sie diese ggfs. mitwachsen. Sollten diese Gespräche nicht fruchten, machen Sie deutlich, was die Konsequenzen sind.

Diese sollten angemessen, zeitnah, durchführbar und verständlich/altersgerecht sein.

Folgende Tipps möchten wir Ihnen mit auf den Weg geben:

- Bei kleineren Kindern ist es oft hilfreich, wenn Sie die Regeln im Bild festhalten.
- Stellen Sie klar, dass die Regeln für alle und jederzeit gelten.
- Ausnahmen sind für Kinder schwer nachvollziehbar und führen zu einem Gefühl von Ungerechtigkeit.
- Die Konsequenzen wenn Regeln nicht eingehalten werden, müssen bekannt sein.
- Durch die gemeinsam mit den Kindern erstellten Regeln werden in Ihrem Alltag viele Konflikte bald der Vergangenheit angehören.

Gewalt bei Kindern ist oft ein Zeichen dafür, dass es den Betreffenden nicht gut geht und dass Hilfe benötigt wird. Gewalt entlädt sich dabei oft in geschützten Räumen und gegenüber Personen, zu denen eine vertrauensvolle Beziehung (Urvertrauen) besteht. Sehen Sie es also als Kompliment, wenn Ihr Kind Ihnen gegenüber seine ungefilterten Gefühle zum Ausdruck bringt.



Die häufigsten Gründe für Wutausbrüche bei Kindern sind:

	Autonomiestreben
	Überforderung
	Bewegungsmangel
	Reizüberflutung
	Mangelndes Selbstwertgefühl
	Falsche Rollenerwartungen
	Frustration
	Medienvorbilder / nicht-altersgerechter Medienkonsum
	Hunger
	Müdigkeit

Wenn es zu einem Wutanfall kommt, bewahren Sie Ruhe und nehmen Sie die Gefühle Ihres Kindes ernst. Das ist für die Verteidigung seiner Eigenständigkeit sehr wichtig. Lachen Sie das Kind nicht aus, bleiben Sie bei ihm und halten an Ihrer Position fest. Demütigen Sie dabei Ihr Kind nicht. Es darf weder das Vertrauen zu den Eltern, noch sein Selbstvertrauen verlieren. Warten Sie, bis sich das Kind wieder beruhigt hat und reden Sie in dieser Zeit nicht auf Ihr Kind ein. Verhindern Sie, dass Ihr Kind sich während des Wutanfalls verletzt oder etwas zerstört.