SERIE: HALTUNG & SELBSTREGULATION · PDF 11

Grenzen.
Halt geben, ohne einzuengen.

Warum es nicht auf die Grenze ankommt, sondern darauf, wie sie gesetzt ist.

Matteo Lencioni · Pädagoge, Systemischer Berater, Psychologe · 20 Jahre Einrichtungsarbeit · Kinder- und Jugendhilfe Bayern

Warum Grenzen wichtig sind

Grenzen sind wichtig. Sie geben Sicherheit, Orientierung und einen Rahmen, in dem sich Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene bewegen können. Doch wie diese Grenzen gesetzt sind, macht einen großen Unterschied.

Enge, starre Grenzen	Weiter gesetzte Grenzen
– Kein Spielraum, keine Mitbestimmung	– Raum für Eigenverantwortung und Entwicklung
– Der Weg zur Grenze ist kurz	– Der Weg zur Grenze ist länger
– Der Druck steigt – und mit ihm das Bedürfnis nach Befreiung	– Weniger Drang, sie zu übertreten
– Früher oder später: Durchbrechen oder Umgehen	– Die Grenze bleibt – aber sie lässt Luft zum Atmen

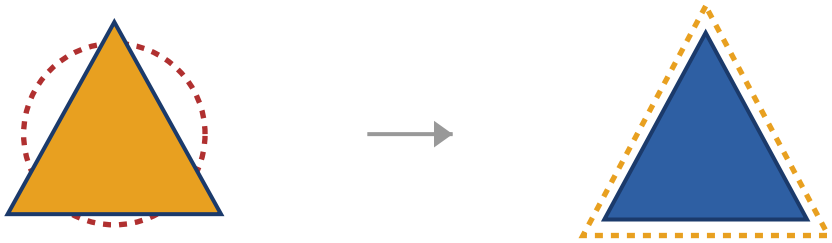
> ***"Grenzen bedeuten nicht Kontrolle, sondern Begleitung."***

Warum Formen nicht funktioniert

Wir sollten nicht versuchen, Kinder, Jugendliche oder Erwachsene in ein starres Bild zu pressen. Wer jemanden permanent verändern, anpassen oder formen will, provoziert oft das Gegenteil: Unzufriedenheit, Widerstand, Rückzug oder Trotz.

Ein treffendes Bild

Ein Dreieck lässt sich nicht dauerhaft in einen Kreis pressen. Früher oder später bricht etwas – außen oder innen. Und manchmal beides. So entstehen Verletzungen, die ein Mensch ein Leben lang mit sich trägt.



Form aufgezwungen
etwas bricht – außen oder innen

Form respektiert
Grenze passt – Raum zum Atmen

Wir sind alle Individuen und haben unsere eigene Form. Unsere Aufgabe ist es, Grenzen an den einzelnen Menschen und an unseren Werten auszurichten – Dreieck auf Dreieck, Kreis auf Kreis.

> ***"Es geht nicht darum, Menschen zu formen. Es geht darum, ihnen Raum zu geben, sie zu verstehen und zu begleiten."***

Struktur ja – Einengung nein

Das bedeutet nicht Beliebigkeit oder Grenzenlosigkeit – ganz im Gegenteil. Kinder brauchen Struktur. Sie brauchen Orientierung, Führung und Klarheit. Aber eben in einem Rahmen, der zu ihnen passt und der sie in ihrer Einzigartigkeit respektiert.

Was gute Grenzen ausmacht
→ Sie geben Halt, ohne einzuengen.
→ Sie lassen Raum für Eigenverantwortung und Entwicklung.
→ Sie orientieren sich am einzelnen Menschen – nicht an einer Norm.
→ Sie sind klar und verlässlich, aber nicht starr.
→ Sie respektieren die Einzigartigkeit des Gegenübers.

Reflexionsfragen
1. Wo setzt du Grenzen eher aus Kontrolle – und wo aus echter Begleitung?
_ _

2. Bei welchem Kind oder Jugendlichen versuchst du gerade, ein Dreieck in einen Kreis zu pressen?

3. Wo könntest du eine Grenze etwas weiter setzen, ohne sie aufzugeben?

Fachberatung & Begleitung

→ Einzelberatung und Coaching für Fachkräfte und Eltern.

→ Systemische Fallbegleitung und Supervision.

→ 20 Jahre Einrichtungspraxis – konkret, klar, anwendbar.

→ Anfragen: www.matteo-lencioni-beratung.de