

Liebe Familien,

wir alle kennen es: „Nur noch ein Stück Schokolade, bitte“, „Nur noch zehn Minuten mehr fernsehen.“ Kinder versuchen ständig, die Grenzen etwas auszutesten und manchmal erscheint uns eine Ausnahme auch sinnvoll.



Dann gibt es aber auch Situationen, wo man schweren Herzens bei einem „Nein“ bleiben muss. Deshalb wollen wir uns heute mit dem Thema beschäftigen:

“Nein, das geht jetzt wirklich nicht!” - Warum Grenzen und Regeln für Kinder wichtig sind.

Gerne möchte man als Elternteil oder Bezugsperson dem Kind jeden Wunsch erfüllen, manchmal ist es vielleicht nach einem stressigen Tag auch kurzfristig die einfachere Lösung, dem Wunsch der Kinder nachzugeben anstatt Diskussionen zu führen. Jedoch stellt sich hier die Frage, ob Kindern wirklich einen Gefallen getan wird, wenn ihnen jeder Wunsch erfüllt wird. Kinder haben schließlich viele davon, die genauso liebenswert wie verrückt sein können. Das folgende Video beschäftigt sich mit der Frage, warum Grenzen wichtig sind.

Link zum Video: [Warum Grenzen wichtig sind](#)

Einige grundsätzliche Grenzen scheinen also wichtig zu sein, aber wie können wir diese umsetzen und was ist dafür wichtig? Eine gute Idee könnte es sein, sich einmal grundsätzlich mit der Rolle als Elternteil und mit verschiedenen Kommunikationsformen zu beschäftigen. Hierauf geht der folgende Podcast genauer darauf ein.

Link zum Podcast: [Kinder brauchen Grenzen](#)

Manchmal kann es aber auch hilfreich sein, auf bestimmte Handlungsweisen zurückzugreifen. Hierfür haben Sie sicherlich schon viele Ideen gesammelt, schließlich ist das Thema Regeln und Grenzen im Familienalltag stets präsent. Der folgende Artikel bietet einige konkrete Vorschläge an, die Sie bei Gelegenheit mal testen können.

Link zum Artikel: [Grenzen setzen in der Erziehung](#)

Das hat mir gut geschmeckt

Noch stecken wir mitten in der Spargel- und Rhabarberzeit, doch traditionell endet diese wie jedes Jahr am 24. Juni zum Johannistag, eine spätere Ernte sagt man, schadet der Pflanze und unter Umständen auch uns selber, denn der Gehalt von giftiger Oxalsäure in der Pflanze

erhöht sich. Lassen Sie uns aber die Feste feiern wie sie fallen und uns noch mit diesen leckeren Rezepten an der Spargel- und Rhabarberzeit erfreuen.

Link zum Rezept: [Rhabarber-Streusel-Kuchen](#)

Link zum Rezept: [Spargel mal anders](#)

Das hat mir Spaß gemacht

Die Temperaturen steigen und nach dem langen kalten Winter möchten wir nun alle gerne raus und die Sonne genießen. Nur in der Sonne liegen ist aber Kindern und auch vielen Erwachsenen oft zu langweilig. Deshalb hier ein paar Ideen für Wasserspiele zur Abkühlung für die ganze Familie.

Link zur Anleitung: [Wasserspiele mit der Familie](#)

Das hat mich zum Lächeln gebracht

*Wenn mein Kind irgendwann herausbekommt,
dass gar nichts passiert,
wenn ich bis drei zähle, bin ich erledigt!*

Diesen Gedanken kennen wir alle nur zu gut ;)

**Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter,
Ihr Team vom Projekt Zukunft**