

Vierte Einheit

Grenzen sind kein Versagen

Etwas zum Nachdenken:

Welche Grenzen setzen Sie? Handelt es sich um Körpergrenzen, um Zeitgrenzen, um Respekt, um Belastungsgrenzen oder um... ?

Wie setzen Sie Grenzen? Warten Sie sehr lange? Greifen Sie sehr schnell ein? Glauben Sie dass Ihr Kind die Grenzen selbst herausfindet?

Eine kleine Unterstützung für den Alltag

Die Stopp-Hand und das FamilienGG

Sie können mit einem Handumriss und einem kleinen Stock eine Stopp-Hand basteln. Das ist nicht nur in der KiTa oder in der Schule gut. Machen Sie es doch mit Ihren Kindern und tragen Sie in die Stopp-Hand Ihre Grenzen ein. Die Kinder tragen die Grenzen ein, die sie brauchen. Bei Grenzen geht es nicht um Wünsche, sondern um Körpergrenzen, Zeitgrenzen, Lärmgrenzen, Belastungsgrenzen, ...

Besprechen Sie diese Grenzen in einem Familienrat.

Lesen Sie mit Ihren Kinder Bücher, die sie unterstützen über das gegebene hinaus zu denken.

Ein paar Beispiele:

Für Kindergartenkinder und Grundschul Kinder

- Apenrade, Susa, Cordes, Miriam: Ich bin stark, ich sag laut Nein!: So werden Kinder selbstbewusst, Arena (Januar 2008)
- Damjan Mischa; Unzer, Christa: Der Clown sagt nein, Nord- Süd-Verlag 2001
- Liebe Baeten; **Die schlaue kleine Hexe**, Oetinger 2003. Frage: Was machte die kleine Hexe, als sie den Koffer nicht aufbekam.
- Pauli Lorenz, Kathrin Schärer: **mutig, mutig**, Atlantis, Orell Füssli (1. März 2009), Frage: Ist es eine Stärke, wenn wir etwas machen, was wir gar nicht können?
- Pauli Lorenz: **Rigo und Rosa**, Atlantis, wunderbare Geschichten über das Leben.

Grenzgeschichten:



Stopp, das will ich nicht!: Vorlesegeschichten vom Nein sagen und Grenzen-Ziehen von Elisabeth Zölller, Brigitte Kolloch, Sandra Reckers, Ellermann-Verlag; (2007); Nicht einfach und ganz wichtig: Wer traut sich, nein zu sagen? Marie hat richtig Angst vor dem graulich-grünen Krokodil unter ihrem Bett. Aber dann sagt sie laut und kräftig: "Nein", und das Krokodil verschwindet von ganz allein. Tim mag Tante Ulla eigentlich sehr gerne, aber ihre klebrigen Lippenstiftküsse findet er widerlich. Bei ihrem nächsten Besuch traut er sich endlich, ihr das zu sagen - und sie ist noch nicht mal böse! Acht Vorlesegeschichten zu unterschiedlichen Anlässen, Grenzen zu ziehen - da ist für jedes Kind die richtige dabei. Acht Geschichten übers Nein sagen - auch für Kindergärten empfohlen. Mit einem Nachwort von Dr. Anne Bischoff, Ärztin in der Kinder- und Jugendpsychiatrie.



Lena lässt sich nichts gefallen: Geschichten von Störenfrieden und starken Freunden; Achim Bröger (Autor), Hans-Günther Döring (Illustrator) Arena Verlag 2008; Viele schöne Geschichten, bei der sich Lena um ihre Grenze kümmert und sich immer wieder dazu Hilfe von Freunden holt. ebenfalls von Achim Bröger: Gefühle machen stark, Geschichten von Mut, Selbstbewusstsein und Versöhnung. Arena Verlag 2008

Spiele die Grenzen stabilisieren

Alle Spiele, die mit Gleichgewicht zu tun haben, schaffen einen Zugang zu Geduld und Grenze.

Mit echten Kreiseln spielen, auf einem Bein hüpfen, Einrad fahren, Jonglage, Diabolo, auf der Slackline oder einem Balken balancieren, Sandspielen, ...

Grenzen und Regeln

Grenzen zu benennen ist kein Scheitern

Gestern spielte ich mit meinem Enkel Federball. Er wollte, dass ich das Netz aufbaue und dann mit ihm spiele. Er ist knapp drei Jahre und kann den Schläger noch nicht richtig halten. Über das Netz kommt sein Ball eh nicht. Es ist der Garten meines Sohnes und seiner Frau. Ich fragte also zuerst die Beiden, ob es für sie passt, wenn ich das Netz mit ihm aufspanne. Sie bejahten, obwohl es einen Teil des Weges versperrte. Ich bat meinen Enkel, mir dabei zu helfen. Ich zeigte ihm auch, dass er problemlos durch die Absperrung kommt, wir Erwachsene jedoch nicht. Dann begannen wir mit dem Spiel. Das Spiel war fantastisch. Wir entwickelten ungeahnte Räume. Meinen Ball warf ich bis zu den Wolken und man sah auch das Loch in den Wolken, das dabei entstanden ist. Ich hielt seinen scharf geschlagenen Bällen mit ziemlichem Aufwand und wir kugelten im Gras vor lauter Lachen. Bis auf das Lachen war alles Fantasie. Es ist das Alter der Grandiosität, welche er in mir anspornte. Ich lernte bis, in die Wolken zu werfen, ähnlich vielleicht dem, was ich in dieser Zeit brauchte. Nach einiger Zeit ging mir die Puste aus und ich teilte ihm mit, dass ich jetzt eine Pause brauchte. Er akzeptierte dies mit erstaunlicher Gelassenheit. Ich weiß, dass Kinder da sehr nervig sein können. Doch er setzte sich mit zum nachmittäglichen Gedeck und spielte dann für sich. Er konnte mit der Grenze umgehen. Ich hatte kein schlechtes Gewissen und musste keinen Trick anwenden, damit er meine Grenze anerkannte. Das ist ein Ergebnis einer Erziehung, die ihm immer wieder verdeutlichte, dass Grenzen keine Katastrophe, sondern einfach da sind. Da die Familie meines Sohnes gerade ein Haus renoviert, ist Grenze etwas Alltägliches. Werkzeuge oder Baumaterial sind nichts für Kinderhände. Doch er hatte Werkzeuge, mit denen er umzugehen wusste. Was ich immer wieder in der Familie meines Sohnes erlebe: Die Grenzen sind hier klar und deutlich. Grenzen zu setzen ist für beide Eltern kein Versagen. Sie geben damit dem Kind Sicherheit. Grenzen brauchen wir, sonst verlieren wir den Halt. Wer könnte die bekannten Grenzen besser setzen als Eltern oder Erziehende.

Auf der Fahrt zu unseren Enkeln hatten wir eine andere Erfahrung. Wir waren mit den Rädern unterwegs und machten auf einer Liegewiese halt. Diese Wiese hatte eine Größe von ca. 2 Fußballfeldern. Auf der Wiese war ein Mann mit einem Kind im ähnlichen Alter wie mein Enkel. Auf der gesamten Fläche verteilt war Spielzeug, Abfall, Windeln und Essensreste. Der Vater sprach lautstark mit irgendwem über Erziehung in Zeiten von Corona. Da er zwar ca. 30 m entfernt noch sehr deutlich zu hören war, berichtete er von der Erziehung seines Sohnes. Er lässt ihm die mögliche Freiheit. Er wird das alles von selbst lernen und Kinder haben ein eigenes Verhältnis zur Grenze. Der pädagogische Vortrag dauerte über 15 Minuten. Dazwischen kamen andere Eltern mit Kindern. Sein Sohn wirkte sehr verunsichert und übte sich in allerlei Grenzerfahrungen. Für den Vater kein Thema. Immer wieder verletzte sich das Kind und weinte. Dafür gab es dann ein Getränk oder er wurde dann in den Kinderanhänger gesetzt. Keinerlei Ansprache, fast kein Körperkontakt. In dem Vortrag, den wir wohl oder übel mithören mussten, berichtete der Vater, dass sein Sohn allein in seinem Zimmer schlief und sonst viele Dinge allein mache. Das mit dem Schlafen hat zwar einige Nächte mit Schreien und Gequengel gekostet, aber er habe es nun eingesehen. Am liebsten schaut er sich die oder die Sendung an. Er spiele auch gerne auf seinem Tablet und entdecke damit die Welt. Nach dem gehaltenen telefonischen Vortrag wurde das Kind festgezurt und das Offensichtliche vom Vater eingesammelt. Es gab keinerlei direkte Beziehung. Selbst in der Beschreibung sprach er von einem statt von seinem Kind.

Grenzen erlauben den Kontakt

Stellen Sie sich das einmal bildlich vor. Sie hätten keine Grenze, Sie wären fluid, nein gasförmig, nein ... sie merken schon der Versuch, den ich gerade mache, gelingt mir nicht. Wir können es uns gar nicht vorstellen, denn ohne Grenze gäbe es keine Existenz. Ähnlich absurd ist die Vorstellung, dass

Kindern keine Grenze gegeben werden soll. Denn wenn Kinder keine Grenzen kennen lernen, schaffen sie es nicht, dem Anderen zu begegnen. Grenzen sind sehr verschieden. Sie können undurchlässige wie Mauern oder wie Ihre Haut sein. Wenn sie sich Ihre Haut als Beispiel nehmen, geht es bei Grenze um die Sensibilität. Um die Sinne, die uns immer wieder auf Grenzen aufmerksam machen. Wenn der Kontakt zu laut, zu grell, zu scharf oder fad, zu hart oder fest ist, dann setzen wir Grenzen. Das sollten wir unseren Kindern lernen. Dafür haben wir die Sinne.

Unsere Kinder haben einen sehr ausgeprägten Sinn, wenn es um Beziehung geht. Für sie ist die Beziehung zu uns Eltern existenziell. Viele Eltern, die mit Ratgebern und Erziehungs-Apps bewaffnet auf das Schlachtfeld der Erziehung stürmen, erleben, wie massiv die Kinder auf einen nichtauthentischen Kontakt reagieren. Sie werden Sie so lange testen, bis Sie selbst wieder sichtbar werden. Das muss nicht mit viel Schreien stattfinden. Manche Kinder gehen in einen Rückzug und hoffen inständig, dass wir das bemerken. Andere gehen in die Krankheit, um über die Sorge die Aufmerksamkeit zu bekommen, die sie brauchen. Da ist nichts Böswilliges vorhanden. Es ist die hilflose und überlebensnotwendige Aufforderung nach Gegenwärtig-Sein. Das kann für beide Seiten schmerzhaft sein, doch es ist die Forderung der Kinder an uns: Sei echt bei mir!

Was wir im Augenblick und wahrscheinlich noch lange erleben hat, ebenfalls mit der Grenze zu tun. Kinder brauchen Nähe und das Spiel mit den Anderen. Sie können nicht verstehen, wieso sie jetzt Abstand halten sollen. Vor allem sind sie – wenn sie gesund sind – nicht gefährdet. Wie erklären wir das nun unseren Kindern, wenn der Geburtstag nur im kleinen Kreis stattfindet, der Spielplatz gesperrt ist und im Park ein Kind auf ihn*sie hinzurennt und Sie das nicht dulden können? Wie gehen sie damit um, wenn Ihr Kind auf ein anderes Kind zugeht und die Eltern es wegscheuchen? Das alles sind Grenzerfahrungen. Diese Erfahrungen erwarten von Ihnen eine ehrliche Antwort und einen authentischen Umgang mit der Grenze, die sie für richtig halten. Dies kann entsprechend der Verordnungen sein. Es kann auch sein, dass Sie mit der Mutter oder dem Vater eine Vereinbarung treffen. Sie können sich ja über den Abstand hinweg unterhalten und die Kinder spielen lassen. Sie können auch ein Spiel unterbinden, nur dann ist es wichtig, dass Sie Ihre Sichtweise offen ansprechen. In beidem Male ist es wichtig, dass Sie dies ansprechen. Nicht ansprechen und einfach zu tun, als gäbe es die Regeln nicht mehr, würde Ihr Kind und Sie selbst in eine arge Bedrängnis bringen. Doch indem Sie darüber sprechen und eine Ausnahme benennen, schaffen Sie Klarheit.

Noch einmal Grenze und wer für deren Vermittlung zuständig ist.

Immer mehr KiTa's berichten, dass sie den Kindern Grundlagen der Grenzen vermitteln müssen. Man kann nicht mehr davon ausgehen, dass Kinder über diese Grundlagen aus der Primärerziehung verfügen. Die Eltern haben häufig keinerlei Verständnis über die Grenzen, die ein Kind braucht, um sich entwickeln zu können. Aussagen, die ich in Elternabenden höre: „Wir lieben unsere Kinder, das mit den Grenzen sollen die Kita's vermitteln.“

Ich vermute, Sie setzen Ihrem Kind Grenzen und haben dabei kein schlechtes Gewissen. Sie vermitteln diese Grenzen rechtzeitig, damit Ihr Kind eine Orientierung hat und nicht dauernd verunsichert ist. Sie warten nicht darauf, bis Ihr Kind die Grenze verletzt, um ihm dann mit vielen Vorwürfen zu begegnen. Sie trösten ihr Kind, wenn es sich dennoch verletzt hat, weil es sich überschätzt hat. Das Wort „siehste...“ kommt nicht über ihre Lippen?

Ich übertreibe etwas, denn so einfach ist es ja leider nicht. Sie lernen mit Ihrem Kind, die Grenzen neu zu gestalten. Von daher werden sie viele Grenzverletzungen begehen. Diese zu benennen, sich gegebenenfalls zu entschuldigen, ist eine Unterstützung in der Entwicklung von Ihnen und Ihrem Kind. Dies ist in Zeiten der äußeren Begrenzung zentral. Denn Sie erleben im Augenblick etwas, das Sie als Eltern wahrscheinlich noch nie erlebt haben: Einschränkung zum Zwecke der Gesundheit. Diese Grenze ist nicht Ihr Versagen, dennoch werden Sie von Ihrem Kind damit konfrontiert werden.

Ich will auf den Spielplatz! Wieso können wir nicht raus und mit den anderen spielen? Es ist eine Grenze, die Sie benennen können. Ihre Grenze und vielleicht auch Ihre Zweifel. Grenzen können auch angezweifelt werden, dennoch sind sie da.

Es ist kein Versagen der Eltern, wenn Sie ihrem Kind Grenzen setzen müssen. Grenzen geben Ihrem Kind einen Halt und vermitteln ihm eine Sicherheit. Grenzenlosigkeit, also Beliebigkeit und Willkür, verunsichert Kinder. Auch hier werden Sie mir wahrscheinlich zustimmen. Nur, wieso haben wir heute diese Vorstellung, dass Grenzen wie ein Versagen wahrzunehmen ist. Bis vor kurzem haben wir alle in einer „grenzenlosen“ Vorstellung gelebt. Wir sind überall erreichbar, zum Kaufen gibt es Kredite, die alle Wünsche erfüllen, wir konnten überall hin fliegen oder fahren, wir können unsere Körperleistung grenzenlos optimieren und feiern geht auch mit den entsprechenden Puschern ins Unendliche. Wir können Familie und Arbeit unter einem Hut bringen, dabei noch tolle Autos haben und ein Eigenheim. Das sind alles Bilder, die uns immer wieder mitteilten: wer will, kann die Grenzen sprengen. Davon lebte bisher die Wirtschaft. Immer mehr Konsum, immer mehr Produkte, immer mehr Dienstleistung... Doch immer weniger Verantwortung, weniger Auseinandersetzung, weniger Grenzerfahrung... Nur waren dies Vorstellungen, die auf der Ausbeutung und Vernichtung der Umwelt aufbauten. Es waren Bilder, die keinerlei Verantwortlichkeit für den größten Teil der Menschen in den südlichen Kontinenten beinhalteten. Das hat Papst Franziskus mehrmals verdeutlicht. Dieses Modell des Wirtschaftens „tötet“.

Mit diesen Bildern aber sind Grenzen ein Versagen. Wenn ich meinem Kind keinen Big Mac kaufen kann, dann hätte ich versagt. Wenn ich meinem Kind kein Tablett oder Smartphone anschaffe, hätte ich versagt. Das sind aber Bilder, die uns vorher von uns selbst und den Kindern entfremdet haben. Kinder sind keine Ware, die wir uns anschaffen. Wir Eltern sind auch keine Kunden einer Kindertagesstätte. Wir sind Eltern und mit den Kindern in einer besonderen Beziehung. Erziehen ist keine Dienstleistung, die wir auslagern können. Erziehung ist unsere originäre Aufgabe als Väter und Mütter. Damit erleben wir Grenzen. Grenzen, die wir haben und Grenzen, die wir setzen müssen. Betrachten wir Grenzen als wichtige Erfahrungen in einer gelingenden Beziehung, dann sind sie zwar herausfordern, aber wünschenswert. Betrachten wir Grenzen als Hindernis in einer expansiven Entwicklung, kommen wir unmittelbar in die Wahrnehmung von Schuld und Versagen. Dies ist der Antreiber für die Idee, dass Grenzsetzungen schlecht für Kinder seien.

In unserer Zeit wird sehr widersprüchlich mit diesen Grenzen umgegangen. Kinder sollen z.B. sehr früh in ein eigenes Zimmer verbannt werden. Viele Eltern versuchen mittels Konditionierung die Sehnsucht nach Nähe auszutreiben. Gott sei Dank gelingt dies nicht. Kinder brauchen die Nähe, gerade in diesen schwierigen Zeiten.

Doch sie brauchen garantiert keine medialen Ablenkungen, die massiv grenzwertig sind. Nur, genau da hakt gerade die Vorstellung, was gut ist für sein Kind. In dem obigen Beispiel: Statt den Jungen in den Arm zu nehmen und ihn zu trösten, wird ein Spielhandy gezückt und damit durfte nun der Junge im Hänger spielen. Das ist keine Nähe. Meine Frau und ich hatten auch den Eindruck, dass dieser Vater seinen Jungen wahrscheinlich gar nicht richtig im Arm nehmen konnte. Abstand halten! Ist die Devise schon vor dieser Zeit. Bitte verlieren Sie dabei nicht die Nähe zu ihrem Kind.

Grenze und Narzissmus

In vielen Supervisionen mit Teams aus Kindertagesstätten wurden Kinder beschrieben, die nur sich im Mittelpunkt kennen und sehr wenig Ausrichtung auf die Anderen haben. Für sie sind Eltern und erziehende Personen, die für sie da zu sein haben. „Für was wirst Du denn bezahlt?“ so die ernsthafte Frage eines 8jährigen an die Hortmitarbeiterin. In der aktuellen Krise kann sich diese narzisstische Vorstellung leider vertiefen, da viele Empfehlungen, die zwar nur hygienischen Vorstellungen entsprechen, sich auf die psychische Entwicklung eines Kindes auswirken. Die drei wichtigsten

Ausrichtungen für einen gesunden Charakter, die nach den Untersuchungen von Robert Cloninger¹ Menschen eigen sein sollen, sind Selbstkontrolle, Kooperationsfähigkeit und Selbsttranszendenz. Diese Grundfähigkeiten werden in der Narzissmusforschung als Orientierungen für eine gesunde Erziehung genommen. Narzissmus ist eine „krankhafte“ Persönlichkeitsstruktur, die nur sich selbst als den Mittelpunkt wahrnimmt (Selbstidealisierung), den Anderen abwertet und vorwiegend eine Selbstimmanenz betreibt. Die Folge ist eine Beziehungsunfähigkeit und eine rücksichtslose Ausbeutung der Umwelt und der Menschen. Früher glaubte man, dass Narzissten durch eine zu strenge, harte Erziehung gebildet werden. Heute geht die Forschung davon aus, dass es genau umgekehrt ist. Narzissten werden durch eine „grenzenlose“ Vorstellung von Erziehung geschaffen. Alle oben genannten drei Fähigkeiten haben mit den Grenzen zu tun. Um ein Bewusstsein für sich selbst zu gewinnen, braucht es die Vorstellung, wieviel „gut“ für eine Beziehung zu einem anderen Menschen ist. Das wäre die Selbstkontrolle. Die Notwendigkeit zusammenzuarbeiten und sich gegenseitig zu helfen gewinnen Menschen, indem sie sehr früh mitarbeiten und Verantwortung übernehmen dürfen. Das wäre die Kooperationsfähigkeit. Um mit Schwierigkeiten zurecht zu kommen, braucht es die Kraft über das Gegebene hinaus zu denken und fühlen. Wir brauchen Visionen und einen Glauben, dass diese uns stärken. Wir brauchen die Vorstellung, dass es eine höhere Kraft in unserem Leben gibt, die uns trägt. Dies wird im alltäglichen Umgang mit Krisen gestärkt. Wenn Kinder aktuell voll Angst vor der Zukunft sind, braucht es Geschichten, die wir ihnen vorlesen können, in denen etwas Zaubenhaftes geschieht. Kinder brauchen diese „Magie“, um eine Vorstellung von dieser höheren Kraft zu entwickeln. Das nennt sich Selbsttranszendenz. Werden Kinder maßlos bewundert, gelobt und grenzenlos auf andere Kinder losgelassen, ergreifen Eltern keinerlei Korrekturen im Verhalten der Kinder, entwickeln sie keine Selbstkontrolle. Es entsteht eine „Selbstidealisierung“. Wird Kindern vermittelt, dass Erwachsene und Kinder hauptsächlich nützlich sind, so entsteht eine „Fremdabwertung“. Alle, die nicht nützlich sind, werden in die Kategorie „Abfall“ gespeichert. Die Anderen, wie die Welt, sind dafür da, um dem Narzissten zu dienen. Wenn Kindern vermittelt wird, dass alles aus ihnen heraus und für sie geschieht, entsteht eine Selbstbezogenheit, die sich in der klassischen Opferhaltung widerspiegelt: „Alle Welt ist gegen mich!“. Das „Transzendente“ sind für sie die zurechtgelegten Rollenbilder. Wie fatal sich das auswirkt, erleben Sie gerade öffentlich an einigen Männern und Frauen, die sich selbst als die Landesväter vermitteln, Kritiker oder andere Ansichten mit Abwertung besetzen und immer wieder sich selbst als die Überwinder der Sterblichkeit darstellen.

Sie haben es also in der Hand, wie ihr Kind später sein wird. In diesem Sinn kann ich Sie nur ermutigen, offen und klar mit Ihrem Kind die Grenzen abzustecken, es sehr früh zum Mithelfen zu bewegen und ihrem Kind immer wieder zu verdeutlichen, dass wir nicht aus uns selbst heraus existieren können. Dazu sind diese Krisen gut. Sie ermöglichen, in einer tiefen Beziehung zu ihrem Kind, die eigenen narzisstischen Anteile zu erkennen und mit ihnen zu arbeiten.

Ich bitte darum, dabei die wichtige Entwicklungsphase des Kindes, in denen stark narzisstische Züge ausgetestet werden, nicht als Grundcharakter des Kindes zu verstehen. Doch diese Phase, 3.-6. Lebensjahr, verbunden mit einer wunderbaren Grandiosität, gibt Ihnen und dem Kind sehr viele Gelegenheiten, die drei Eigenschaften zu üben.

¹ C. R. Cloninger, D. M. Svrakic, T. R. Przybeck: *A psychobiological model of temperament and character*. In: *Arch Gen Psychiatry*. Band 50, 1993, S. 975–990.