

Geschwisterstreitigkeiten

"Kinder lernen gerade in ihrer Ursprungsfamilie das soziale Leben. Wo kann ich mich besser ausprobieren, mich erfahren, mich austesten als zuhause? Dort, wo ich geliebt und wertgeschätzt werde." (Imke Dohmen, Erziehungsberaterin)

Tatsächlich ist es Studien nach normal, dass Geschwister sich alle 10 bis 20 Minuten streiten.

Warum streiten Ihre Kinder?

Nicht immer ist ein Streit unter Geschwistern ein Problem im Miteinander. Manchmal sind die Ursachen ganz banal: Müdigkeit, Langeweile, Hunger oder Überforderung können der Auslöser sein. Wir alle kennen es: habe ich Hunger, werde ich unzufrieden und es kann passieren, dass ein anderer meine schlechte Laune abbekommt. Ganz ähnlich kann das unter Geschwistern sein. Und gerade in der aktuellen Situation sind gerade sie es, die in unmittelbarer Nähe sind und den eigenen Zorn abbekommen.

Daher kann es helfen, die individuellen Ursachen herauszufinden. Ist es Hunger oder Müdigkeit, kann recht leicht Abhilfe geschaffen werden. Langeweile oder Überforderung sind da schon größere Herausforderungen. Vielleicht kann Ihr Kind auch selbst berichten, welches Bedürfnis gerade gestillt werden muss und im gemeinsamen Gespräch lassen sich möglicherweise sogar hilfreiche Ideen finden, um dem Bedürfnis nachzukommen.

Vielleicht ist die Ursache aber auch eine andere. Nun brauchen die Kinder Sie als „Coach“, wie ein gemeinsames Miteinander wieder gelingen kann. Dabei geht es nicht, den „Schuldigen“ zu finden, sondern einen konstruktiven Weg für die Situation zu finden. Es ist also nicht wichtig, wer angefangen hat oder wer im Unrecht ist! Was wünschen sich die beteiligten Kinder in der jetzigen Situation und wie kann ein Kompromiss gefunden werden? Je nach Alter der Kinder, können Sie den Prozess mit Impulsfragen begleiten („Was hat dich so verärgert?“, „Wie könnte deine Wut vertrieben werden?“, „Hast du eine Idee, wie es gemeinsam gelingt?“, etc.), so dass die Kinder eigene Lösungen finden können oder es ist notwendig, dass sie zum Sprachrohr werden und zwischen den Kindern vermitteln (z.B. „Kann es sein, dass dich x mit y sehr verärgert hat?“, „Wäre es für dich in Ordnung, wenn ihr euch abwechselt und jeder 5 Minuten damit spielen darf und wir daher für jeden einen Wecker stellen?“, etc.). Auch uns Erwachsenen fällt es oft schwer in Konfliktsituationen einen Weg weg von unseren starken Emotionen zu finden und gute Lösungen zu finden. Für Kinder ist dies noch viel schwieriger, weshalb sie unsere Unterstützung benötigen.

Im Streit wird geschlagen

Gerade unter Geschwistern ist es schnell passiert: der eine sagt etwas Blödes, der andere haut oder kneift den anderen. Und schon wird es laut und die Tränen fließen. Auch hier geht es nicht um das Fehlverhalten, denn auch wenn es nicht in Ordnung ist zu schlagen oder allgemein andere zu verletzen (das wissen die Kinder!), passiert dies meist aus der emotionalen Not heraus. Daher ist es notwendig, die Kinder erstmal *voneinander zu distanzieren*. Jedes Kind braucht eine kurze Pause um Durchzuatmen und in Sicherheit vor den Attacken des anderen zu sein. Mit dieser Distanz kann verbal die Lösung gefunden werden.

Vielleicht braucht es klar getrennte Bereiche, die der jeweils andere nur mit Erlaubnis betreten darf.



Rivalität unter Geschwistern

Oft ist auch Eifersucht und Rivalität ein großes Thema in der Geschwisterbeziehung. Neben den Grundbedürfnissen (wie z.B. nach Nahrung, Bewegung, Sauerstoff, Entspannung und Muße, körperliche Nähe, Schlaf, Schutz, Licht und Wärme) hat jeder Mensch ein Bedürfnis nach z.B. Bindung, Zuneigung, Vertrauen, Anerkennung, Autonomie und Privatsphäre (und natürlich vielem mehr). Im normalen Alltag erleben die Kinder sich in verschiedenen Gruppen, mit verschiedenen Menschen und in ganz unterschiedlichen Bezügen. In jeder individuellen Situation erleben sich die Kinder in Abhängigkeit zu den dortigen Umständen und entwickeln dabei unterschiedliche Gefühle. Mal können sie einem Bedürfnis mehr Raum geben und es wird befriedigt, mal müssen sie sich zurücknehmen. Das alles geschieht bei jedem Menschen, unabhängig vom Alter. Plötzlich sitzen wir aber nun im Lockdown und sind stets mit denselben Menschen zusammen, in den immer wiederkehrenden Situationen. Trotzdem bleiben unsere Bedürfnisse und wir alle suchen nach Strategien, diese zu befriedigen.



<https://i.pinimg.com/originals/29/50/da/2950da141db44eb3f724a82b2c801393.jpg>

Kinder agieren nicht gegen andere, sondern versuchen immer nur nach ihren Bedürfnissen zu handeln. Es ist also keine böse Absicht, wenn sie einem anderen Zuwendung streitig machen. Auch nehmen Kinder den Geschwistern nicht aus Gemeinheit etwas weg, sondern weil sie es haben möchten. Sie müssen erst lernen ihre eigenen Bedürfnisse aufzuschieben und diese für eine Zeit auszuhalten. Wir haben das schon gelernt und können es oft nur schwer nachvollziehen, dass uns ein Kind z.B. nicht bewusst provoziert, sondern sein eigenes Ziel für sich verfolgt. WIR FÜHLEN uns dann möglicherweise provoziert, jedoch war das nicht die Absicht des Kindes. Versuchen Sie sich daher auf Ihr Kind einzustellen, tauchen Sie in seine Welt und

versuchen Sie zu erkennen, was hinter dem Handeln Ihres Kindes steckt und dann auch, warum es zum Streit kam.

Möglicherweise können Sie es einrichten, dass es jeden Tag oder täglich für eine bestimmte Zeit jedes Kind seinen persönlichen Raum bekommt. Mit Ihnen, mit einem bestimmten Spielzeug, in einem bestimmten Raum, etc.

Und vergessen Sie nicht: Sie sind damit nicht allein. Gerade kommt es in vielen Familien zum Streit, denn wie schon im Eingangszitat befinden Sie alle sich gerade am sichersten Ort der Welt: zu Hause. Und wo ist es am wenigsten schlimm, dass Fehler passieren? Daher nutzen Ihre Kinder die aktuelle Situation auch als Übungsfeld, auch wenn das für alle sehr anstrengend ist.

Zusammen ist man weniger allein – vielleicht gibt es eine Familie aus dem Kindergarten oder in der Nachbarschaft, mit denen Sie sich zusammentun können. So haben Sie die Möglichkeit Ihre Kinder in Kontakt mit anderen Kindern zu bringen, Sie haben nicht nur die Familie oder Arbeitskollegen um sich herum und es gibt Abwechslung und Austausch und jeder hat mal wieder etwas mehr Freiraum. Denn auch das brauchen wir alle und lässt etwas Entspannung in der aktuellen Situation zu.