

"Meine Grenzen - Deine Grenzen"

Ein Familylab-Referat basierend auf den Grundhaltungen von
Jesper Juul



Wenn es um Erziehung geht, wird sowohl von Eltern als auch von Fachpersonen immer wieder gefordert, den Kindern Grenzen zu setzen. Das ist wichtig, nicht nur in der Erziehung, sondern ganz allgemein dort, wo Menschen miteinander in Beziehung stehen. Unsere Grundhaltung unterscheidet sich aber wesentlich vom allgemeinen Ruf nach Grenzen.

Unserer Ansicht nach, die geprägt ist vom Ansatz von Jesper Juul, geht es darum, die *eigenen Grenzen* klar und persönlich zu kommunizieren und das Kind zu ermutigen, dasselbe zu tun und eben gerade *nicht* darum, *dem Kind* Grenzen zu setzen. Diese Umkehrung bedingt einerseits, dass wir unsere eigenen Grenzen kennen und sie uns zugestehen. Andererseits müssen wir lernen damit umzugehen, wenn das Kind seine eigenen Grenzen deutlich macht.

Inhalte:

- Eigene Grenzen wahrnehmen und dazu stehen (Integrität/Eigenverantwortung)
- Eigene Grenzen *persönlich* kommunizieren (Persönliche Grenzen, persönliche Sprache)
- Was wenn mein Kind meine Grenzen und die anderer nicht respektiert? Woran liegt es und wie gehe ich damit um?
- Wenn mir mein Kind *seine* Grenzen deutlich macht: Was löst es bei mir aus und wie gehe ich mit meiner Reaktion um?

Referentin:

Maya Risch

Praxis für Beziehungskompetenz
Familienberaterin, Kindergärtnerin
familylab Seminar- und Elterngruppenleiterin