

Geschwister prägen ein Leben lang

geschrieben von Redakteur | April 13, 2021



**Gerade in Corona-Zeiten
können Geschwister
füreinander eine gute
Untersützung sein**

Manchmal hat das Familienleben etwas Herzzerreißendes. Mia ist drei Jahre alt, ihre ältere Schwester Svenja gerade sechs. Beide sitzen am Küchentisch und essen. Mia versucht die Aufmerksamkeit ihrer Schwester zu erregen, indem sie laut zu singen beginnt. Svenja ist ohnehin schon sauer. „Hör auf, Du nervst!“, herrscht sie die kleine Schwester an, die völlig aus der Fassung gerät und schluchzend ruft: „Aber ich will dich doch gar nicht nerven. Ich will doch nur so sein wie du.“

**Fluch und Segen von
Geschwisterbeziehungen**

Fluch und Segen von Geschwisterbeziehungen beschäftigen die Menschheit seit Jahrtausenden. Ideale Geschwister, wie Kastor

und Pollux, die füreinander bedingungslos eintreten, kannte schon die griechische Mythologie. Die Brüder Grimm, Wright oder Mann haben Enormes geleistet. Seit Kain und Abel wissen wir aber auch, wie schief so manche Geschwisterbeziehung laufen kann. Und nur selten fördern die kindlichen Kabbeleien den Lebenserfolg so nachhaltig wie bei den Klitschkos.

Manche Eltern wissen wahre Horrorgeschichten von den Streitigkeiten ihrer Kinder zu erzählen. Blaue Flecken, Kratzer und manchmal ein ausgeschlagener Zahn sind keine Seltenheit. Warum wünschen sich so viele dennoch mehr als ein Kind oder sogar einen reichen Kindersegen? Sicher sind wir nicht von Hanni und Nanni hypnotisiert.

Unterm Strich positiv

Prof. Dr. Dr. Hartmut Kasten, Frühpädagoge und Familienforscher, bringt es auf den Punkt: „Geschwister erleben Tag für Tag ein Wechselbad der Gefühle: Neid auf den anderen, Enttäuschung, Angst vor Verlust und Versagen – aber auch die Sicherheit von Zusammengehörigkeit und gegenseitigem Vertrauen.“ Zwar hat er auch die Nachteile des Geschwisterlebens analysiert, weiß aber, dass in aller Regel die positiven Seiten überwiegen. „Einen Bruder oder eine Schwester zu haben, bedeutet für jedes Kind in erster Linie einen Gewinn an Sicherheit, Zusammengehörigkeitsgefühl, Vertrauen, Erfahrung im Umgang miteinander und persönlichen Entwicklungsmöglichkeiten, den Einzelkinder nicht erleben.“ Blut ist eben doch dicker als Wasser, wie der Volksmund sagt.

Schutz- und Risikofaktoren

„Geschwisterkinder ahnen nicht, wie mühsam es ist, immer sozialkompetent zu sein, denn das ist die Voraussetzung für Einzelkinder, um Mitspieler zu bekommen, die ja nicht automatisch mit im Zimmer oder im Garten sind,“ berichtet die Verhaltensbiologin und Inhaberin der selbstständigen

Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen PD Dr. Gabriele Haug-Schnabel aus ihrer täglichen Arbeit. Auch als Mutter zweier Kinder erklärt sie: „Wer Geschwister hat, weiß, dass mit Geschwistern beglückende und vernichtende Erfahrungen gemacht werden können. Geschwister können als Schutzfaktoren im eigenen Entwicklungsverlauf wirken – sie können aber auch Risikofaktoren sein, die weit über den Auszug aus dem Elternhaus hinaus Einfluss auf das eigene Leben nehmen. Das haben Geschwisterkinder erlebt und Geschwisterforscher detailliert untersucht.“

Was die Forscher zudem entdeckt haben: Den Eltern kommt die größte Bedeutung zu, wenn es um die Geschwisterbeziehung geht. Wir prägen mit unserem Vorbild und beeinflussen mit unserem Verhalten das Verhältnis unserer Kinder. Insofern können wir viel zum Gelingen beitragen.

Aus der Sicht des Kindes

Als Ausgangspunkt rät Prof. Kasten: „Wichtig ist, dass Sie immer wieder versuchen, die Dinge einmal aus der Sicht Ihrer Kinder zu betrachten: Wie ist das zum Beispiel für ein Kind, wenn sich ein zweites Baby ankündigt und man plötzlich nicht mehr die Hauptrolle in der Familie spielt? Auf einmal soll man der große, vernünftige Bruder sein. Wie hätten Sie an seiner Stelle reagiert?“

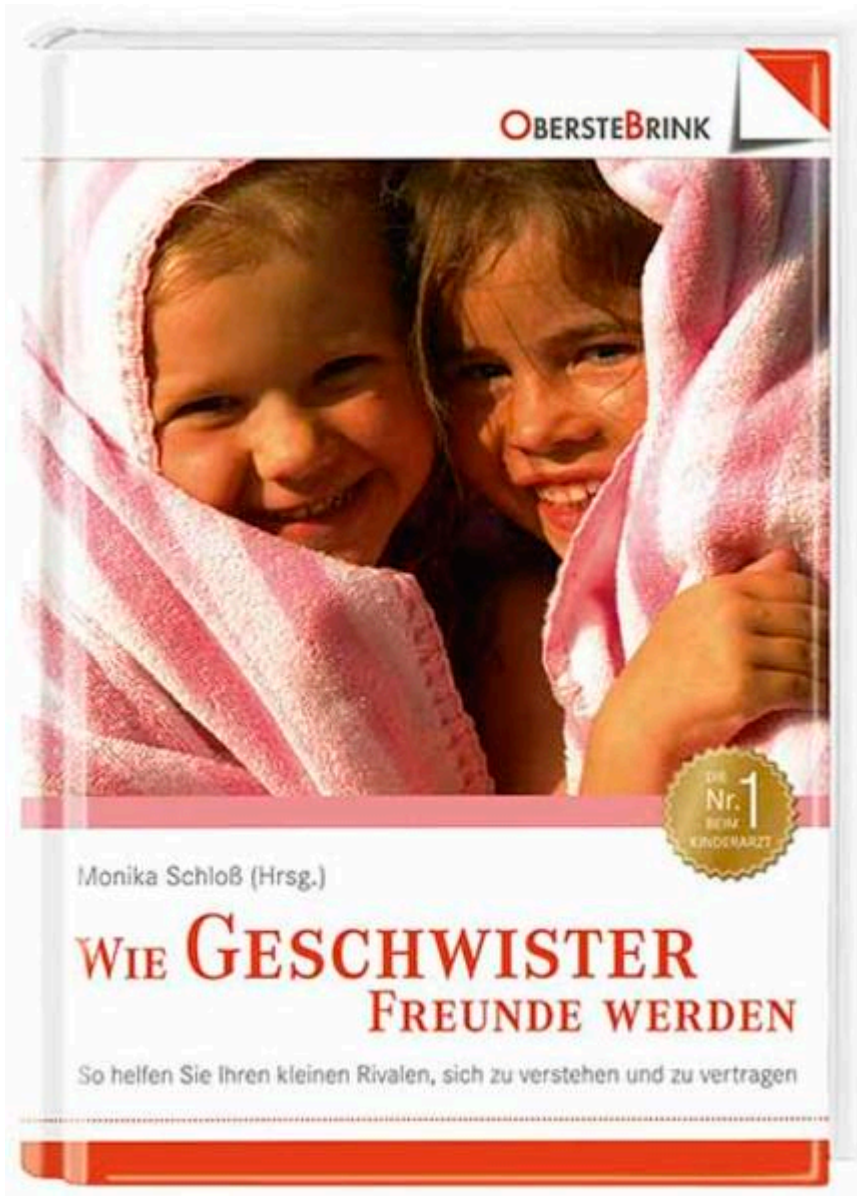
Für viele erstgeborene Kinder wächst sich die Entthronung durch ein neues Geschwisterchen zum echten Trauma aus. Monika Schloß erzählt in ihrem Buch [„Wie Geschwister Freunde werden“](#) eine rührende Geschichte dazu: „Eines Tages nimmt die Mutter ihren kleinen Sohn auf den Schoß und sagt: ‚Papi und Mami haben eine große Überraschung für dich. Bald bekommst du ein Geschwisterchen. Jetzt sag’ mal: Was möchtest du lieber haben – ein Brüderchen oder ein Schwesterchen?‘ Worauf der Kleine lakonisch antwortet: ‚Einen Hund!‘“

Vielleicht will der kleine Junge tatsächlich einen Hund.

Wahrscheinlich wäre zudem, dass er von der Furcht getrieben ist, die Liebe und Aufmerksamkeit seiner Eltern künftig teilen zu müssen. Schon neun Monate alte Babys wissen, dass sie mit ihrem Verhalten Aufmerksamkeit auf sich lenken können. Sie lernen zu lächeln und zu brabbeln. Gleichzeitig bemerken sie, wenn andere Kinder sich entsprechend verhalten und entwickeln Konkurrenzgefühl und Eifersucht.

Wenn das zweite Kind kommt

Leider lassen sich diese Gefühle auf Dauer kaum vermeiden. Dennoch können wir einiges tun, damit sie nicht zu stark auftreten. Wenn ein Baby unterwegs ist, neigen viele Eltern dazu, sich auf die Schwangerschaft und das Neugeborene zu konzentrieren. Dabei braucht gerade jetzt das ältere Kind besondere Beachtung.



Wie Geschwister Freunde werden

Wie sich Geschwister positiv führen lassen, dass sie harmonisch miteinander leben und gegenseitig voneinander profitieren, darauf gibt Monika Schloß wertvolle praktische Lösungsvorschläge und Anregungen.

Monika Schloß (Hrsg.):

[Wie Geschwister Freunde werden](#)

[So helfen Sie Ihren kleinen Rivalen, sich zu verstehen und zu vertragen](#)

Hardcover, 207 Seiten

ISBN: 978-3-934333-26-0

14,95 €

Binden Sie deshalb das Kind dauerhaft mit ein. Bringen Sie das Thema immer wieder zur Sprache, damit es sich daran gewöhnen kann. Dabei dürfen Sie ruhig darüber reden, dass Schwangerschaft anstrengend ist und so manche Gereiztheit ihre Ursache darin hat. Ihr Kind versteht dann, warum Sie manchmal anders reagieren als bisher. Richten Sie mit ihm gemeinsam das Kinderzimmer ein, beteiligen Sie es an der Namensfindung, nehmen Sie es mit zur Ultraschalluntersuchung und unternehmen Sie viel gemeinsam, damit ihr Kind nicht den Eindruck hat, dass es zu kurz kommt.

„Schick das Baby doch zurück“

Bei so einer Vorbereitung kann Ihr Kind eine Menge Angstgefühle abbauen und freut sich vielleicht auf das Geschwisterchen.

Nun kann es natürlich ganz anders kommen und ihr Kind ist verzweifelt nachdem gerade das neue Geschwisterchen im Haus ist. Es versteht nicht, wie Sie dieses schreiende, runzlige Etwas lie haben können. Dass das Baby alles darf. In die Windeln machen, nachts die Eltern aufwecken – während es selbst gar nichts mehr darf.

„Niemand hat mich mehr lieb!“, könnte das Gefühl Ihres Kindes beschreiben. Es wird jetzt vermutlich alles versuchen, um Ihre Aufmerksamkeit zurück zu bekommen. Ihr Kind leidet. Seien Sie deshalb bitte nicht schockiert, wenn es sagt „Schick, das Baby doch zurück!“ Ihr Kind ist nicht böse, sondern nur verzweifelt. Lassen Sie es seine Wut artikulieren. Nehmen Sie sich Zeit. Erklären Sie, dass Sie das Kleine nicht zurückgeben können. „Ich habe das Kleine genauso lieb wie dich. Und dich würde ich auch niemals hergeben.“

Kampf um Liebe und Anerkennung

Geschwister wetteifern um die Liebe und Anerkennung ihrer

Eltern. Zwar lässt es sich nicht ändern, einen Bruder oder eine Schwester zu haben. Das bedeutet aber nicht, dass Kinder dies kampflos akzeptieren. Deshalb kommt es oftmals zum Streit.

Je nach Geschwisterfolge können Eltern auf ganz unterschiedliche Herausforderungen stoßen. Und auch hier ist es wichtig, Verständnis für die Situation des Kindes aufzubringen. Die Situation des ältesten haben wir uns schon angesehen. Schloß stellt etwa noch die Situation des „Sandwich-Kindes“ und des „Nesthäkchens“ heraus.

Von Sandwich-Kindern und Nesthäkchen

Sandwich-Kinder stehen zwischen dem Ältesten und dem Jüngsten. Oftmals bekommen die beiden anderen mehr Beachtung – oder das mittlere Kind empfindet das so. Für mehr Anerkennung entwickelt sich deshalb so manches Kind zum Clown, Tollpatsch oder Rebellen. Dabei gibt es auch Vorteile, das Mittlere zu sein. Weil es nicht so sehr im Fokus steht, kann es sich bereits früh entfalten, wird schneller selbstständig und setzt leichter seine Ideen um. Mittlere Kinder orientieren sich gerne an den älteren. Deshalb entwickeln Sandwich-Kinder oft ein gutes Gespür für Diplomatie, können leichter Kompromisse schließen und vermitteln. Eltern sollten sich deshalb bewusst intensiv mit ihm beschäftigen. Denn das Kind hat viele Eigenschaften, die es zu fördern gilt.

Adele Faber / Elaine Mazlish

Hilfe, meine Kinder streiten

Wie Sie Geschwistern helfen,
einander zu respektieren



OBERSTEBRINK

Hilfe, meine Kinder streiten

Von den Autorinnen des Weltbestsellers „So sag ich’s meinem Kind“

Anhand zahlreicher anschaulicher Fallbeispiele und Comics erklären die Autorinnen, wie sich Sie durch einfache Gesprächs- und Umgangsregeln Rivalitäten zwischen den Kindern abbauen können. Zudem erläutern sie, wie Kinder lernen, unangenehme Gefühle auszudrücken, ohne handgreiflich oder beleidigend zu sein und was Bezugspersonen dazu tun können, die Motivation und das Selbstbewusstsein der Kinder zu stärken.

Adele Faber/Elaine Mazlish

Hilfe, meine Kinder streiten

Wie Sie Kindern helfen, einander zu respektieren

Broschur, 240 Seiten

ISBN 978-3-96304-011-5

19,95 €

Das jüngste Kind nimmt dagegen immer eine Sonderstellung in der Familie ein. Es muss erst mal lernen, sich gegen die Älteren durchzusetzen – mal mit Bitten, mal mit Charme, mal mit Schmeicheln und mal mit Nerven und Gebrüll. Weil das Jüngste meist ein Leben lang den „Babybonus“ hat, bekommt es von den Eltern oft den größten Handlungsspielraum. Hier sind klare Grenzen notwendig. Andererseits müssen die Jüngsten erfahren, dass es sich lohnt, sich anzustrengen, auch wenn die Älteren immer voraus sind. Oftmals suchen sie sich ein Spezialgebiet, in dem sie die anderen überflügeln können. Dafür und für die Entwicklung zur Selbstständigkeit, brauchen die Kinder genügend Freiraum. Dabei sind Grenzen und Freiraum kein Widerspruch. Kasten zitiert dazu ein altes Sprichwort: „Kleinen Kindern müssen wir helfen, Wurzeln zu fassen. Großen Kindern müssen wir Flügel schenken.“

Vom Wert der Familie

Wie sich Geschwister entwickeln und gegenseitig prägen, lässt sich nie vorherbestimmen. Als Eltern erreichen wir am meisten durch unser Vorbild, durch das Verständnis für die Situation und entsprechendes Handeln und durch das Fördern familiärer Werte und Eigenschaften wie Solidarität, Vertrauen und Geborgenheit.

Daraus entstehen dann jene positiven Beispiele: Statt miteinander zu konkurrieren, solidarisieren sich Kinder miteinander, spielen zusammen und sind wirklich ein Herz und eine Seele. Dieses Verhalten lässt sich aber nicht erzwingen. Schloß nimmt in ihrem Buch Geschwisterbeziehungen aus etlichen Blickwinkeln unter die Lupe und gibt wertvolle Hinweise, wie

sich die Kinder positiv führen lassen.

„Natürlich hängt auch viel von den Eltern ab“, erklärt sie. „Wenn die darauf achten, kein Kind dem anderen vorzuziehen, lässt sich aufkeimende Rivalität leichter vermeiden.“

Jedes Kind ist anders

Möglich, dass Sie an dieser Stelle einwenden, dass es gar nicht so einfach ist, kein Kind dem anderen vorzuziehen. Schließlich sind ja auch die Kinder völlig unterschiedlich. Doch genau darin liegt die Lösung.

Natürlich sind sie das. Deshalb ist eine völlige Gleichbehandlung auch nicht möglich. Jedes Kind hat aber seine eigenen Stärken. Ist das eine sportlich, hat das andere vielleicht mehr ein Gefühl für Musik. Schloß empfiehlt deshalb folgendes:

- Stellen Sie die Stärken des jeweiligen Kindes heraus.
- Tadeln Sie möglichst kein Kind für seine Leistungen im Beisein der anderen. Am besten tadeln Sie überhaupt keine Leistungen, sondern fördern die Stärken ihrer Kinder.
- Stellen Sie keines Ihrer Kinder einem anderen als Vorbild dar. Das schafft nur Unmut.
- Hören Sie zu, statt zu schimpfen.
- Greifen Sie bei Streitereien ein, ohne Partei zu nehmen.
- Geben Sie allen eine Chance und lassen Sie möglichst die Kinder ihre Auseinandersetzungen miteinander lösen.

Dabei müssen Sie sich auch nicht schämen, wenn Sie sich innerlich einem Kind näher fühlen als einem anderen. Das ist natürlich. Wichtig ist nur, dass Sie diese Vorliebe nicht nach außen kehren. Schließlich ist jedes Kind etwas Besonderes. So schlägt Schloß etwa auf die viel gefürchtete Frage „Mami, wen hast Du am liebsten?“ folgende Antwort vor: „Lieb hab ich Euch alle gleich. Aber jeden von Euch lieb' ich aus anderen Gründen

besonders.“ Denn jedes Kind will etwas Besonderes sein und nicht genau so wie die anderen Kinder. Dies ist gleichzeitig der beste Weg zur Entwicklung des eigenen Selbstbewusstseins und zu einer glücklichen Geschwisterbeziehung.

10 Regeln wenn es kracht

1. Spielen Sie bei Streitereien unter den Geschwistern nie den Richter, der zwischen Schuldig und Nicht-Schuldig entscheidet.
2. Bestrafen Sie niemals ein Kind allein. Damit verschärfen Sie den Konflikt und das Gefühl, ungerecht behandelt zu werden.
3. Bleiben Sie ruhig – wer brüllt hat Unrecht.
4. Suchen Sie nach der Ursache für den Streit.
5. Stellen Sie fest, warum sich Ihre Kinder genau so verhalten.
6. Helfen Sie, eine für alle zufriedenstellende Lösung zu finden.
7. Lassen Sie Ihre Kinder eine Weile allein, damit sich der Zorn legen kann. Reden Sie anschließend ruhig miteinander.
8. Setzen Sie auf Ihre natürliche Autorität. Kinder brauchen eine Respektsperson, an der sie sich orientieren können.
9. Schaffen Sie ein Ventil zum Abreagieren. Ein Punchingball wirkt manchmal Wunder.
10. Lassen Sie zu, dass Ihre Kinder Aggressionen aktiv abbauen. Von der Kissenschlacht über Wutgebrüll bis zum Wettlauf ist alles angebracht, das Adrenalin abbaut.