

Bedürfnisse und Grenzen ernst nehmen

Jeder Mensch hat andere Bedürfnisse.

Jeder Mensch hat andere Grenzen.

Das ist normal.

Sie entscheiden selbst, wo ihre Grenzen sind.

Sie setzen die Grenzen.

Nehmen Sie die Grenzen von anderen Menschen ernst.

Eine Kundin erzählt:

Andere Menschen entscheiden oft für mich,
was ich möchte und brauche.

Sie entscheiden, was man mir zutrauen kann.

Das stimmt für mich oft gar nicht.

Ich werde nicht gefragt.

Das macht mich traurig und zornig.

Ich möchte ernst genommen werden.



Das ist wichtig:

Sie können für andere Menschen da sein,
wenn Grenzen verletzt werden.

Zum Beispiel: Sie erzählen jemandem davon.

Sie reden darüber, auch wenn es unangenehm ist.

Für betroffene Menschen macht es einen Unterschied.



Überlegen Sie:

Denken Sie an den Alltag in Ihrer Einrichtung.

Fühlen Sie sich ernst genommen?

Woran merken Sie das?



Wie gehen Sie mit Grenzen von anderen Menschen um?

Sprechen Sie darüber?

Was stärkt Sie dabei,

mit anderen über ihre Bedürfnisse zu sprechen?

Mit wem können Sie im Vertrauen reden?


