



# Eltern-Aktiv

Angebote für Eltern  
an Schulen und Tagesheimen



Platzhalter für  
das Logo Ihrer  
Einrichtung

Inhaltlich und finanziell verantwortet durch das  
**Münchner Bildungswerk** e.V., Deutschlands größte  
Einrichtung der katholischen Erwachsenenbildung.

Im Auftrag und gefördert vom **Referat für Bildung  
und Sport der Stadt München A-4.**

In Kooperation mit  
(hier tragen Sie ggf. den Namen Ihrer Einrichtung ein, in deren  
Namen Sie als Referent/-in vom MBW vermittelt wurden –  
ansonsten löschen Sie diesen Absatz)

Hilfe, mein Kind macht  
was es will !

—

Grenzen setzen,  
aber wie ?

*„Kinder haben ein Recht auf  
gewaltfreie Erziehung.  
Körperliche Bestrafungen, seelische  
Verletzungen und andere  
entwürdigende Maßnahmen sind  
unzulässig.“*

(Neufassung des § 1631 Abs. 2 BGB)

# Das schwierige Thema „Grenzsetzungen“

- Grenzen sind sinnvoll, wenn es sinnvolle Grenzen sind.
- Kinder suchen Grenzen und benötigen sie für ihre Entwicklung.
- Eltern müssen ihre eigenen Grenzen kennen und benennen können.
- Grenzen müssen klar, für alle verständlich und nachvollziehbar sein.
- Zum Grenzen-Setzen gehören immer gegenseitiger Respekt und Achtung.
- Ein verantwortungsvoller Umgang mit Grenzen erfordert Mut.

## Warum sind Regeln notwendig?

- Orientierungshilfe für das Kind
- Vermittlung von Sicherheit und Geborgenheit
- Eltern kommen nicht umhin, Regeln und Grenzen zu setzen

## Wichtige Grundsätze beim Aufstellen von Regeln

- Sich selbst sicher sein, dass es wichtig für das Kind ist! Kein falsches Mitleid.
- Sicherheit ausstrahlen und dem Kind Sicherheit und Schutz gewähren.
- Balance zwischen Sicherheit und Einengung finden.

# Plan zum Grenzen setzen

## Liebevolle Zuwendung als...

- Aufmerksamkeit für positives Verhalten
- Mut machen
- Lob und Ermunterung

### 1. Schritt: Klartext reden!

- Klare Anweisungen geben
- Stimme und Körpersprache kontrollieren
- Technik „Kaputte Schalplatte“

### 2. Schritt: Auf Worte Taten folgen lassen!

- Lernen aus den logischen Folgen
- Die Auszeit
- Grundsätze für die „Taten“

„Wer nicht nein sagen kann, wird krank.

Wer immer allen Erwartungen nachkommen will,  
wird seine Grenze bald schmerzhaft spüren.

Aber nur wer seine eigene Mitte hat, kann auch  
über seine eigenen Grenzen hinauswachsen.

Und nur wer um seine Grenzen weiß, kann auf  
den Anderen zugehen und ihm wirklich begegnen.“

Anselm Grün

*Grenzen setzen heißt gleichzeitig auch:*

**Innovationen** zulassen,  
der **Fantasie** Raum geben und  
**Überraschungen** erlauben.



# Mit Kindern in Verhandlung treten

- Definition des Problems:  
⇒ *Kinder beschreiben ihre Sicht*
- Standpunkt der einzelnen Konfliktparteien:  
⇒ *Nachfragen regen genauere Beschreibungen an, Zusammenfassen*
- Konflikterhellung:  
⇒ *Beschreibung der Gefühle der Konfliktpartner, aktives Zuhören*
- Problemlösung, Sammeln von Lösungsmöglichkeiten, Bewertung:  
⇒ *erst alle denkbaren Lösungen sammeln, dann erst bewerten, Lösungen notieren (schreiben, malen)*
- Vereinbarung, Richtlinienbestimmung:  
⇒ *gemeinsame Lösung wird in Vertrag festgehalten, unterschreiben, neuer Termin*
- Überprüfung, Bewertung der Effektivität:  
⇒ *Lösung bewährt? Änderungen nötig?*

# Vor dem Schaden klug sein...

- **Festen Entschluss fassen, ein Verhalten nicht mehr zu dulden/ ein Verhalten zu fordern**
  - Wähle nur Verhaltensweisen aus, die Dir wirklich wichtig sind – verschleudere Deine Energie nicht!
- **Dem Kind diesen Entschluss mitteilen und es beteiligen**
  - Am besten nicht im Streit, sondern z.B. am Abend in Ruhe!
  - Begründe Deinen Entschluss!  
(Feedback/Ich-Botschaften)
  - Sage, was Du genau erwartest
  - Beteilige das Kind, da es dann eher zur Mitarbeit bereit sein wird. Höre Dir Einwände und Vorschläge ruhig an, noch kannst Du Kompromisse schließen.
  - ...das ist besonders wichtig, wenn Konsequenzen verhandelt werden sollen.
- **Die Umsetzung begleiten**
  - Beobachte genau!
  - Nicht nachlassen!
  - Jede noch so kleine Verhaltensänderung in die richtige Richtung bemerken und loben.
  - Manchmal sind Belohnungen angebracht.
  - Hab Geduld mit Deinem Kind!
  - ...und mit Dir.
- **Für die Zukunft sorgen**
  - Merke Dir, wie Du das geschafft hast; erzähle Deinem Partner, Deiner Freundin davon.
  - Lobe und belohne Dich.

# Schlussgedanke

Wenn es das nächste Mal bei meinem Kind  
um das Thema „Grenzen setzen“ geht,  
werde ich...

# Tanja Leikert

Pädagogik, Eltern- und Teambberatung



Tanja Leikert  
t 0151 / 11656179  
e [tanja.leikert@web.de](mailto:tanja.leikert@web.de)



## **Eltern-Aktiv**

Angebote für Eltern  
an Schulen und Tagesheimen

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Weitere Informationen zum kostenlosen  
Elternangebot „Eltern-Aktiv“ finden Sie auf der  
Homepage des Münchner Bildungswerks

[www.muenchner-bildungswerk.de](http://www.muenchner-bildungswerk.de)

Mails an:

[eltern-aktiv@muenchner-bildungswerk.de](mailto:eltern-aktiv@muenchner-bildungswerk.de)