

Mut zur Erziehung ? Oder was es für eine förderliche Entwicklung der Kinder braucht

Anja Nowacki
Herzogenbuchsee
22. Januar 2019

Erziehung ist....

„Beziehung kommt vor Erziehung.“ (Remo Largo, Kinderarzt)

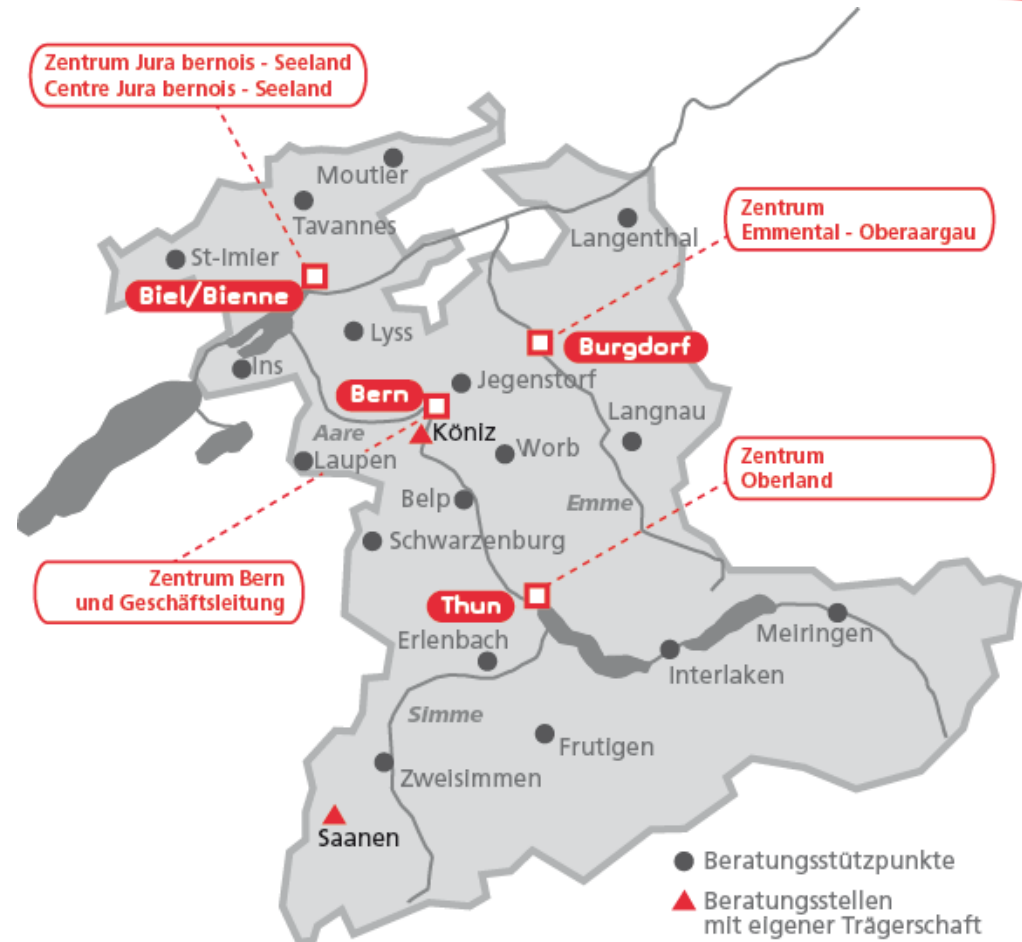
„Kinder lernen vor allem durch das, was Eltern tun,
weniger durch das, was Eltern sagen.“ (Jesper Juul,
Familientherapeut)

„Es braucht ein ganzes Dorf um ein Kind zu erziehen.“
(Afrikanisches Sprichwort)



Die Stiftung Berner Gesundheit

- Suchtberatung
- Prävention / Gesundheitsförderung
- Sexualpädagogik
- Mediothek



Ablauf

- 1. Warum sind Grenzen wichtig?**
(Filmbeispiel und 1. Austausch)
- 2. Wie setzen wir sinnvoll Grenzen? Wo gewähren wir Freiräume? → Das Prinzip „Freiheit in Grenzen“**
(2. Austausch „konkretes Beispiel“)
- 3. Was tun, wenn es nicht klappt?**
- 4. Fachstellen und weitere Unterstützung**

Inputs – Austausch - Fragen beantworten



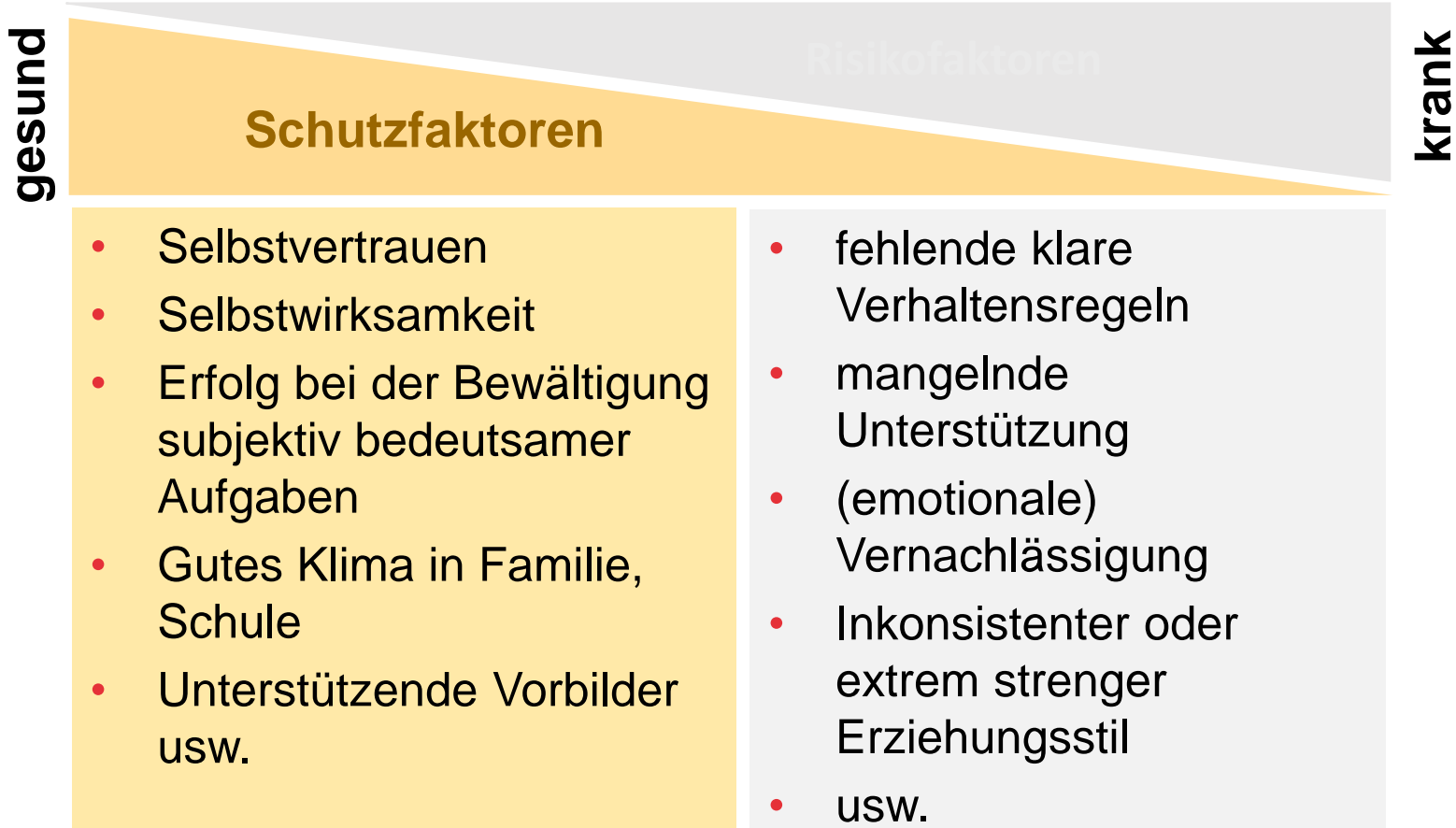
1. Warum sind Grenzen und Freiräume wichtig?

- Kinder und Jugendliche wollen Grenzen
- Grenzen geben Klarheit, Orientierung und Sicherheit
- Grenzen zeigen Freiräume auf
- Grenzen sind notwendig für gesunde Entwicklung



*Grundregel: so wenig Grenzen wie möglich,
aber so viele wie nötig!*

Einflussfaktoren auf Gesundheit / Krankheit



Was macht es schwierig, Grenzen zu setzen?

- Angst vor den Reaktionen der Kinder
- Eltern fühlen sich müde / überfordert / gestresst
- Kinder haben zu viel Freiraum genossen
- anspruchsvoll, Grenzen eindeutig zu formulieren
- sich Konsequenzen überlegen müssen

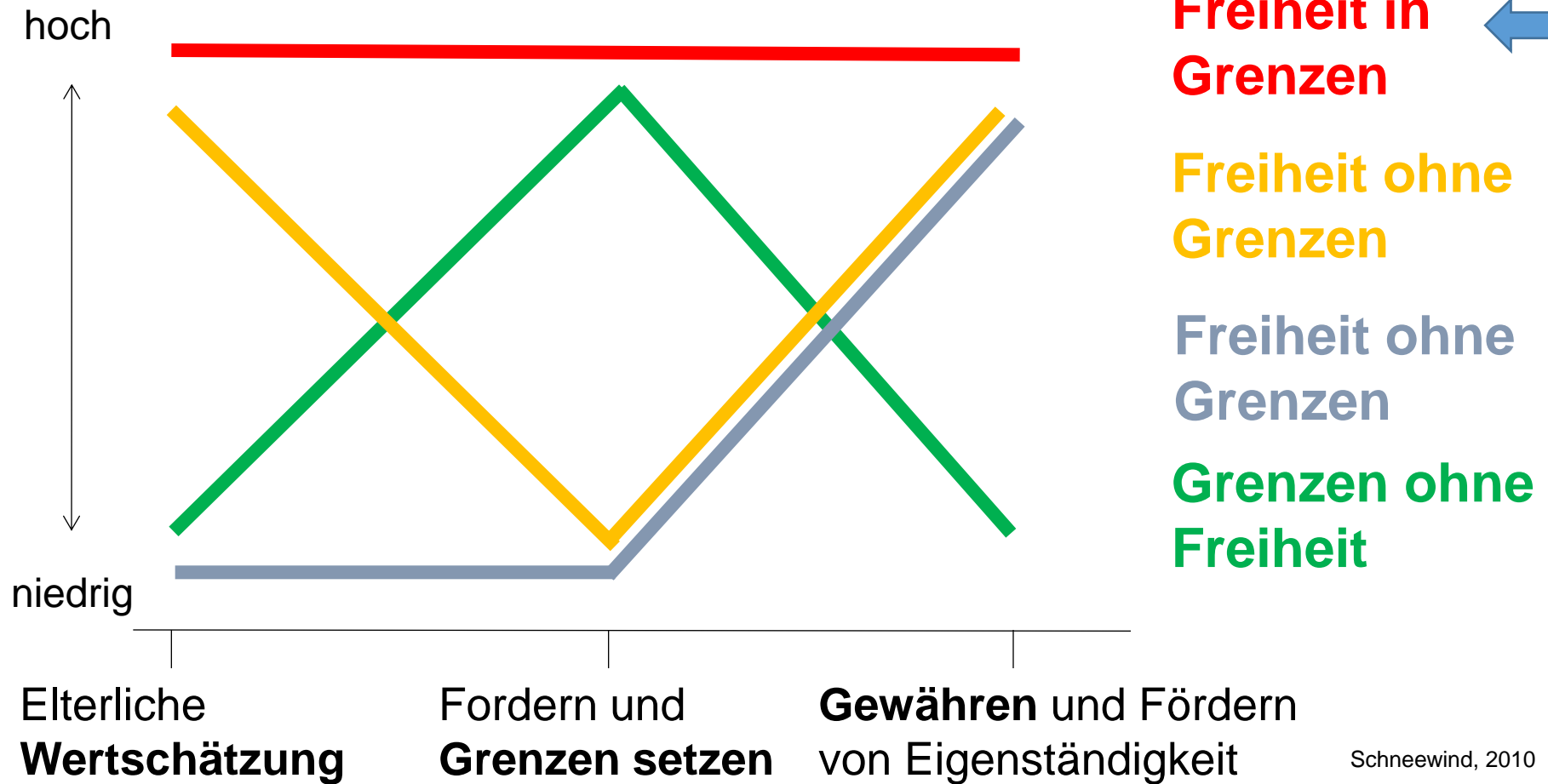


Filmbeispiel und Austausch zu Zweit (10 Min): «Wo warst du so lange?»

- Was haben Sie wahrgenommen?
- Was würden Sie als nächstes machen, wenn Sie die Mutter / der Vater wären?



Erziehungsprinzipien und Merkmale von Erziehungskompetenz



Die „Freiheit in Grenzen“ - Pyramide



Elterliche Wertschätzung entgegenbringen, indem wir ...



- Einmaligkeit und Besonderheit der Kinder anerkennen
- Kinder in allen Situationen respektvoll behandeln
- Kinder unterstützen und ihnen helfen, wann immer sie das brauchen
- wir uns freuen, mit unsern Kindern zusammen zu sein und gemeinsame Aktivitäten geniessen.

Schneewind, 2009



Fordern und Grenzen setzen, indem wir ...



- den Kindern etwas zutrauen und Forderungen stellen, die ihre Entwicklung voranbringen
- Konflikte mit den Kindern nicht scheuen, aber konstruktiv austragen
- Gegenüber Kindern eigene Meinung haben und diese überzeugend vertreten
- Klare, dem Entwicklungsstand des Kindes angemessene Grenzen setzen und auf deren Einhaltung bestehen

Schneewind, 2009



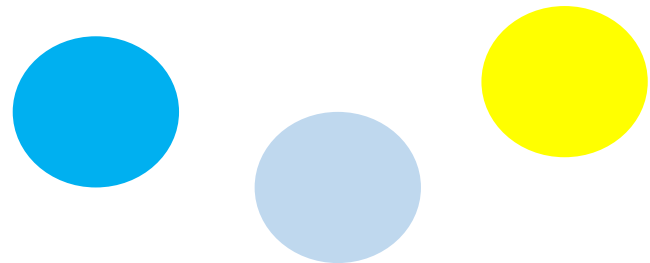
Gewähren und Fördern von Eigenständigkeit, indem wir...



- Kinder mit ihren Bedürfnissen und Ansichten ernst nehmen
- prinzipiell gesprächs- und kompromissbereit sind
- Kindern ein Optimum an eigenen Entscheidungen ermöglichen und dadurch ihre Entscheidungsfähigkeit und Selbstverantwortlichkeit stärken
- Kindern ermöglichen, eigene Erfahrungen zu machen

Film: „Wo warst du so lange?« Variante B und Austausch (20 Minuten):

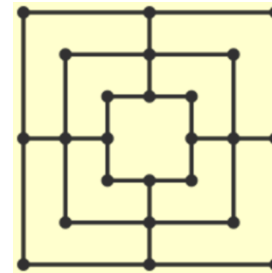
- Was lernt Thomas dabei?
- Wie würde ich in dieser Situation handeln?



Gute (Familien-) Regeln sind:



- wenige (3-4)
- fair und nachvollziehbar,
- leicht zu befolgen
- positiv formuliert



Bei Nichtbeachtung → Ansprechen → Chance geben, es richtig zu machen → bei Nichtbeachtung → mit Konsequenz untermauern → anschliessend Kontakt/Beziehung wieder aufnehmen;

3. Was tun, wenn es nicht klappt?

- Die Tücken mit den Grenzen
- Klassische Fallen



Die Tücken mit den Grenzen

- unklar, unterschiedliche Vorstellungen
- klare Grenzen erfordern klare Konsequenzen
 - => durchsetzen
 - => gemeinsame Erziehungsaufgabe
- Grenzen müssen neuen Gegebenheiten angepasst werden
 - => Alter, individuelle Entwicklung, neue Situationen, usw.
 - => Anlass können Grenzüberschreitungen sein



Grenzen setzen – Klassische Fallen

- Fragen, bitten und betteln statt klare Botschaften
- Aufforderungen aus dem Hintergrund
- Zu schneller Kontaktabbruch
- Verbote statt Anweisungen
- Anordnungen ohne Vorwarnungen
- Warum-Fragen
- Appelle an die Einsicht
- Androhung von unrealistischen Strafen



Fischer Klaus (no date). Grenzen setzen in der Erziehung. [on-line].
http://www.familienhandbuch.de/cms/Erziehungsfragen_Grenzen.pdf. [05.09.2006].

Wie kann ich auf Regelverstösse, Wutausbrüche etc. reagieren?

1. Ruhig bleiben, ruhig werden
2. Kind signalisieren, dass ich sein Bedürfnis wahrnehme, verstanden habe, es respektiere
3. Eigene Haltung, eigenes Bedürfnis erklären
4. Handeln, ruhig und bestimmt
5. Gefühlsausdruck des Kindes adäquat ausdrücken lassen



Und: Kinder und Jugendliche brauchen nicht nur Grenzen..

- Kinder und Jugendliche brauchen Grenzen und Freiräume
- Kinder und Jugendliche brauchen vor allem Liebe, Wärme, Zuwendung, Respekt, Geborgenheit!



4. Fachstellen und weitere Unterstützung

Beratungsstellen:

- Erziehungsberatung Langenthal, Familienberatung, Berner Gesundheit, usw.
- www.147.ch - Telefon, Chat, Mail für Kinder und Jugendliche
- www.tschau.ch – E-Beratung und Jugendinformation
- www.feel-ok.ch – für Jugendliche, Lehrpersonen, MultiplikatorInnen (auch Eltern)



Das Konzept „Freiheit in Grenzen“: Buch mit DVD



Kontakt

Berner Gesundheit
Prävention
Eigerstrasse 80
3007 Bern

www.bernergesundheits.ch

Anja Nowacki
Bereichsleiterin
Pädagogin, lic.phil.

anja.nowacki@beges.ch

031 370 70 81

