

ELTERN-RATGEBER FÜR BESONDERE ERZIEHUNGSSITUATIONEN

familyCoach

family Coach

1-2010

2 Euro

Österreich 2,30 Euro

Italien 2,40 Euro

Luxemburg 2,35 Euro

Schweiz 3,95 sFr.



Special familyFit
15 Seiten rund
um das Thema Fitness

Munter & Gesund
Pfundskerl, Dickmadam –
wenn Kids zu schwer sind

Familie & Partnerschaft
Geschwister zwischen
Zoff und Zärtlichkeit

Schnelle Hilfe
für kleine Angsthassen

Mach mit!
Vorschul-
Training

Experten-Interviews +++ News & Trends +++ Freizeit-Tipps +++ Spielideen
+++ Gesund mit Globuli und Bio-Rezepten +++ Gewinnspiele +++

Krach im Kinderzimmer

Auch wenn es oft rabiat zugeht zwischen Bauklötzen und Puppenhaus: Konflikte bieten Geschwistern das Feld, sich selbst auszuprobieren. Wie können wir sie erfolgreich begleiten?



Achtung: Aggression

● Manche Kinder sind überfordert, sobald Konkurrenz in Form eines Neugeborenen auf den Plan tritt. Eventuell verhält sich das Geschwister nach außen hin lieb, zeigt aber offene Aggression, sobald es mit dem Baby allein ist. Andere Kinder wiederum richten den Hass auf den Störenfried gegen sich selbst, entwickeln Krankheiten, Ticks oder bockiges Verhalten. Sprechen Sie dann aus, um was es geht: Eifersucht. Idealerweise erzählt das Kind selbst von seinen Gefühlen. Nehmen Sie den Schmerz oder die Wut ernst. Dann stellen Sie die Angelegenheit richtig: „Wir haben dich genauso lieb wie früher. Was wünschst du dir von mir, damit du dich besser fühlst?“

Die enge Beziehung, die in einem Menschenleben am längsten besteht, ist die zwischen Geschwistern. Sie ist gleichzeitig auch die unfreiwilligste. Dennoch stehen sich Geschwister sehr nahe, ein Leben lang. Immerhin zwei Drittel der Kinder in Deutschland wachsen mit mindestens einem Bruder oder einer Schwester auf. Laut Forschungen verbringen Geschwister mehr Zeit miteinander als mit den Eltern: Einjährige haben mit ihren älteren Geschwistern etwa genauso viel Austausch wie mit ihrer Mutter. Mehr als doppelt so viel Zeit wie mit ihren Eltern verbringen Geschwister miteinander im Alter von drei bis fünf Jahren. Sie spielen und streiten miteinander, trösten und ärgern sich.

Nähe schafft Reibung

Geschwister teilen sich nicht nur etwa 50 Prozent der elterlichen Gene, das Kinderzimmer und die Rückbank im Fa-

milienauto, sondern ihren ersten Lebensraum im weitesten Sinne. Sie erfahren und verinnerlichen dieselben Familienregeln und Rituale. Gemeinsam erleben sie Heimat, Schicksalsschläge, Umzüge, Ferienerlebnisse, alltägliche Begebenheiten; später teilen sie ihre Erinnerungen. Geschwister kennen sich so intim wie kaum jemand. Oft haben sie sogar eine gemeinsame Sprache, Codes und Symbole.

So viel Nähe erzeugt natürlich Reibung. Zustände von Liebe und Hass, Solidarität und Rivalität, Nähe und Distanz, Harmonie und Streit wechseln rasend schnell und folgen dabei Regeln, die für Eltern ein Buch mit sieben Siegeln sind. Diese Ambivalenz mag für Mutter und Vater stressig sein, abgesehen davon ist sie aber ganz normal!

Zuwendung. Es kann unterschiedlich reagieren. Manche Kinder werden wieder „klein“: Sie machen in die Hose, essen mit Fingern und quengeln bzw. schreien, um ihre Wünsche zu äußern. Wenn Sie mit Gelassenheit Ihrem Kind wieder etwas „Babyverhalten“ erlauben und es gleichzeitig darin bestärken, in seiner Rolle als größeres Geschwister neue Aufgaben und Kompetenzen zu entdecken, dann wird dies eine vorübergehende Phase sein.

Andere Kinder – meist sind sie deutlich älter als der Frischling – setzen ihre sozialen Stärken ein. Ob sie nun fürsorglich werden, selbstständig oder kämpferisch: Geben Sie Ihrem Kind die Chance, solche eigenen Lösungsversuche zu verfolgen.

Eifersucht

Die Geburt eines Geschwisterbabys stellt eine Herausforderung für das erstgeborene Kind dar. Aus dem Gefühl, weniger geliebt zu sein, können tiefe Wunden entstehen – zumindest jedoch Eifersucht. Der entthronte Ältere befürchtet und erlebt den Verlust der ungeteilten

Altersabstand

● Je geringer der Altersunterschied zwischen Geschwistern, desto größer ist die Nähe, aber auch das Konfliktpotenzial. Ein Altersabstand von ca. drei Jahren gilt heute als günstig.

Der Schriftsteller Kurt Tucholsky sagte: „Wilde Indianer sind entweder auf Kriegspfad oder rauchen die Friedenspfeife – Geschwister können beides.“

FOTO: FOTOLIA



Rivalität

Das Kinderzimmer ist das erste Trainingsgelände des Lebens. Brüder und Schwestern sind Rivalen im Kampf um Liebe und Zuwendung, haben unterschiedliche Interessen und konkurrieren bei ihrer Durchsetzung. Sie messen sich mit ihren Talenten und entwickeln dabei ihre einzigartige Identität. Wenn dieser Wettstreit fair abläuft, bekommt er von den Psychologen das Gütesiegel „konstruktive Rivalität“, die Kids üben sich in dem, was Erwachsene Konfliktmanagement nennen. Die natürliche Rivalität ist dabei eine Art Wachstumsbeschleuniger. Sie ist in unzähligen Alltagssituationen der Ansporn, die eigenen Stärken einzusetzen: Der eine entwickelt diplomatisches Geschick, der andere Ehrgeiz und Kampfgeist oder Charme und Humor, um sich eine vorteilhafte Stellung in der Familie zu sichern. Dabei haben die Eltern zentralen Einfluss darauf, ob zwischen den Geschwistern die kooperierende oder die konkurrierende Tendenz überwiegt.

Gemeinsam stark

Besonders kleine Kinder haben erst wenige Erfahrungen in der Lernwerkstatt „Geschwister“. Den Eltern kommt damit eine Vorbildrolle zu. Gegenseitige Wertschätzung etwa überträgt sich auch auf das Verhalten der Kinder untereinander. Je älter der Nachwuchs dann wird, desto mehr löst sich die Verzahnung der Geschwister. Die Älteren gehen ihre eigenen Wege. Sie pochen nicht mehr auf die sofortige Befriedigung ihrer Wünsche, und können auch mal warten. Gespräche über Gefühle und Konflikte sind jetzt möglich. Nutzen Sie Gelegenheiten dafür!

Fördern Sie auch das Verbindende zwischen den Kindern, denn ihre Gemeinschaft macht sie stark. Manchmal ist sie sogar ein Rettungsanker: Bei häufigem Wohnortwechsel, Elternkrisen oder Verlust Erfahrungen ist das Miteinander der Geschwister eine konstante Größe. Die Kinder kommen aus einer gemeinsamen Welt und bilden zusammen die nächste Generation, die über die Welt ihrer Eltern hinausweist. Wenn die Liebe zwischen Geschwistern gelingt, dann ist das eine tiefe Verbindung – über sehr lange Zeit.

Kathrin Kommerell



Konflikte selbstständig aus der Welt zu räumen, ist für Geschwister eine wichtige Erfahrung.

Sie küssen und sie schlagen sich

Was tun bei Geschwister-Zoff?



Joachim Armbrust ist Sozialpädagoge, Psychotherapeut und Buchautor. Er bietet Seminare an, u.a. zum Thema „Streit unter Geschwistern“. (www.punkt-genau-seminare.de)

Welche Rolle spielt der Streit unter den Geschwistern?

Streit ist eine unabdingbare Qualität in jeder Beziehung: Es gibt unterschiedliche Interessen und dann wird Abgleich geschaffen. Bei Kindern, besonders kleinen, geschieht das unreflektiert, da wird ein Konflikt in vielen Facetten ausgelebt. Es ist wie eine Lernwerkstatt, in der die Geschwister sich in verschiedenen Rollen ausprobieren, sich bevormunden, den anderen provozieren, sich zum Opfer machen, nachäffen, aber auch trösten, beschenken, bewundern oder ein Versöhnungsangebot machen.

Ist der Streit der Kinder also problematischer für die Eltern als für sie selbst?

Ein Konflikt ist für die Kinder eine wichtige Möglichkeit, Beziehungserfahrungen zu sammeln. Der jüngere Bruder langweilt sich, hält das Gefühl selbst nicht aus und stört die ältere Schwester in ihrem Zimmer. Deren verärgerte Reaktion macht ihm vielleicht klar, dass es so nicht läuft. Eltern sind da oft in Not, weil sie sich sofort zuständig fühlen. Sie müs-

sen den Konflikt aushalten, ihn den Kindern und auch sich selbst zumuten können.

Was können Eltern tun?

Den Kindern das Experimentierfeld ermöglichen. Erstmal schauen: Was passiert, wenn ich nichts mache? Oft finden sie selbst eine Lösung. Das erfordert von den Eltern einen langen Atem. Bei älteren Kindern, die streiten, hilft es auch, zu fragen: „Kann ich euch helfen?“ oder, wenn die Gemüter etwas abgekühlt sind: „Wollt ihr eine Lösung finden?“ Bei kleineren Kindern kann es helfen, steuernd einzugreifen, mit Worten den Kindern helfen, ihre Gefühle – auch gegenseitig – zu verstehen. Wenn ich dabei helfe, den Konflikt zu versprachlichen, etwa der so stark erlebten Wut eine Form zu geben, dann unterstütze ich die Beziehungserfahrung.

Wo müssen Eltern eingreifen?

Wenn ein Kind akut und körperlich gefährdet ist. Aber auch, wenn sich Strategien verfestigt haben. Etwa, wenn meistens der Kleinere in Schutz genommen wird und der Größere zur Vernunft ermahnt wird. Der Jüngere merkt, ihm passiert nichts, wenn er den Größeren provoziert. Dann kann man versuchen: Was passiert, wenn ich es anders mache als sonst? Eltern können die Beziehungssettings auch wieder verflüssigen, mit ihnen spielen und neue Chancen nutzen.

FOTOS: FOTOLIA, PRIVAT