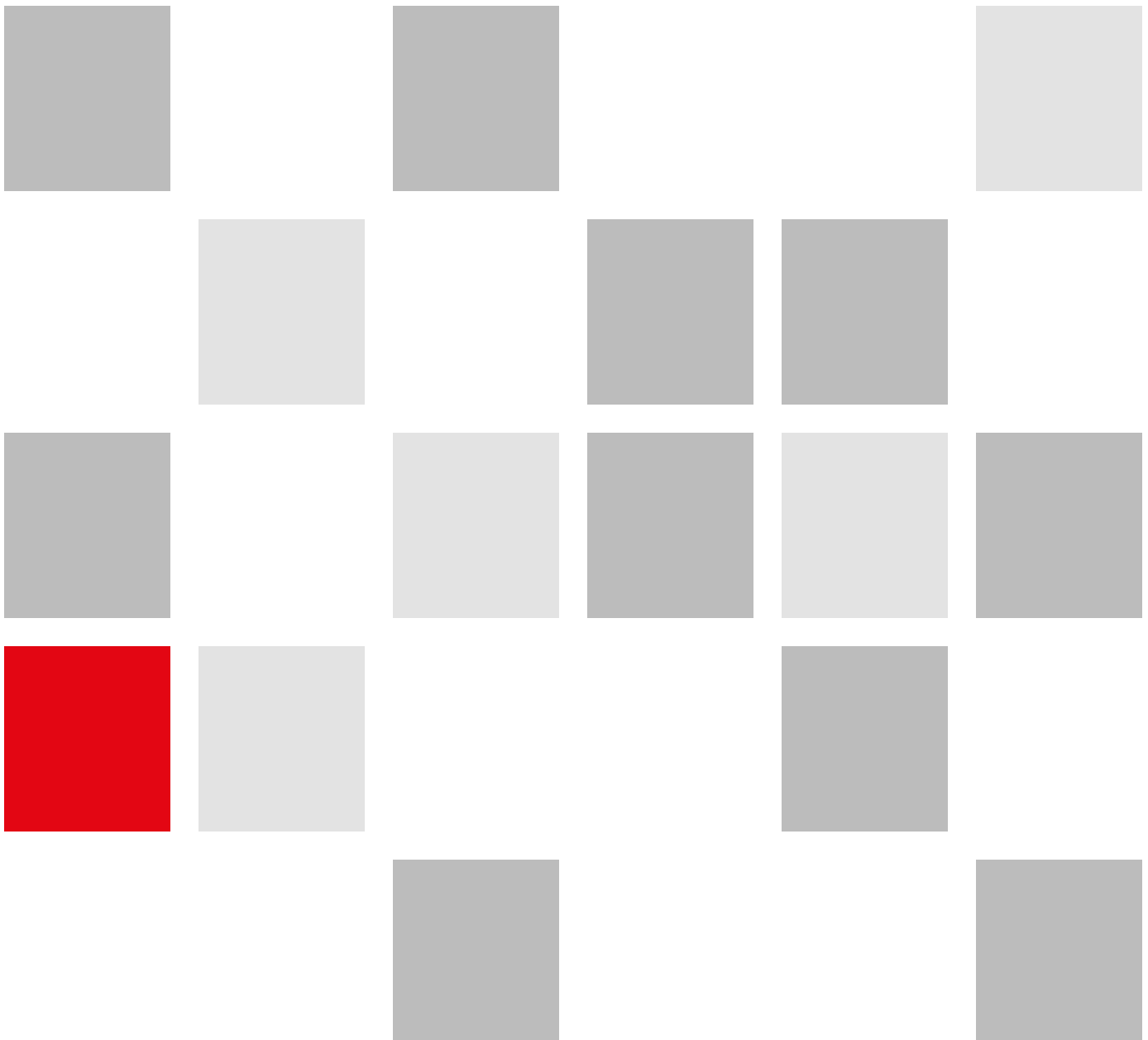


# Was MACHT was?!

Modul EinPRÄGsam



ständnis. Aus diesem Verständnis kann die Eigenmotivation wachsen, bestimmte Dinge nicht oder nur mit Rücksicht auf andere zu tun.



### Wichtiger Hinweis

Solche Prozesse brauchen Zeit, Vertrauen, Geduld und Beharrlichkeit. Wer erwartet, dass sich durch einen veränderten Umgang sofort alles ändert, wird möglicherweise enttäuscht und frustriert – denn die Mauern sind meist schon sehr dick!

## Das Konzept Regeln

*” Befolge keine Regel, wenn du deren lebensdienliche Funktion nicht verstehst. “*

*Marshall Rosenberg*

Tagtäglich sind wir mit Regeln konfrontiert. An die meisten haben wir uns gewöhnt, an manchen reiben wir uns regelmäßig. Wir fluchen vielleicht darüber und schimpfen auf eine bestimmte Regel. Regeln sind der Versuch, in einer Gemeinschaft (im Großen wie im Kleinen) Ordnung und Sicherheit zu schaffen. Sie sollen einer Gemeinschaft Orientierung und einen Rahmen geben, an dem sich die dazugehörigen Menschen orientieren. Allen soll klar sein, was erlaubt ist und was nicht. Ob in der Familie, in der Kita, im Jugendclub oder in der Regionalbahn: Regeln sollen einen Raum schaffen, der für alle akzeptabel ist, in dem sich alle sicher fühlen können, der niemanden überfordert. So weit die Idee.

### Fehlende Transparenz

Leider sind Regeln auch oft Auslöser von Frustration, Ärger und Widerstand. Besonders im Umgang mit Kindern fällt uns dies auf: „Wozu zum Donner soll diese Regel gut sein?“.

Bestimmte Regeln machen für die Beteiligten manchmal keinen Sinn. In dem Moment, in dem eine Regel aufgestellt wird, gibt es meistens einen guten Grund dafür. Doch dieser gute Grund ist häufig denjenigen, die sie befolgen sollen, nicht verständlich. Folglich gibt es für viele Menschen oft keine Motivation, die Regeln zu beachten. Es braucht Strafen und die Androhung von Strafen, um die Motivation zu schaffen, sich an die Regeln zu halten. Meist fehlt auch die Transparenz, dass Regeln aus einer Machtposition heraus gesetzt werden, ganz zu schweigen von den Möglichkeiten der Partizipation, die Regeln mitzugestalten.



### „Darf ich das denn?“

Oft höre ich Kinder diese Frage stellen. Der Hintergrund der Frage ist eine Unklarheit darüber, dass hinter dem (möglichen) Verbot immer ein Wunsch oder ein Interesse einer oder mehrerer Personen stehen. Durch anonyme, scheinbar objektive Verbotsschilder oder Regeltafeln wird diese Tatsache oft verschleiert, die Wahrheit ist doch aber: Irgendwer (eine Person, eine Gruppe etc.) hat hier ein subjektives Anliegen und trägt die Verantwortung dafür.

Oftmals hinterfragen wir Regeln nicht, machen uns ihre Sinnhaftigkeit nicht bewusst, sondern befolgen sie automatisch und ganz unbewusst. Und wir erweitern dieses automatische Handeln auch auf unsere Kinder. Wir machen ihnen damit deutlich, dass sie keine Entscheidungsgewalt haben. Denn (und das ist so viel einfacher für uns): „Etwas ist nicht erlaubt!“.

### Die Frage nach dem Guten Grund

Dabei ist es sehr hilfreich, eine Regel zu hinterfragen. Denn oft genug reicht es schon aus, sich der dahinter liegenden Interessen und Gründe bewusst zu werden, um den positiven Aspekt einer Regel zu sehen. In diesem Prozess des Verstehens steckt die Kraft, dass ich eine Regel achte, nicht weil ich Angst vor Bestrafung habe, sondern weil ich den guten Grund dafür verstehe.

Damit ändert sich meine Perspektive grundlegend. Es entsteht eine Eigenmotivation, eine Regel zu achten. Diese Eigenmotivation braucht jedoch ein Stück Selbstbestimmung und Entscheidungsfreiheit. Denn werden diese Bedürfnisse z. B. bei Kindern und Jugendlichen ignoriert, ist nicht zu erwarten, dass sie ihrerseits Verständnis für die Bedürfnisse anderer entwickeln werden.

Wenn wir ohne Eigenmotivation auf die Bedürfnisse unserer Mitmenschen eingehen, werden wir zu Automaten, die leicht zu kontrollieren sind, oder Rebellen, die nur mit großer Anstrengung beherrscht werden können. In beiden Fällen sind wir von einem humanistischen Menschenbild und von gleichwürdigen Beziehungen weit entfernt. Zusätzlich sei hier erwähnt: Meist geht es beim Nichtbeachten von Regeln gar nicht um inhaltliche Differenzen, sondern eben genau um die erwähnten Bedürfnisse nach Mitbestimmung und Autonomie.

### Regeln gemeinsam vereinbaren

Vor allem in kleineren Zusammenhängen ist es leichter zu erkennen, was eine Alternative zu starren und von Einzelnen verordneten Regeln sein kann. In Teams und Gruppen können gemeinsame Regeln aufgestellt werden. Hier ist es möglich, alle Beteiligten mit einzubinden. Indem sie sich darüber austauschen, welche Regeln nötig sind, zeigen die Beteiligten im besten Falle ihre Bedürfnisse für den Alltag.

Siehe hierzu auch  
Kapitel „Strafe“,  
S. 14 und  
das Modul  
PARTizipation.

Wenn wir mit den Bedürfnissen unserer Mitmenschen in Kontakt kommen und verstehen, wofür sie diese und jene Regel brauchen, wird es leichter für uns, diese Regel mitzutragen, auch wenn sie für uns vielleicht nicht nötig ist.

Ein noch weitergehender Schritt wären Verabredungen, die nicht für alle und jederzeit gelten, sondern für eine bestimmte Zeit, einen bestimmten Ort oder für bestimmte Menschen, die bestimmte Bedürfnisse haben.

## Werte und Regeln



### Regeln vereinbaren

Der Sozialpädagoge Rüdiger Hansen hat auf einer Fachtagung folgende Grundsätze für den Umgang mit Regeln bzw. für den Prozess der Vereinbarung vorgestellt:

#### Regeln in Kindertageseinrichtungen

- Regeln sollen das Zusammenleben in einer Gemeinschaft erleichtern.
- Regeln sollten eher vereinbart, weniger verordnet werden.
- Gemeinsam verabschiedete Regeln sind jederzeit veränderbar, wenn sich dafür eine Mehrheit findet.
- Nicht die Einhaltung dieser Regeln steht im Vordergrund, sondern die Verhandlung darum.
- Regeln dürfen auch einmal überschritten werden.
- Regeln müssen immer wieder neu ausgehandelt werden (v. a. mit jeder neuen Kindergartengeneration).

#### Die Vereinbarung von Regeln

- Jemand benennt ein Problem im Zusammenleben der Gemeinschaft, das einer Regelung bedarf.
- Die Beteiligten legen ihre Interessen dar.
- Lösungsvorschläge werden gesammelt.
- Eine Regel wird vereinbart.
- Sanktionen für Regelverletzungen werden vereinbart.
- Es wird vereinbart, wer die Einhaltung der Regel überwacht und wer wie die Sanktionen verhängt.
- Die Vereinbarungen werden veröffentlicht.

Neben den gemeinsam zu verabredenden Regeln gibt es Werte wie: „Wir verletzen uns gegenseitig nicht / Wir tun niemandem weh“. Diese und ähnliche Werte sind nicht verhandelbar, sondern werden von den Erwachsenen bzw. Erzieher\*innen vorgelebt. Im Kollegium einen Austausch über diese Werte zu führen, ist demnach sehr wichtig für ein gemeinsames Wertesystem in der jeweiligen Einrichtung.



### Ausnahmen von der Regel

In der Einrichtung „Musterweg“ gibt es die Regel, dass alle Kinder die Rutsche von oben nach unten rutschen und nicht von unten nach oben klettern. Diese Regel wurde mit den Kindern vereinbart, um Unfällen vorzubeugen. Kamil ist nachmittags allein auf dem Spielplatz und hat mit der Betreuerin abgemacht, dass er von unten nach oben klettern kann. Auf diese Ausnahme können sich Betreuerin und Kamil verständigen, weil der eigentliche Grund für die Regel, die Vorbeugung von Verletzungen, in dem Moment nicht von Bedeutung ist.

### Mehr Transparenz

Der wesentliche Unterschied zwischen gesetzten Regeln und Verabredungen (oder auch gemeinsam verabredeten Regeln) ist, dass Menschen Verantwortung für ihre Bedürfnisse/Interessen übernehmen. Im Aushandlungsprozess werden Menschen sich ihrer Bedürfnisse/Interessen oft überhaupt erst bewusst.

An dieser Stelle ist es vielleicht sogar möglich, in bestimmten Dingen ganz auf Regeln zu verzichten, weil z. B. das Bedürfnis nach Ruhe, welches eine Person im Arbeitsalltag hat, auch alternativ gelöst werden kann. Es gibt unbeschränkt viele Strategien ein Bedürfnis zu erfüllen – eine Regel beschränkt sich oft auf nur eine dieser Strategien.

Ein weiterer wichtiger Aspekt von Verabredungen ist, dass die dahinter liegenden Bedürfnisse/Interessen ein Gesicht bekommen. Ich weiß, für wen und warum ich mich auf eine bestimmte Art und Weise verhalte. Die anonymisierte Form: „Das ist nicht erlaubt!“ wird zu einer erkennbaren, persönlichen Bitte. Dass Menschen diese persönliche, transparente Bitte erfüllen, ist viel wahrscheinlicher, als dies bei einer anonymen Regel der Fall ist.

Gemeinsame Verabredungen zu treffen oder gemeinsam Regeln zu erarbeiten ist ein Schritt Richtung Eigenmotivation und Selbstbestimmung. Zu erwarten sind weniger Widerstände und Ärger gegen die bestehenden Regeln oder Vereinbarungen. Dadurch können wir uns weiter auf ein Miteinander frei von Strafen zubewegen.

## Das Konzept Grenzen

**” Sich der eigenen Grenzen bewusst werden,  
statt anderen Menschen Grenzen setzen! “**

Dieser Grundsatz könnte ein liebevoller Rat für Eltern sein oder ein Transparent auf einer Demo für Kinderrechte. Nach wie vor ist die Haltung „Kindern muss man Gren-

zen setzen“ an der Tagesordnung. Dass dieses Grenzensetzen aus einer machtvollen Position geschieht und dass eigentlich damit die eigenen Bedürfnisse gewahrt werden sollen, ist den Erwachsenen oft gar nicht bewusst. Gleichzeitig wird den Kindern durch „Grenzen setzen“ ein Stück ihrer Lebensqualität genommen, teilweise ohne dass sie verstehen können warum. Um es mal ganz unverblümt auszudrücken: Einer anderen Person Grenzen zu setzen, ist ein Akt der Gewalt. Um das ganz zu verstehen, brauchen wir uns nur deutlich zu machen, wie sich das für uns anfühlt, wenn uns jemand Grenzen setzt. Wie reagieren wir in einer solchen Situation?

Grenzen werden im Gegensatz zu Regeln oder Verabredungen oft spontan aus der Situation heraus gesetzt. Was zum Beispiel passiert, ist, dass ein\*e Erwachsene\*r ein Kind auffordert leiser zu sein, weil das Kind seiner\*ihrer Ansicht nach zu laut ist. Der\*Die Erwachsene bestimmt hier, was zu laut ist, und setzt eine Grenze. Doch ist er\*sie sich in dem Moment bewusst, warum er\*sie diese Grenze zieht? Ist er\*sie sich bewusst, dass es seine\*ihre eigenen unerfüllten Bedürfnisse sind, die ihn\*sie dazu motivieren?

### Orientierung an Grenzen

Siehe Literatur von Jesper Juul in den Literaturhinweisen, S. 22.

Kinder orientieren sich an Grenzen. Sie lernen, in welchem Rahmen sie sich bewegen können, um weiterhin in einer harmonischen Beziehung zu ihrer Umwelt zu sein. Die Frage ist jedoch: Welche Art der Orientierung brauchen die Kinder? Was ist es denn, was wir uns wünschen, woran sich Kinder orientieren? Wie wünschen wir uns, dass mit uns selbst umgegangen wird?

### Eigene Grenzen erkennen

Auch hier sind Begriffe wie Transparenz, Offenheit und Verstehen wieder wichtige Funktionsträger für einen machtbewussten und gewaltfreien Umgang miteinander.

Statt anderen Grenzen zu setzen aus einer Haltung wie: „Dieses Kind ist ein Problem, hat ein Problem, muss lernen leiser zu sein...“ und ihnen dann zu sagen, was sie nicht mehr tun sollen, haben wir die Möglichkeit (und die Macht!), uns unserer eigenen Grenzen bewusst zu werden.

Mir ist etwas zu laut? Mir ist etwas zu wild? Mir ist etwas zu viel? Wenn ich das bemerke, kann ich mir folgende Fragen stellen:

- Wie geht es mir gerade? Bin ich z. B. überfordert?
- Was brauche ich gerade? Brauche ich z. B. eine Pause?
- Was ist mein Bedürfnis? Habe ich z. B. das Bedürfnis nach Entspannung?



- Was kann ich selbst tun, um mein Bedürfnis zu erfüllen? Kann ich z. B. kurz den Raum verlassen?
- Was brauche ich von anderen, um mein Bedürfnis zu erfüllen? Brauche ich z. B. einen ruhigeren Umgang miteinander?

Wenn ich diese Fragen für mich geklärt habe, bin ich mir nicht nur meiner eigenen Grenzen bewusst geworden, sondern ich weiß auch, was ich für mich brauche. Aus diesem Bewusstsein kann ich meinen Mitmenschen mitteilen, was mir „zu viel“ ist, wie es mir damit geht und was ich brauche, damit es mir besser geht. Auf diesem Weg kann ich meine eigenen Grenzen und Bedürfnisse gegenüber meinen Mitmenschen transparent machen.

Siehe zum Weiterlesen: Rosenberg, Marshall B. (2001). Gewaltfreie Kommunikation – Eine Sprache des Lebens.

Wie alle Menschen wollen auch Kinder wissen, was in ihren Mitmenschen vorgeht. Durch den offenen Kontakt und den transparenten Umgang mit den eigenen Bedürfnissen entsteht ein Miteinander, in dem Wünsche und Bitten geäußert werden können. In der erwähnten Situation kann ich z. B. meine Mitmenschen darum bitten, die nächsten zehn Minuten leiser zu sein, damit ich mich etwas erholen kann. Oder ich kann die Mitmenschen in die Lösungsfindung mit einbinden und sie nach Ideen fragen, wie das „Problem“ gelöst werden kann. Menschen haben Lust, Bedürfnisse zu erfüllen, die eigenen wie die ihrer Mitmenschen. In beiden Fällen müssen sie allerdings in Kontakt mit diesen Bedürfnissen sein.

### Schützende Grenzsetzung

Anderen Menschen Grenzen zu setzen, kann aus Gründen des Selbstschutzes oder zum Schutz von anderen Menschen notwendig werden. Mit dem Unterschied von schützender und unterdrückender Macht beschäftigt sich die Methode: „Schützende Macht und unterdrückende Macht“ im Modul KinderRECHTE.



## Literaturhinweise

**Bradshaw, John (2000).** Das Kind in uns. Knaur MensSana TB.

**Bucay, Jorge (1999).** Komm, ich erzähl dir eine Geschichte. Fischer.

**Juul, Jesper / Jensen, Helle (2009).** Vom Gehorsam zur Verantwortung – für eine neue Erziehungskultur. BELTZ.

**Juul, Jesper (2009).** Dein kompetentes Kind. Rowohlt.

**Klappenbach, Doris (2006).** Mediative Kommunikation. Mit Rogers, Rosenberg und Co. konfliktfähig für den Alltag werden. Junfermann Verlag.

**Larsson, Liv (2012).** Wut, Schuld und Scham – Drei Seiten der gleichen Medaille. Junfermann Verlag. Paderborn.

**Rosenberg, Marshall B. (2001).** Gewaltfreie Kommunikation – Eine Sprache des Lebens. Junfermann.

**Rosenberg, Marshall B. (2004).** Konflikte lösen durch Gewaltfreie Kommunikation – Ein Gespräch mit Gabriele Seils. Herder.

**Watzlawick, Paul (1983).** Anleitung zum Unglücklichsein. Piper.





# Impressum

## Herausgeber

Deutsches Rotes Kreuz e. V.  
Generalsekretariat  
Carstennstraße 58  
12205 Berlin  
[www.drk.de](http://www.drk.de)

## Verantwortlich

Sabine Urban, DRK-Generalsekretariat

## Autor\*innen

Johannes Neumann  
Anne Sophie Winkelmann

## Begleitendes Netzwerk Kinderschutz in DRK-Kitas

Astrid Exel, DRK-Landesverband Thüringen e. V.  
Kirsten Figge, DRK-Kreisverband Hamm e. V.  
Hannegret Frohn, DRK-Kreisverband Neuss e. V.  
Bernadette Nattler, DRK-Ortsverein Billerbeck e. V.  
Petra Schlegel, DRK-Kreisverband Bielefeld e. V.

## Layout und Satz

Kommunikationsagentur IKONUM, Dresden  
[www.ikonum.com](http://www.ikonum.com)

## Erscheinungsdatum

Dezember 2016

Die Veröffentlichungen stellen keine Meinungsäußerung des BMFSFJ bzw. des BAFzA dar. Für inhaltliche Aussagen tragen die Autoren die Verantwortung.

[www.DRK.de](http://www.DRK.de)

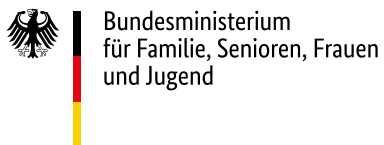
Deutsches Rotes Kreuz e. V.  
Generalsekretariat

Carstennstraße 58  
12205 Berlin

Telefon: 030 85404 - 0  
Telefax: 030 85404 - 468  
E-Mail: [drk@drk.de](mailto:drk@drk.de)  
[www.drk.de](http://www.drk.de)

© 2016 Deutsches Rotes Kreuz e. V., Berlin

Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*

Förderung durch die

