



15_Geschwisterstreit kann nerven

Wenn Geschwister streiten wird geschrien, geheult, geschlagen und gekniffen. Für uns Erwachsene ist das nicht immer leicht auszuhalten, denn es nervt und ist anstrengend. Viele Eltern fragen sich: „Wie kann ich das Streiten abstellen?“ oder „Was soll ich tun?“ Es gibt keine Methode, die Eltern anwenden können, aber es entspannt wesentlich, wenn man einiges über Geschwisterstreit weiß.

Wie auf Streitigkeiten reagieren?

Am Besten tut man nicht viel! Wenn Erwachsene sich dauernd in Kinderstreitigkeiten einmischen, dann lernen die Kleinen, dass sie nicht selbst für ihre Konflikte verantwortlich sind, sondern die Erwachsenen. Das nimmt ihnen ein wichtiges Lernfeld, wie man Konflikte löst. Wichtig ist zu wissen: Kinder brauchen eine ganze Kindheit hindurch, bis sie lernen, wie man mit den Gefühlen der Wut konstruktiv umgeht. Machen Sie Kinder für ihre Wut nicht schlecht, auch nicht dafür, dass sie etwas nicht teilen wollen. Sie geben ihr Mountainbike auch nicht jedem her, damit er damit eine Runde fährt, oder?

Kinder dürfen lernen ihre Grenzen zu verteidigen

Der 5-jährige Hannes ist außer sich. Seit einer Stunde baut er einen schönen Turm aus Lego und seine kleine Schwester Lea haut ihn um. Er zerbricht in 1.000 Stücke. Ist es da ein Wunder, dass Hannes stinksauer ist und seine kleine Schwester schubst?

Was hilft Hannes? Gehen Sie zu ihm hin, nehmen ihn auf den Schoß oder legen Sie die Hand auf seine Schultern - das gibt ihm Sicherheit und er kann sich schneller erholen. Sagen Sie zu ihm: „Das ist wirklich blöd, dass dir Lea den Turm kaputt gemacht hat. Ich wäre auch sauer. Wir beide müssen überlegen, wie du dich in solchen Fällen vor deiner Schwester schützen kannst. Sie wollte deinen Turm bestimmt nicht zerstören, aber das ist halt passiert.“ Wichtig ist, dass Hannes erfährt, dass es in Ordnung ist, wütend zu sein, und dass er Hilfe bekommt, wie man seine Grenzen verteidigt- nach dem Motto: Jedes Gefühl ist erlaubt, aber nicht jede Handlung!

Wenn Kinder hauen

Wenn man will, dass Kinder sich im Streit nicht schlagen, kann man ruhig aber bestimmt sagen: „Ich will nicht, dass du haust.“ Aber machen Sie Ihr Kind für seine Reaktion nicht schlecht. Zeigen Sie Verständnis für die Gefühle und helfen Sie ihrem Kind seine Wut auszusprechen. Kinder benutzen zuerst ihre großen Muskeln (Arme), bevor sie die kleinen Muskeln (Stimmbänder) benutzen können. Das ist normal. Kein kleines Kind, das ein anderes haut, ist ein Gewalttäter. Das ist sein Ausdruck von Frust und Ohnmacht.

Eltern empfinden Geschwisterstreit oft als sehr lästig

Wenn die Kinder größer sind und streiten, geht man am Besten in ein anderes Zimmer oder auf den Balkon und schließt die Tür. Die Erfahrung zeigt, dass der Streit viel schneller beigelegt wird, wenn sich Erwachsene nicht einmischen. Man kann nach dem Streit mit beiden ins Gespräch gehen und sie interessiert danach fragen, ob sie sich einig geworden sind, oder ob sie noch Hilfe brauchen. Oft hilft es, die unterschiedlichen Bedürfnisse auszusprechen: „Ich sehe, dass du Lisa, gerne alleine spielen möchtest, aber dass Tim gerne mit dir spielen will. Das ist ein Dilemma. Lisa, vielleicht erkennst du, dass Tim dich nicht ärgern möchte, sondern einfach bei dir sein will. Und du Tim musst akzeptieren, dass Lisa auch gerne alleine ist. Das ist nicht einfach, aber so ist das manchmal im Leben.“

Wenn Kinder sehr viel streiten, könnte es sein, dass es unausgesprochene Spannungen in der Familie gibt. Dann zeigen Kinder unterschwellige Probleme auf. Dies kann ein wichtiger Hinweis für die Eltern sein, sich darüber auszutauschen, wie es um die Familie zurzeit bestellt ist.

Es ist für das Durchsetzungsvermögen der Kinder wichtig, dass sie streiten dürfen - ohne Erwachsene. Dabei lernen sie, ohne Scheu in einen Konflikt hineinzugehen und sich für die eigenen Belange einzusetzen. Ebenso lernen sie nachzugeben, was wiederum eine gewisse Frustrationstoleranz voraussetzt. Geschwisterstreit ermöglicht Konflikte offen und (von den Schrammen abgesehen) weitgehend gefahrlos im geschützten Raum der Familie auszutragen.

