

Leseprobe aus:

**Jan-Uwe Rogge**

# **Eltern setzen Grenzen**



Mehr Informationen zum Buch finden Sie auf [rowohlt.de](http://rowohlt.de).

# INHALT

|                            |   |
|----------------------------|---|
| Statt eines Vorworts ..... | 7 |
|----------------------------|---|

## 1

### GRENZEN SETZEN IST (K)EIN KINDERSPIEL

|                 |   |     |
|-----------------|---|-----|
| Kapitel 1 ..... | Vom Umgang mit Fehlern                            | 17  |
| Kapitel 2 ..... | Erwartungsdruck macht unsicher                    | 31  |
| Kapitel 3 ..... | Kinder hören nicht auf «gute» Worte               | 39  |
| Kapitel 4 ..... | Von der Entmutigung durch Grenzen                 | 51  |
| Kapitel 5 ..... | Partnerschaft und Autorität –<br>kein Widerspruch | 65  |
| Kapitel 6 ..... | Mitgefühl! Nicht Mitleid!                         | 81  |
| Kapitel 7 ..... | Konsequenzen sind keine Strafen!                  | 91  |
| Kapitel 8 ..... | Unterschiedliche Erziehungsstile                  | 105 |
| Kapitel 9 ..... | Grenzen – ab welchem Alter?                       | 117 |

## 2

### AGGRESSIONEN FORDERN HERAUS

|                  |  |     |
|------------------|--|-----|
| Kapitel 10 ..... | Gewalt im Spiel – Spiele der Gewalt        | 151 |
| Kapitel 11 ..... | Symbole der Gewalt: Actionfiguren          | 171 |
| Kapitel 12 ..... | Über den Umgang mit Kraftausdrücken        | 185 |
| Kapitel 13 ..... | Gewalttätige Jungen? Friedfertige Mädchen? | 203 |

**KINDER UND GRENZERFAHRUNGEN**

|                   |                                  |     |
|-------------------|----------------------------------|-----|
| <b>Kapitel 14</b> | Sexualität im Alltag von Kindern | 223 |
| <b>Kapitel 15</b> | Missbrauchte Grenzen             | 261 |
| <b>Kapitel 16</b> | Kind, Tod und Trauer             | 275 |
| <b>Nachwort</b>   | Rituale geben Halt               | 304 |
| <b>Literatur</b>  |                                  | 317 |

## STATT EINES VORWORTS

Ein Pfarrer kündigt im Anschluss an seine sonntägliche Predigt die Veranstaltungen der kommenden Woche an. Vor ihm sitzt eine Familie, links der Vater, rechts die Mutter, in der Mitte der knapp sechsjährige Roman. Als der Pfarrer besonders auf eine Lesung von Jan-Uwe Rogge mit dem Titel «Kinder können fernsehen» hinweist, sieht dieser, wie ein Lächeln über Romans Gesicht huscht. Roman blickt kurz nach rechts, dann nach links. Die Mimik seiner Eltern verrät nichts. Sie sitzen unbeweglich da.

Als der Pfarrer seine Gemeinde mit Handschlag und persönlichen Worten verabschiedet, kommt auch Roman, seine Eltern gehen einen kleinen Schritt hinter ihm. Roman gibt dem Pfarrer die Hand, hält sie kurz fest. Dann blickt er zu ihm auf: «Herr Pfarrer! Ist das richtig, kommt da einer und sagt, ich kann fernsehen?» Voller Erwartung heften sich seine Augen an die Lippen des Pfarrers: «Ja, Roman, da kommt einer und liest aus seinem Buch <Kinder können fernsehen>.» Ein Lächeln spielt um Romans Mund. Seine Augen leuchten. Er dreht sich zu den Eltern, überlegt einen kurzen Augenblick. Dann räuspert er sich, bevor er dem Pfarrer mit Nachdruck in der Stimme sagt: «Herr Pfarrer, sagen Sie meinen Eltern doch, sie müssen da unbedingt hingehen! Sie glauben gar nicht, wie schlimm das bei mir zu Hause mit dem Fernsehen ist. Ich darf fast nicht fernsehen. Und ich bin doch schon groß.» Die Eltern kamen – auch ohne die Fürsprache des Pfarrers.

Jahre später. Eine Lesung aus dem Buch «Kinder brauchen Grenzen». Romans Eltern sind anwesend, sie kommen auf mich zu, begrüßen mich lachend. Sie haben einen Brief dabei. «Von Roman», erklärt die Mutter schmunzelnd.

«Soll ich ihn lesen? Jetzt gleich?», frage ich.

«Wenn Sie wollen! Ich weiß nicht, was darin steht.» Ich bin neugierig, reiße den Umschlag schnell auf, hole einen Brief heraus: «Lieber Herr Rogge», steht da, «Kinder können fernsehen war toll. Ich durfte mehr sehen als vorher. Nicht viel mehr, aber ein bisschen. Das war gut. Aber Sie müssen jetzt mal ein Buch schreiben <Eltern brauchen Grenzen>. Meine Mutter hat <Kinder brauchen Grenzen> gelesen, und die ist jetzt ganz anders. Du hast so viele Tricks von uns Kindern einfach verraten. Aber ich hab mir schon viele neue ausgedacht, die verrate ich Dir nicht. Und dann weiß Mama nicht, was sie tun soll, weil das ja nicht in Deinem Buch drinsteht. Und manchmal schimpfte sie auf Dich, weil das, was Du schreibst, nicht klappt. Dann ist sie wütend – nicht auf mich, auf Dich. Aber Dein Buch ist auch gut, weil irgendwie sind Mama und Papa jetzt besser zu mir. Weil, wenn ich jetzt mal rumnerve, sagen die mal laut: <Nein, Roman!> Und wenn Du mal ein Buch schreibst, Eltern brauchen Grenzen, verrat ich Dir eine ganze Menge, wie man Eltern ärgern kann.»

In der Folge meiner Lesungen, Vorträge und Seminare zum Grenzsetzen habe ich eine Vielzahl an Reaktionen bekommen – von Eltern, von Großeltern, von Kindern. Es gab Zustimmung. Ich habe erfahren, wie Eltern meine Lösungen und meinen Rat übernahmen und mit mehr, manchmal weniger Erfolg im Erziehungsalltag umsetzten. Und Eltern haben mir ihre Ideen verraten, die sie selbstbewusst und im Vertrauen auf eigene Fähigkeiten anwandten. Es gab auch Einwände und Kritik, es kamen wenige – meist anonyme – Beschimpfungen. Man

äußerte Wünsche nach einer Fortsetzung bzw. inhaltlichen Erweiterung des «Grenzen»-Buches, das einige Bereiche des Familien- und Erziehungsalltags nicht oder nur ganz am Rande thematisiert. Mir waren diese Lücken bewusst. Bücher haben Grenzen, wollen sie lesbar bleiben.

«Eltern setzen Grenzen» greift Fragen auf, die Eltern und Pädagogen während der Lesungen, in Seminaren und Beratungen gestellt haben, auf die ich in «Kinder brauchen Grenzen» eher am Rande eingegangen bin:

- » Wie geht man mit Fehlern in der alltäglichen Erziehungspraxis um? Wie bleibt man bei sich selber, ohne dem Erwartungsdruck von außen nachzugeben? Und: Kann man partnerschaftlich erziehen und gleichzeitig eine Autorität für das Kind sein?
- » Wo liegen die Unterschiede zwischen Konsequenzen und Strafen? Hält ein Kind unterschiedliche Erziehungsstile, z.B. von Vater und Mutter, aus?
- » Häufig werde ich gefragt, ab wann Kindern Grenzen zu setzen sind, würden jüngere Kinder den Sinn von Grenzen doch noch nicht verstehen. Wie kann man also jüngeren Kindern den Sinn von Grenzen verdeutlichen?
- » Helfen deutliche und klare Grenzen Kindern bei der Sinn- und der Kultivierung ihrer Aggressionen? Führen enge bzw. zu weit gesteckte Grenzen zu zerstörerischen Aggressionen?
- » Brauchen Kinder Monsterfiguren und Spiele mit Waffen? Sind Verbote in der Lage, Grenzen zu setzen, oder führen Verbote zu Heimlichkeiten?
- » Heranwachsende brauchen Orientierung. Sie wünschen Sinn. Gleichzeitig erleben sie einen unübersichtlichen und unkalkulierbaren Alltag. Welche lebendigen und mit Inhalt gefüllten Rituale können Kindern Halt vermitteln?

- » Kinder wachsen in einer Welt auf, die dem Realitätsprinzip verpflichtet ist. Dies überfordert sie. Kinder nehmen Wirklichkeit jedoch ganzheitlich wahr – mit allen Sinnen, durchdrungen von Phantasie, Magie und Mythos. Erwachsene grenzen die magisch-phantastische Sichtweise von Kindern dagegen aus. Sie engen Kinder ein. Magie und Phantasie überschreiten Grenzen, lassen Unmögliches wahr werden. Sie schaffen eine ganz subjektive Wirklichkeit, die Kinder erst lebensstüchtig macht. Welche Chancen bieten magische Kräfte den Kindern, Grenzen zu finden, um mit Alltags- und Beziehungskonflikten auf eine ganz eigene Weise umzugehen?
- » Kinder erleben Grenzerfahrungen, die sie erniedrigen. Das Recht des Kindes auf physische Unversehrtheit ist nicht allein durch Kriege oder durch Katastrophen in Frage gestellt. Auch der sexuelle Missbrauch missachtet den Respekt vor dem Körper des Kindes und wird deshalb öffentlich diskutiert. Sexuell missbrauchte Kinder haben das Recht auf umfassende Fürsorge. Genauso wichtig erscheint es, Kinder dabei zu unterstützen, sich und ihren Körper *eigenständig* zu schützen, um selbstbewusst Körpergefühl und Sexualität zu leben. Welche Möglichkeiten bieten sich hier Eltern?
- » Krankheit gehört zum Leben wie der Tod. Krankheit und Tod bringen Grenzerfahrungen mit sich, die Kindern vorenthalten werden, weil ihre Eltern Probleme damit haben. Kinder, gerade jüngere Kinder, brechen Tabus, sie brauchen und wollen vielfältige Erfahrungen – und der Tod gehört dazu. Wie können Eltern auf Fragen nach dem Tod eingehen, ohne Kinder zu überfordern, und sie zugleich in ihrem Wunsch nach Wahrhaftigkeit ernst nehmen?

Die Antworten auf diese Fragen werde ich in Geschichten verdeutlichen – manchmal stillen, manchmal schrillen, manchmal zum Lachen anregenden Situationen und Erlebnissen aus dem Alltag.

«Warum», so bin ich wiederholt gefragt worden, «schreiben Sie lustige Geschichten über so ernsthafte Themen?» – «Was haben Sie gegen Lachen?», entgegne ich dann. Ich bin überzeugt: Lachen befreit, es setzt Erkenntnisse in Gang. Lachen erleichtert es, sich in seinen Unzulänglichkeiten anzunehmen. Die Geschichten, die ich erzähle, entstammen meinen Beobachtungen aus Praxisberatungen, Seminaren, Alltagssituationen, Rollenspielen und Erzählungen von Eltern und Kindern. Sie sind von mir zusammengefasst, auf den – wie es so schön heißt – Punkt gebracht. Manche Namen und Situationen sind verfremdet, andere Familien und Anlässe sind authentisch wiedergegeben.

«Ihre Geschichten», hielt mir ein Vater anlässlich einer Lesung vor, «sind voller Klischees und Vorurteile. Gut, das brauchen Sie wohl, damit bestimmte Dinge klarwerden.» Er unterbricht, lächelt: «Ich muss Ihnen mal eine *ganz wirkliche* Geschichte erzählen, die mir neulich passiert ist.» Und er fängt an, von dem Besuch eines abendlichen Vortrags über ein pädagogisches Thema zu erzählen. Der Saal sei voll gewesen. Eine gespannte Aufmerksamkeit habe geherrscht. Ein Elternpaar habe in der letzten Reihe gesessen, gemeinsam mit ihren beiden Kindern, vier und fünf Jahre alt. Nach zehn Minuten wären die Kinder aufgestanden, hätten sich von den Eltern gelöst.

«Stellen Sie sich vor», sagt der Vater zu mir, «die haben Legosteine dabeigehabt, damit gespielt. Anfangs leise, dann immer lauter, bis sie schließlich hin und her rannten. Die Eltern haben nichts gesagt.» – «Und Sie?», will ich wissen.

«Ich konnte den Vortrag ja noch verstehen!» Ich lache.



«Ist ja schon gut!», meint er, mit beiden Händen abwinkend.

«Wie ging's weiter?» Ich bin neugierig.

«Die Kinder haben gespielt. Mal lauter, mal leiser. Keiner hat was gesagt!» – «Kannten Sie die Eltern?», frage ich.

«Klar!» – «Und?» Ich ahne, was kommt.

«Er ist Arzt mit therapeutischer Ausbildung, sie Lehrerin.» Ich schmunzle: «Wenn ich diese Geschichte erzählt hätte, was hätten Sie gedacht?» Er, ganz spontan: «Ausgedacht hat er sich die Geschichte. So viele Klischees und Zufälle kann es gar nicht geben.»

Meine Veranstaltungen waren hervorragend besucht, zogen insbesondere jüngere Eltern an. Ja, ich gewann den Eindruck, als ob ich manchmal den Status eines pädagogischen «Gurus» erhielt, der zeigt, wie man Fehler in der Erziehung vermeiden kann, eines Rezeptgebers, der formuliert, wie eine ideale, störungsfreie Erziehung funktioniert. Um es vorwegzunehmen: *Es gibt keine perfekte, ständig reibungslos sich entwickelnde Erziehungsbeziehung.* Zu kompliziert sind die Situationen, zu verschieden sind die Menschen, mal ganz abgesehen von materiellen, sozialen, ökonomischen oder kulturell verschiedenen Rahmenbedingungen. *Deshalb hilft nicht jeder Rat.* Dazu sind die Kinder, die Eltern-Kind-Beziehungen, dazu sind Alltagsabläufe zu unterschiedlich, unvergleichbar, unwägbar.

Als eine Mutter mir erzählte, in Krisensituationen frage sie sich, was ich wohl jetzt sagen würde, stockte mir der Atem. Genau dies will ich nicht. Den anderen Menschen in seinen Fehlern annehmen bedeutet für mich, mir meiner eigenen Fehler bewusst zu sein.

Manche meiner Unzulänglichkeiten mag ich so sehr, dass ich darauf nicht verzichten möchte. Sie sind kleine Geschenke, die

mir zeigen, an mir zu arbeiten – aber so, dass ich unverwechselbar bleibe.

Meine Bücher, meine Ideen, meine Geschichten wollen ermutigen, den ganz unverwechselbaren Weg in der Beziehung zu Kindern zu entwickeln, sie wollen nicht abhängig machen von dem Fachmann. Sie möchten Verantwortung an die Eltern zurückgeben, die vielfältigen Erfahrungen der Eltern im Umgang mit ihren Kindern ernst nehmen. Meine Tipps sind vergleichbar mit der Beschreibung von Wanderrouten. Ich biete Wegmarkierungen an, Hinweise, wie das Ziel erreicht werden kann, mal mit Umwegen, mal auf direktem Weg.

Aber gehen müssen die Eltern und Leser allein. Was mich ermutigt, sind Briefe von Eltern, in denen sie über ihren ganz eigenen Weg in der Erziehung selbstbewusst berichten, wie ihnen mein Buch Hilfe war, eine individuelle Erziehungsbeziehung zu entwickeln. Wege in der Erziehung entstehen beim Gehen. Und da das Gehen niemals geradlinig verläuft, vielmehr von Umwegen, Sackgassen, von Stillstand und Rückschritt gekennzeichnet ist, sind Wege nicht im Vorhinein zu planen. Eine Kindererziehung, eine Eltern-Kind-Beziehung, die nach einem festgelegten Plan verlaufen soll, endet nicht selten in Machtkampf, in Chaos, in hilflos-beleidigter Wortlosigkeit. Verlaufen hat da mit Verirren zu tun, weil Verlaufen nicht selten eine Folge davon ist, sich zu sklavisch an vorgedruckte Wanderkarten zu halten.

Meine Ideen wollen anregen – damit sie mit Leben gefüllt, unverwechselbar werden, muss die eigene Erfahrung hinzukommen.



**GRENZEN SETZEN IST  
(K)EIN KINDERSPIEL**



# Kapitel 1

## Vom Umgang mit Fehlern



Wenn Sie etwas schreiben oder formulieren, fragen Eltern, hört sich alles einfach an. Aber im Alltag und im Stress vergisst man so vieles! Wie vermeidet man Fehler?

Zugegeben: Es ist manchmal ein Kreuz mit der Kindererziehung. «Egal, wie man's macht», erklärt mir ein Vater, «man macht's falsch. Wenn ich sauer bin, mein Kind anschreie, entwickle ich Schuldgefühle. Obgleich ich nach dem Schreien irgendwie erleichtert bin!» Er schaut mich erstaunt an. «Aber wenn ich mein Kind nicht anschreie, obgleich es nervt, sich nicht an Absprachen hält, dann quäle ich mich noch stärker und frage mich hinterher ständig, warum hast du keine Grenzen gesetzt? Warum bist du ständig das Opfer? Wo bleibst du mit deinen Gefühlen?»

Dieser Vater hat sich eine klassische Falle aufgestellt: Er kann nicht «immer richtig» handeln. Entweder, er stellt seine eigenen Bedürfnisse hintenan, denkt nur an die Befriedigung kindlicher Wünsche. Oder er verstößt gegen seine Prinzipien, indem er z. B. sein Kind anschreit.

In vielen Eltern-Kind-Beziehungen wollen die Eltern perfekt sein – und perfekt meint, einem selbstverordneten Ideal zu entsprechen. Dafür verzichten sie oft darauf, eigene Gefühle zu artikulieren. Eine merkwürdige Situation: Es scheint manchmal befreiender zu sein, spontan etwas Falsches zu tun, z. B. zu schimpfen oder zu schreien, als stunden- und tagelang mit heruntergeklappter Unterlippe durch die Wohnung zu laufen, dem anderen ein beleidigtes Gesicht zu präsentieren, um ihm ohne Worte, aber ebenso nachdrücklich zu zeigen, wie schlecht und unmöglich dieser Mensch ist.

Zweifellos haben alle Familienmitglieder Anspruch dar-

auf, angemessen behandelt zu werden. Aber dies gelingt nicht immer. *Wer die Schwäche hat, Fehler zu begehen, sollte die Stärke besitzen, sich zu entschuldigen* – nicht unwillig, hingenuschelt oder weil «man» es tut, sondern als ernstgemeinte Wiedergutmachung und mit der Absicht, künftig andere Konfliktlösungen zu entwickeln als die ungenießbare Melange aus Zuckerbrot und Peitsche oder wortlos beleidigtem Rückzug.

## PERFEKTE LÖSUNGEN PASSEN NICHT

Eine Mutter berichtet: «Ich habe eine Absprache mit meinen Söhnen. Sie sollen mich mittags dreißig Minuten alleine lassen. Ich brauche diese Ruhe. Aber nach zehn Minuten kommt Benjamin, mein Jüngster, vier Jahre, ins Zimmer, weil er Durst hat. Ich hab zu ihm ganz bestimmt gesagt: <Du weißt ja, wo alles steht. Geh!> Dann hab ich mit dem Finger zur Tür gewiesen. Ein klassischer Rausschmiss, er ist gegangen. Und ich hab mir gedacht, war das richtig? Gibt es nicht doch eine elegantere Lösung?» Sie denkt einen kleinen Augenblick nach, dann klingt ihre Stimme ganz bestimmt: «Ja, es muss eine bessere Lösung geben, eine, die alle zufriedenstellt!»

Wiederum eine paradoxe Situation: Da führt eine Handlung zum gewünschten Ergebnis. Der Sohn verstößt gegen eine getroffene Absprache, die Mutter besteht auf Einhalten der Absprache. Sie artikuliert ihre Bedürfnisse. Das Kind akzeptiert dies – wenn auch nicht freudestrahlend. Trotzdem ist die Mutter nicht zufrieden; sollte Benjamin etwa sagen: «Mutter, ich danke dir, dass du so konsequent bist»? Mütter, Väter, pädagogisch Handelnde sind anscheinend niemals zufrieden. Sie haben Schwierigkeiten, Grenzen zu setzen, aber unendlich



mehr Schwierigkeiten mit den Konsequenzen und die allergrößten Probleme mit den eigenen Gefühlen, die sich aus den vollzogenen Konsequenzen ergeben. Wer Grenzen setzt, konsequent handelt, wird nicht geliebt, vielmehr respektiert und geachtet – manchmal auch gehasst. Diese anderen Seiten gehören zu einer gefühlsmäßig reifen Eltern-Kind-Beziehung.

Aber der Perfektionismus lässt diese Schatten nicht zu.

Perfektionistisches Handeln wirkt sich auch in anderen Bereichen negativ aus. Wenn ich mit Eltern Situationen und Ideen entwickle, Probleme beim Grenzsetzen zu lösen, höre ich schnell den Satz: «Hab ich alles schon versucht. Das klappt nicht!» Aber was hin und wieder nicht funktioniert, muss nicht für alle Zeiten verworfen werden. Eltern – wie andere pädagogisch Handelnde – sind in der Situation eines Schlossers, der ein unbekanntes Schloss zu knacken hat. Wenn er perfekt sein will, hat er Hunderte von Schlüsseln dabei, die er so lange ausprobiert, bis einer passt. Das kann lange dauern, und manchmal passt überhaupt kein Schlüssel. Der clevere Türöffner benutzt deshalb einen Dietrich. Ein Dietrich öffnet ein Schloss, ohne dessen spezifische Einzelheiten bis ins Detail zu kennen. Mal passt ein Dietrich, mal nicht, dann kommt ein anderer zum Einsatz.

Ein unbekanntes Schloss zu öffnen ist mit der Lösung eines Problems vergleichbar. Wenn man lange über dessen Ursachen nachdenkt, kommt man möglicherweise zu einer absolut richtigen Lösung – meist aber nicht, sitzt doch ein kleiner Specht im Hinterkopf, der ständig auf eine bessere Lösung pocht.