

Diplomlehrgang
Familienmentorin 2012/2013

Diplomarbeit
Thaler Sybille

Thema:

Kindern

Grenzen setzen-konsequent bleiben-Freiheit lassen

Klagenfurt, Juni 2013

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	3
2. Grenzen	4
2.1 Was sind Grenzen?	4
2.2 Soll man Grenzen setzen?	4
2.3 Sind Grenzen wichtig?	4
2.4 Ab welchem Alter können/sollen Grenzen gesetzt werden?	5
3. Konsequenzen	6
3.1 Was sind Konsequenzen?	6
3.2 Konsequenz sein und danach handeln	6
3.3 Achtsamkeit bewahren	6
4. Freiheiten	8
4.1 Was sind Freiheiten?	8
4.2 Wie werden Freiheiten sinnvoll eingesetzt?	9
4.3 Die Kunst Vertrauen zu geben	9
5. Schlusswort	10
6. Literaturempfehlungen zur Diplomarbeit hier kurz erklärt:	11
6.1 Emmi Pikler	11
6.2 Rudolf Steiner	11
6.3 Maria Montessori	11
6.4 Jesper Juul	11
6.5 Jan- Uwe Rogge	11

1. Einleitung

Schon zu Beginn meiner Ausbildung zur Familienmentorin beschäftigte mich die Frage, welches Thema ich für meine Diplomarbeit nehmen werde. Mein Interessensgebiet ist sehr groß, aber immer wieder, beruflich wie auch privat werde ich mit Grenzen, Grenzüberschreitung, missachten der Grenzen bis hin zum ignorieren der Grenzen konfrontiert. Grenzen sind Regeln, die wenn man es genau nimmt, immer und überall beachtet werden müssen.

Dies beginnt schon bei der Geburt. Dem Baby wird es zu eng im Bauch der Mutter, es ist ausgereift, "fertig", bereit, geboren zu werden. Die erste „Grenze“ ist erreicht. Das Baby hat Bedürfnisse, auf die eingegangen wird. Doch auch da gibt es Regeln und Grenzen, die eingehalten werden müssen, von der Pflege bis zur Versorgung. Die Mutter gibt dem Baby Sicherheit, Geborgenheit, Liebe und ist im Idealfall emphatisch mit dem Baby. Die Mutter spürt und erkennt durch beobachten ihres Kindes welche Bedürfnisse ihr Kind gerade hat und was es braucht. Durch den liebevollen Umgang mit dem Baby, wird das Band zwischen Mutter und Kind gestärkt und gefestigt, es entsteht eine Bindung. Bereits hier wird der Grundstein für die weitere Entwicklung des Kindes gelegt.

Grenzen und Regeln begleiten den Mensch vom Anfang bis zum Ende. Ein wesentlicher Aspekt ist die eigene Klarheit dem Anderen gegenüber, ob Kind oder Erwachsener. Ich muss wissen was ich will, muss in meinem Tun und Handeln ich selbst sein. Besonders Kleinkinder spüren, wenn man als Erwachsener unsicher ist und nicht genau weiß was man will oder die Aufmerksamkeit dem Kind nicht gibt die es braucht.

Respekt und Achtung dem Kind gegenüber sind weitere sehr wesentliche Aspekte, die dazu beitragen ein friedliches, harmonisches und ausgeglichenes Leben mit Kindern zu führen.

Grenzen müssen immer wieder neu gesetzt, überdacht und der jeweiligen Situation angepasst werden. In jeder Familie gibt es andere Grenzen, diese richten sich nach dem Alter und der Entwicklung des Kindes.

2. Grenzen

2.1 Was sind Grenzen?

Grenzen teilen Bereiche von unterschiedlichen Formen ab, es bedeutet einen bestimmten Standpunkt zu haben und diesen zu vertreten. Grenzen geben den Kindern Sicherheit und Geborgenheit, da diese immer klar und bestimmt definiert sind.

2.2 Soll man Grenzen setzen?

Kinder brauchen Grenzen um sich sicher zu fühlen, geben Halt und Verlässlichkeit, vermitteln Struktur und geben Schutz. Für sie ist es wichtig, dass es keinen Widerspruch von Wort zur Tat gibt.

Für viele Eltern bedeutet „den Kindern Grenzen setzen „ leider immer noch, die Kinder einengen, sie bevormunden, keine eigene Meinung zulassen, kein eigener Wille - wie damals noch in der Generation unserer Großeltern, wo Disziplin und Gehorsam, die sogenannten „guten alte Werte,, einen sehr großen Stellenwert einnahmen.

2.3 Sind Grenzen wichtig?

Kinder brauchen eine sichere, stabile Umgebung um sich frei entfalten zu können. Sie brauchen Struktur, Regeln, Grenzen, Sicherheit und Vertrauen um sich dann im späteren Leben zurechtfinden zu können. Grenzen sind natürlich auch dazu da, um auszutesten, wie weit sich die Grenzen verschieben lassen, oder aber auch um zu sehen was geschieht, wenn man sich nicht daran hält. Im täglichen Umgang mit Anderen gehören bestimmte Umgangsformen und Regeln zur Grundlage des Lebens.

2.4 Ab welchem Alter können/sollen Grenzen gesetzt werden?

Je früher man damit beginnt dem Kind Grenzen zu setzen, je sicherer und beschützter fühlt sich das Kind. Bereits der Säugling kann anhand der Reaktion des Gesichtsausdruckes und der Mimik der Mutter das eigene Verhalten erkennen. Meist wird dem Säugling sein Verhalten gespiegelt. Ein Baby beobachtet sehr genau die Mimik der Mutter und kann so, sehr gut sein Verhalten erkennen. Mit zunehmendem Alter verändern sich die Grenzen und Bedürfnisse. Jedes Kind ist anders und hat seine Stärken und Schwächen. Kinder sind sehr individuell, einige brauchen viel Sicherheit und Zuwendung, Andere sind schon sehr früh selbstsicher und selbstständig.

Aber alle Kinder brauchen Aufmerksamkeit, Interesse, Fürsorge, Unterstützung und Achtung. Kinder erziehen sich auch selbst, sie beobachten, vergleichen und ahmen nach. Sie setzen das Gesehene um und versuchen es immer wieder. Kleine Kinder brauchen sehr viel Körperkontakt und Autonomie. Der Körperkontakt vermittelt den kleinen Kindern Sicherheit, gibt ihnen Halt und beim nächsten Versuch schaffen sie es dann schon ganz alleine. Immer wieder wiederholende Handlungen auch Rituale genannt, geben den Kindern Vertrauen. Positive Unterstützung der Eltern schaffen bei den Kindern Sicherheit und Selbstvertrauen.

3. Konsequenzen

3.1 Was sind Konsequenzen?

Konsequenz ist die Folge einer Handlung, wo Grenzen überschritten wurden, dies darf aber nicht mit Strafe gleichgesetzt werden. Eine Konsequenz wird im Vorhinein mit dem Kind besprochen und festgelegt. Dies darf und soll aber nicht zur Endlosdiskussionen mit dem Kind führen. Ein Kind braucht dem Alter entsprechend klare, kurze und vor allem verständliche Erklärungen. Somit gibt man dem Kind die Möglichkeit sich an die vorgegebenen Grenzen zu halten oder auch nicht und die damit verbundenen Konsequenzen zu tragen.

3.2 Konsequenz sein und danach handeln

Für Eltern ist es nicht immer leicht konsequent und standhaft zu bleiben. Die Kinder haben sehr oft die unterschiedlichsten Methoden die vorgegebenen Regeln zu brechen und die Grenzen zu überschreiten. Kinder sind da sehr erfinderisch und wissen genau, wann und in welcher Situation sie die Eltern überlisten können. Es erfordert sehr viel Selbstdisziplin, Eigenverantwortung, Vertrauen und auch authentisch mit sich selber sein.

Für Kinder ist es ganz wichtig, dass sie sich auf die von den Erwachsenen vorgegebenen Regeln und Grenzen verlassen können. Das gibt Ihnen Sicherheit und Vertrauen.

3.3 Achtsamkeit bewahren

Kinder schenken ihren Eltern Aufmerksamkeit, Liebe und grenzenloses Vertrauen, da die Eltern im Normalfall die ersten Bezugspersonen des Kindes sind. Das erfordert von den Eltern Achtsamkeit dem Kind gegenüber. Denn nur wenn das Kind Achtsamkeit, Liebe und Respekt von den Eltern erfährt, ist es auch in der Lage dies den Eltern und später anderen Erwachsenen zurückzugeben.

Kinder sind vom ersten Augenblick an eigenständige Persönlichkeiten, die unterstützt, beschützt und mit Achtung durchs Leben begleitet werden möchten.

Leider werden Kinder oft als eine Art „Besitz“ angesehen. Sie sollen den Erwartungen der Eltern entsprechen bzw. die Erwartungen der Eltern erfüllen. Oft geschieht dies auch unbewusst. Es sind gelegentlich die Wünsche der Eltern die diese gern erfüllt bekommen hätten, dies aus unterschiedlichen Gründen nicht möglich war und das sie jetzt von ihren Kindern verlangen.

Ganz schlimm ist es, wenn Kinder gedemütigt werden und deren Verhalten ins lächerliche gezogen wird. Die Kinder bemühen sich und geben das Beste, doch manchmal gelingt es ihnen nicht, so wie sich die Eltern das vorstellen.

Die Eltern brauchen ganz viel Einfühlungsvermögen und sollen ihre Kinder ganz genau beobachten um sie in ihrer Entwicklung stützen und stärken zu können. Die positiven Handlungen der Kinder fördern und den Kindern mit Respekt und Achtsamkeit gegenüberzutreten.

Aber auch als Erwachsener darf man Fehler machen. Es sollte jedoch jeder die Stärke besitzen und seine Fehler eingestehen und auch dem Kind gegenüber zugeben, darüber sprechen können und sich gegebenenfalls auch zu entschuldigen.

4. Freiheiten

4.1 Was sind Freiheiten?

Bei meinen Beobachtungen ist mir aufgefallen, dass schon die Neugeborenen in ihren Freiheiten eingeschränkt werden. Schon sehr früh wird der Säugling in den Autositz gegeben, in dem er oft stundenlang verbringen muss, z.B. beim Autofahren, zu Hause als Wippe verwendet oder auch als Schlafstätte, da das Baby eingeschlafen ist und man es nicht „aufwecken“ will. Die Bewegungsfreiheit ist dadurch sehr eingeschränkt. Auch das gut gemeinte Spielzeug, welches am Autositz, Kinderwagen oder Kinderbett angebracht ist, soll das Kind zum Greifen und Schauen animieren. Etwas später kommt dann der sogenannte Laufwagen dazu. Dabei wird außer Acht gelassen, dass dem Kind die Möglichkeit, des selbst Entdeckens und Erforschen genommen, wird.

Diese Freiheiten beschränken sich nicht nur auf die körperlichen Bedürfnisse, sondern auch auf die seelischen und geistigen Bedürfnisse.

Seelische Bedürfnisse sind: Bindung, Schutz, Grenzen, Stabilität, Rhythmus, Zuneigung, Autorität, Liebe, elterliche Führung, Ordnung, Wertschätzung usw.

Geistige Bedürfnisse: Wachstum nach Krisen, Entwicklung, Achtung, Respekt, Sinn, Anerkennung, Klarheit usw. um nur einige zu nennen.

Zitat von Jostper Juul:

„Will ich ein lebendiges oder ein gehorsames Kind? Will ich ein gesundes oder ein nettes Kind? Betrachte ich mein Kind als Projekt, mit dem ich ein bestimmtes Ziel verfolge – oder als eigenständige Persönlichkeit, die ich respektiere wie einen Erwachsenen Menschen auch?“

4.2 Wie werden Freiheiten sinnvoll eingesetzt?

Dem Alter der Kinder entsprechend soll schon im Säuglingsalter die Möglichkeit geschaffen werden, den Kindern die Freiheiten zu geben die sie brauchen. Und mit zunehmendem Alter müssen diese Freiheiten verändert werden, wie auch die Grenzen. Kein Kind darf einer Gefahr ausgesetzt werden. Die Sicherheit und Stabilität muss/soll immer gewährleistet sein.

4.3 Die Kunst Vertrauen zu geben

Gegenseitiges Vertrauen muss langsam aufgebaut werden und wachsen. Es braucht Zeit um einander kennen zu lernen, zu achten und zu respektieren. Bereits im Säuglingsalter wird der Grundstein für Vertrauen gelegt. Ein Baby lernt der Mutter zu vertrauen und in weiterer Folge den anderen Personen, die in Kontakt mit dem Kind stehen.

5. Schlusswort

Durch meinen Beruf als Familienhelferin bin ich tagtäglich in Familien mit Kindern konfrontiert, die auf meine Hilfe und Unterstützung angewiesen sind. Als ich zum ersten Mal von der Möglichkeit gehört habe, sich zur diplomierten Familienmentorin ausbilden zu lassen, war ich einfach begeistert. Der Folder mit der genauen Beschreibung der einzelnen Module bestätigte mir mein Vorhaben diesen Lehrgang zu besuchen. Bereits zu Beginn der Ausbildung war ich davon überzeugt, das Richtige für mich gefunden zu haben und das kann ich nun zum Lehrgangsabschluss nur noch einmal bestätigen.

Die bearbeiteten Themen Grenzen setzen in Verbindung mit Konsequenz und Freiheit waren wesentliche Punkte meiner Diplomarbeit. Durch meine praktische Erfahrung und die Auseinandersetzung mit der bereits angeführten Literatur konnte ich einen guten Einblick über die Probleme, die in Familien herrschen, geben. Die angeführten Beispiele sollen eine Hilfestellung für alle sein, um bewusst mit Grenzen umzugehen und diese zur richtigen Zeit zu erkennen.

Wie bereits erwähnt ist für die positive Entwicklung jedes Kindes Konsequenz und Freiheit von größter Bedeutung. Gerade in der Arbeit mit Kindern sollte man im Umgang darauf achten.

Da ich selber sechs Kinder habe und ich zu jedem Einzelnen von ihnen eine sehr gute Bindung habe, ist es mir ein besonderes Anliegen mein Wissen und meine Erfahrungen weiterzugeben. Auch wenn ich schon sehr viel weiß und immer wieder Seminare und Fortbildungen besucht habe und weiter besuchen werde, gibt es immer noch Neues zu entdecken und erfahren.

6. Literaturempfehlungen zur Diplomarbeit hier kurz erklärt:

6.1 Emmi Pikler

Die ungarische Kinderärztin Emmi Pikler fragte sich vor über 70 Jahren, was ein gesundes Kind braucht, um sich gut zu entwickeln. Und sie fand Antworten, die auch heute noch topaktuell sind. Die nach ihr benannte Pikler-Pädagogik durfte ich im Rahmen meiner Ausbildung kennenlernen.

Die vier Prinzipien der Pikler-Pädagogik:

- Respekt vor der Eigeninitiative des Kindes und die Unterstützung seiner selbstständigen Tätigkeit,
- Unterstützung einer stabilen persönlichen Beziehung des Kindes zu relativ wenigen, aber vertrauten Bezugspersonen,
- Bestreben, dass sich jedes Kind angenommen und anerkannt fühlt,
- Förderung des optimalen körperlichen Wohlbefindens und der Gesundheit des Kindes.

6.2 Rudolf Steiner

Rudolf J. L. Steiner (1861-1925) war ein österreichischer Esoteriker und Philosoph. Er begründete die Anthroposophie, eine esoterische Weltanschauung. Die Entwicklung des Menschen erfolgt im 7 Jahres Rhythmus.

6.3 Maria Montessori

Die erste italienische Kinderärztin und Pädagogin (1870-1952) war Maria Montessori, sie appellierte damals schon an Eltern ihr Kind in seiner Einmaligkeit als Mensch ernst zu nehmen, es nicht als Werkzeug ihres Willens zu missbrauchen und vor allem auf seinen Selbstbildungstrieb zu vertrauen. „Hilf mir es selbst zu tun“

6.4 Jesper Juul

Er ist Lehrer, Familientherapeut, Konfliktberater und Autor (geb.1948), entwickelte eine eigenständige Therapie und Beratungsform in der Kurzzeitintervention mit der ganzen Familie, handlungsorientiert und praxisnah.

6.5 Jan- Uwe Rogge

Er ist Familien und Kommunikationsberater und auch Autor.