

Hilfe meine Kinder streiten nur – was tun bei Geschwisterstreit

8.7.2020

Vortragende: Mag.a Heike Podek

Kinder streiten im Durchschnitt alle 12 Minuten. Das ist, wenn man davon ausgeht, dass sie so cirka 10 Stunden schlafen, 70-mal am Tag. Vielleicht kommt Dir diese Zahl jetzt ein bisschen hoch vor und Du denkst Dir meine Kinder streiten nicht so oft und es gibt auch Tage, wo sie gar nicht streiten. Oder Du sitzt zuhause und denkst Dir, das ist super, weil meine Kinder toppen diese 70-mal um Längen - es ist viel, viel mehr.

Aber eigentlich ist es egal, wie oft Deine Kinder streiten. Es ist egal, ob dies wenig, mittel oder viel streiten ist, weil, dass was Tatsache ist – Kaum ein Thema belastet den Familienalltag mehr als diese ständigen Streitereien zwischen den Geschwistern. Und für Eltern ist dies deshalb mühsam, weil das zum einen sehr, sehr laut ist und zum anderen sie nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen. Und diese Hilflosigkeit, so gar nicht zu wissen was ich tun soll, oder ob und wie ich den Kindern am besten helfen soll, das stellt für die meisten Eltern das Hauptproblem.

Die wohl häufigste Frage, die an mich herangetragen wird, ist immer “soll ich mich einmischen“ und wenn ja “was soll ich tun“ und wenn nein “was soll ich tun.

Ja genau um diese Fragen wird es heute Abend gehen, das heißt die werden wir klären. Was passiert, was kann ich als Mama, ich als Papa, eigentlich tun –also-

Herzlich willkommen beim Webinar

“Meine Kinder streiten – was tun bei Geschwisterstreit“

Ich stell mich vielleicht erstmal vor, weil die einen oder anderen kennen mich vielleicht noch nicht. Mein Name ist Heike Podek und ich bin Mama von zwei sehr temperamentvollen Mädchen, ich bin Ehefrau und Coach für Eltern, Kinder und Familien. Ich unterstütze hauptsächlich Mütter von Kindern im Trotzalter, weg von Wutanfällen, von Streiterei und schimpfen und hin zu mehr Leichtigkeit, zu Spaß und zu Harmonie im Familienalltag. Und auch darüber hinaus ist es mir aber auch wichtig Eltern dabei zu unterstützen, wieder in ihre Kraft zu kommen. Das heißt die Mama oder der Papa zu sein, die sie sein wollen ohne schreien, ohne strafen, ohne diese ständigen Diskussionen, die so mühsam sind. Die so viel von der Freude und dem Schönen nehmen, die man eigentlich hat beim Kinder kriegen und

dann auf einmal feststellt - das ist so mühsam und schwer im Alltag und es ist echt zermürend. Und in dieses Schön wieder zu kommen ist mir einfach ein totales Anliegen. Ich hab Erziehungswissenschaften und Psychologie studiert, hab einige Fort- und Weiterbildungen besucht und ich hab gerade vorhin nachgerechnet, ich hab tatsächlich schon zwanzig Jahre Erfahrung mit der Arbeit mit Kindern und Eltern auf dem Buckel, das heißt daran merkt man immer, wie alt man eigentlich schon geworden ist.

Das was mir einfach ein Anliegen ist, dass Du Spaß hast Mama oder Papa zu sein, dass Du die Zeit mit Deinen Kindern genießt. Weil ich finde, wenn man selber Mama oder Papa ist, merkt man wie schnell die Zeit dahinrennt, weil die Kinder einfach so irrsinnig schnell groß werden. Und ich möchte gerne, dass Du die Kinder auf ihrem Weg begleitest in dem Vertrauen, dass sie sich zu dem Menschen entwickeln, der in ihnen steckt.

So und bevor ich jetzt loslege so richtig mag ich noch Danke sagen. Und zwar erst mal Danke an das Burgenländische Familienreferat, die mit mir die Kooperation für dieses Webinar eingegangen sind bzw. die mich gefragt haben, ob ich mit ihnen und für sie dieses Webinar halten möchte. Und zwar ist das Webinar im Rahmen des Familyweb. Also danke für das Vertrauen und danke, dass ich dabei sein darf.

Dann noch zur Info für Alle. Das Webinar wird aufgezeichnet und spätestens am Ende der Webinar Reihe unter der Homepage des Familienreferates des Landes Burgenland unter www.familienland-bgld.at als Video zum Nachschauen zu finden sein.

Ja ich könnt Euch heute Abend alles erzählen, was ich über Geschwister weiß, was ich über Streitigkeiten weiß, wie man damit umgeht, das heißt ich kann Euch all dies theoretisch erklären, kann Euch einen super theoretischen Vortrag halten, aber das ist dann so ein bisschen wie ein Fachbuch lesen oder so ein bisschen wie im Internet suchen. Das habt ihr wahrscheinlich alle schon getan, wenn ihr das Problem mit dem Geschwisterstreit habt und das hat vermutlich nicht immer geholfen oder es hat nicht ausreichend geholfen.

Und deshalb ist es mir wichtig, das Webinar so gut es geht interaktiv zu gestalten. Das heißt ihr könnt Euch mit eigenen Fragen selbst mit einbringen und ich werde diese im Laufe des Webinars beantworten. Solltet ihr dazwischen Fragen haben, bitte diese auch gleich schreiben. Ich hoffe das passt für Euch und wenn dem so ist bitte ich Euch nun mir diesbezüglich ein Zeichen zu geben – Daumen hoch, oder ähnliches. Einige schreiben schon ok, passt, ecetera, das heißt Chatfenster haben auch alle gefunden. Perfekt!

Genau, das was ich in meinen normalen, also Liveworkshops immer mache ich frage die Teilnehmer immer - Warum bist Du heute Abend hier? Das heißt was brauchst Du um nach

Hause gehen zu können und zu denken ja der Abend hat sich gelohnt. Und ich würde Euch gerne auch fragen "Warum seid Ihr heute Abend hier, was ist Euer Anliegen, worüber macht Ihr Euch Sorgen. Weil ich denke mir, es sind Ferien, es ist superschönes Wetter, Ihr seids seit achtzehn Uhr hier das heißt was interessiert Euch, was sind Eure Sorgen, was sind Eure Fragen, was brennt Euch auf der Zunge. Also schreibt mir das gerne in den Chat, ich werde alle Fragen beantworten und Ihr könnt mir auch zwischendurch Eure Fragen schreiben. Ich lese die Fragen auf jeden Fall vor und werde sie in jedem Fall mit einfließen lassen und beantworten.

Wir starten dann einfach einmal durch.

Das erste das ich mit Euch gerne besprechen würde ist - "Warum streiten Geschwister eigentlich", weil warum gestritten wird, das ist meist offenbar klar. Natürlich finden wir Eltern, dass dies Kleinigkeiten sind, aber Gründe für Streit gibt es tausende.

Ja es wird um Spielzeug gestritten, es wird um Essen manchmal gestritten, es wird um die Aufmerksamkeit der Eltern gestritten, es wird um die Liebe der Eltern gestritten, und ich könnt Euch da jetzt noch tausend Sachen aufzählen. Es wird darum gestritten was recht und unrecht ist, ja genau, das heißt, es ist einfach ganz klar warum gestritten wird und diese ständigen Streitereien sind einfach unfassbar laut. Das ist immer das, was mich beispielsweise immer stört – diese unfassbare Lautstärke. Ich weiß nicht, ob Du das auch kennst oder gibt's irgendwas anders was Dich unheimlich stört? Das heißt was ist das was Dich unheimlich stört und unheimlich mühsam ist, wenn Kinder miteinander streiten. Ich werde alle Eure Fragen vorlesen und so gut es geht beantworten.

Ah, da kommt die erste, "Mich würde interessieren wie ihr es macht mit einem größerem Kind fünf Jahre, wenn es nicht akzeptiert, dass die kleinere dies nicht möchte". Oder genau. Ah jetzt kommen ganz viele Fragen. Oder "Streit zwischen der großen fünf jährigen mit der neunzehn Monate alten Schwester und die hören mich gar nicht" – Genau da kann ich Dir gleich was dazu sagen, weil da bekommst Du gleich eine super Strategie dazu. Das heißt das fass ich auch mit hinein und wenn nicht, dann pack ich es zum Schluss noch mal mit drauf. "Mich stört oft, dass ich nicht weiß ob ich gerecht handle" oh ja, das ist das was ich am Anfang schon gesagt habe – soll ich mich eingreifen, soll ich nicht eingreifen – was soll ich tun. "Meine Mädchen sind acht und vierzehn Jahre, die beiden streiten in einer Dur, schreien sich an, ziehen sich an den Haaren. Es ist mühsam, wenn beide handgreiflich werden hab schon so viel probiert – hoffe auf einen Input von Dir". Den bekommst Du, den kriegst Du auf jeden Fall, sobald wir bei der Streitstrategie sind. Ah bei Dir geht die Technik jetzt auch. Super!

Also ich merk schon, ihr wollt da weiter tun und seid voll motiviert irgendwie jetzt so ja gib uns was, das was weitergeht. OK gut. Nun ich habe ja schon gesagt so alle 12 Minuten, nehmen wir alle zwanzig, alle dreißig Minuten, ist ja bei Geschwisterstreit auch ein Garant dafür, dass Du zu nichts kommst. Das heißt sobald Du versuchst, irgendetwas anderes zu machen, geht es schon wieder los. Und viele Mamas denken sich gerade in dem Moment wo Ruhe ist – super ich mach mir grad einen Kaffee, ich leg die Wäsche zusammen, ich schreib ein E-Mail – und sobald ich damit anfangen, geht es schon wieder los. Ja, und da ist eigentlich die Frage, was steckt da eigentlich dahinter. Und der erste Punkt, wenn Kinder streiten geht es oft darum – es geht oft um die Rangordnung. Ah Du schreibst auch die Lautstärke ist Wahnsinn – ja mir geht es auch so, ich bin da auch sehr empfindlich.

Aber der erste Punkt warum Kinder streiten ist oft die Rangordnung, das heißt es geht darum sich seinen Platz in der Familie zu sichern. Viele kennen das vielleicht vom Job, von der Arbeit da gibt es eine Rangordnung oder eine Reihenfolge. Ja das heißt erst kommt der Chef und dann die Mitarbeiter, meist nach Dauer des Daseins. Ja das ist dann auch oft so, wenn jemand auf eine höhere Position geht, dann ersetzt diese Stelle meist auch der der am längsten da ist. Und wenn das nicht so ist, dann gibt es manchmal Stunk in der Firma, das heißt wenn der Neue den Job bekommt gibt es meist Stunk, das kennen vielleicht einige von Euch. Und genauso ist es auch in der Familie und mit dieser Ordnung, die es sowohl in Firmen, wie auch zuhause gibt, gehen auch verschiedene Rechte und Pflichten einher. In der Praxis passiert es dann oft, dass wir als Eltern dazu neigen, diese Ordnung nicht einzuhalten. Also in der Familie ist einfach die Ordnung – Mama und Papa sind das Familienoberhaupt oder manchmal ist es halt auch Mama das Familienoberhaupt und manchmal ist es halt auch der Papa. Die Kinder kommen einfach im Alter hintennach. Und das ist ganz schwierig, diese Rangordnung einzuhalten, wenn nicht immer ein großer Altersabstand oder die Kinder das gleiche Geschlecht haben, weil dann fangen wir an, zwischen den Kindern zu vergleichen. Wir kaufen die gleichen Sachen, wir sagen, der kann das schon aber der noch nicht. Oder wir räumen ihnen die gleichen Rechte ein. Wir machen gleiche Rollenzuschreibung “Du bist genauso groß wie...” und das alles verschlimmert die Streitigkeiten total massiv, weil es gegen die natürliche Ordnung handelt. Das bedeutet die Kinder fühlen sich ungerecht behandelt, eben auch zurecht, weil im Grunde geht die ganze Streiterei dann schon wieder von vorne los. Weil der oder die Ältere hat einfach mehr Rechte, er oder sie hat auch mehr Pflichten aber eben auch mehr Rechte. Und wenn ich das untergrabe, weil ich beide Kinder gleich behandle, dann ist das ganz, ganz schwierig. Das ist z.B.: ein Punkt, dass wenn ich jetzt zwei Kinder hab, die eng beieinander sind, verwischt sich das oft, also dann vermischt es sich ganz oft auch von den Fähigkeiten her. Ich kann ein Beispiel sagen. Also meine zwei Mädels sind vier und acht und die beiden sind zum Beispiel

so, als die Kleine zu uns gekommen ist, hat die Große schon Radfahren können, sich die Schuhe binden - die war schon im Kindergarten als Vorschulkind. Das heißt, die hat einfach schon ganz viele Sachen gekonnt, die die Kleine einfach noch nicht gekonnt hat und damit war die Rangordnung sehr, sehr klar. Und diese Rangordnung ist aber wenn die Kinder größer werden nicht mehr so klar. Das heißt jetzt können sie beide Radfahren, sie beide schon Dinge, was bedeutet, dass die Rangordnung nicht mehr ganz so klar ist. Und je näher die Kinder zusammen sind, desto mehr neigen wir dazu zu sagen, sie gehen zur selben Zeit schlafen, und solche Geschichten. Und deshalb ist hier erstmal ein Tipp, den Ihr heute Abend mal schon vorab kriegt, obwohl wir noch gar nicht richtig eingestiegen sind. Stellt die Rangordnung im Alltag her. Das ist ganz, ganz wichtig. Der Erstgeborene hat mehr Rechte. Das kann sein, dass er oder sie länger aufbleiben darf, dass er oder sie schon mit bestimmten Sachen z.B.: Computer spielen darf oder schon ein Handy hat – macht diese Unterschiede zwischen Groß und Klein. Die kann man mit Sitzordnung machen, die kann man beim Essen machen, länger aufbleiben, durch irgendwelche besonderen Rechte, aber das ist wichtig, ganz, ganz wichtig. Stellt wirklich diese Rangordnung im Alltag her. Also das macht oft so einen großen Unterschied, weil wenn wir das missachten, müssen sich das die Kinder im Alltag unter sich ausmachen. Das heißt die Kinder fangen dann an zu streiten und zu raufen um diese Rangordnung, die wir nicht herstellen, sich selbst wiederherzustellen. Ich habe jetzt kürzlich mit einer Mama gearbeitet, also die habe ich gecoacht, bei der auch die Brüder immer gestritten haben also mit raufen, schreien, also auch ziemlich laut. Und die sind jetzt nach der Arbeit zu einem Team zusammengewachsen, weil klar ist – der Große hat die Sachen, der Kleine hat die Sachen. Und ich weiß nicht, ob Du Dir vorstellen kannst wie die Mama sich jetzt fühlt, weil der sind einfach zehn Tonnen von den Schultern gefallen. Die hat endlich wieder Spaß mit ihren Kindern was zu tun, den Alltag mit ihnen zu genießen und die beiden machen sich das unter sich aus. Das heißt die fechten sich die Rangordnung aus und das oft inzwischen, indem das die Mama das vielmehr in den Alltag mit einbindet in einer ganz angenehmen Art und Weise, weil das einfach nicht mehr mit Fäusten gemacht wird.

Ah hier hat eine Teilnehmerin geschrieben **“Wenn die Wut von der Großen so groß ist und sich gegen die Kleine richtet, dann fahr ich aus der Haut und kann mich manchmal gar nicht unter Kontrolle halten. Aber dann ist der Streit doch vorprogrammiert, wenn ich das Spielzeug so aufteile “** Mhh ja genau, ich weiß was Du meinst. Das heißt das ist dann ganz schwierig, weil du dann nicht weißt, ja ok auf welche Seite schlägst Du Dich. Und ich weiß jetzt nicht wie alt deine Kinder sind, aber wir neigen natürlich oft dazu auf die Seite der kleineren zu gehen, weil wir denken naja die Großen müssten es eigentlich schon besser können. Und zum Teil hast Du auch Recht, die Großen müssten er wirklich schon besser können – ok fünf Jahre und neunzehn Monate sind Deine Kinder – na das ist natürlich ganz

extrem. Genau das heißt da nimmst Du einfach auch Schutz auf und schützt Deine neunzehn Monate alte Tochter vor den Angriffen der fünf jährigen und das ist in diesem Alter auch echt noch Richtig. Wobei die Kleine jetzt gerade in dem Alter ist, also so mit achtzehn Monaten ungefähr, sagt man, da können die wirklich gut sticheln, die fangen da an echt ganz gezielt kleine Sachen zu machen, manchmal auch schon absichtlich, weil sie einfach merken – hey ich kann was bewegen. Das ist auch wichtig in der Autonomieentwicklung eines Kindes, wenn es merkt, wenn ich das mache, dann zuckt die Schwester aus und zuckt die jedes Mal aus und gibt's dann jedes Mal so was Tolles und das kann ich beeinflussen. Ich kann das machen, das ist auch ein sehr großer Lustgewinn, der entsteht dabei. Und das Andere ist, für die Fünfjährige ist es einfach ganz, ganz schwierig, weil die merkt wie die Kleine mit ihren neunzehn Monaten so in ihre Bereiche jetzt eindringt. Das heißt das ist ja oftmals so eine Phase, wo sie alles kaputt macht, wo sie einfach motorisch einfach noch nicht so fit ist. Wo sie was nimmt und dann ist es zerstört, also das ist einfach ein ganz schwieriger Altersunterschied jetzt in dem Alter. Also wir haben den auch gehabt als unsere Kleine bei uns eingezogen ist, war unsere Große auch etwa fünf, das heißt ich habe ungefähr den gleichen Altersabstand und das war am Anfang echt ne eine Herausforderung. Nämlich zu schauen, wie ist es mit den Zeiten die ich habe, da komm ich gleich zu also mach ich gleich was dazu. Ich sag Dir gleich eine Strategie dazu.

Genau, der Zeitpunkt warum Kinder streiten ist einfach das hohe Konfliktpotenzial. Das heißt wo Menschen aufeinandertreffen, sind Auseinandersetzungen mit Anderen unvermeidbar. Und gerade Geschwister haben natürlich kaum die Chance sich abzugrenzen. Das heißt die müssen irgendwie miteinander klarkommen, die müssen sich sogar lieben, die müssen auch teilen miteinander und die müssen sogar die Liebe ihrer Eltern teilen – glauben sie zumindest – sie müssen nicht die Liebe aber die Eltern teilen und sie glauben sie müssen auch die Liebe der Eltern teilen. Und das ist ganz anders bei Freunden oder auch bei Partnern, von denen kann man sich notfalls trennen, wenn es nicht mehr so passt, aber als Kind oder Geschwister geht das nicht. Und manchmal ist es, je nachdem ob sie ein eigenes Zimmer haben oder sich eines teilen, gibt es nicht einmal einen Rückzugsort. Das heißt man kann sich einfach irrsinnig schwer aus dem Weg gehen, weil man trifft sich dann auch beim Essen, man trifft sich bei ganz vielen Sachen, die die Familie gemeinsam macht, auch wenn man sich gerade nicht mag. Und das ist einfach ein Grund warum Kinder bzw. Geschwister viel mehr streiten als andere Personen. Genau und noch ein Punkt sind fehlende Strategien. Das heißt ganz viele Kinder sind in Streitsituationen überfordert - vor allem im Alter bis zu vier Jahren. Eine weitere Teilnehmern schreibt gerade **“Das war vor allem bei Corona Lockdown zu beobachten“** Ja genau. Das war total hart und es war für uns alle hart. Das war auch für uns Eltern manchmal hart. Also ich glaube es sind auch echt viele Partner

aneinandergeraten, weil sie gesagt haben, bah jetzt sitzen wir hier vierundzwanzig Stunden aufeinander, wie ist das bloß machbar. Es kann keiner in die Arbeit flüchten. Wir haben das zum Beispiel gehabt. Also wir haben ja die Praxis außerhalb unseres Hauses und wir sind manchmal auch in die Praxis geflüchtet, um da einfach in Ruhe zu arbeiten. Und das ist ein ganz großer Vorteil und wenn man den nicht gehabt hat während des Lockdowns, dann ist das echt etwas was Konflikte anfeuert. Also da sieht man eigentlich wirklich wies geht, oder das man sich engagieren muss. Die Kinder haben zusätzlich zu alledem noch fehlende Strategien das heißt die wissen noch nicht wie das geht.

- Eine Teilnehmerin verabschiedet sich weil sie die Kinder ins Bett bringen muss. ok verstehe ich kannst es Dir ja dann auf der Homepage nachschauen.-

Die Kinder bis vier Jahre haben oft auch noch fehlende Sprachfähigkeiten – auch die fünf jährige von der Teilnehmerin von zuerst hat das noch. Ne Sprachfähigkeit, nicht dass sie nicht sprechen kann, sondern dass sie Sachen noch nicht so ausdrücken kann. Die können mit vier, fünf Jahren noch nicht sagen, du ich möchte das Auto haben und es ärgert mich, dass du das gerade hast und jetzt gib es mir zurück. Also das schaffen ja oft Erwachsene nicht, dies ganz klar zu sagen. Und aufgrund dieser fehlenden Sprachfähigkeit kommt es dann eben zu Handgreiflichkeiten und Auseinandersetzungen. Weil da nimmt mir jetzt wer mein Spielzeug weg und dann hau ich einfach mal hin. Anstatt zu sagen – Du hast mir gerade das Auto weggenommen, mit dem ich auch gerne spielen würde-. Das Schaffen Kinder in dem Alter nicht. Noch nicht. Und wie gesagt, das überfordert manchmal auch viele Erwachsene. Das heißt, wir können nicht einfach von Kindern erwarten, dass sie dies einfach harmonisch im Gespräch lösen können. Also ich finde es manchmal auch ganz wichtig, dass wir uns bewusstmachen, dass sie das einfach noch nicht anders können. Ja, aber entscheidend, dass sie diese Sprachfähigkeit entwickeln und das hinkriegen, dass sie irgendwann eine Strategie, selber eine Strategie finden und entwickeln wie man mit Streitigkeiten umgeht, also dafür ist es ganz wichtig wie wir als Eltern, wir als Erwachsene auf die Streitigkeiten zwischen den Geschwistern reagieren. Und da können wir einfach durch Vorleben Strategien in die Hand geben. Vielleicht könnt ihr ja mal überlegen, welche Strategien habt ihr. Das heißt wie kann man mit Streitigkeiten oder Konflikten umgehen. Wie macht ihr das, was kennt ihr. Also denkt mal nach, schreibt mir die auch gern in den Chat. Weil immer, wenn man das reinschreibt, ist man dann nochmal aktiver beim Nachdenken, also deshalb motiviere ich Euch oft in den Chat zu schreiben, weil das einfach auch eine Form von Mitarbeit ist und ihr so ins Tun kommt. Und das ist in Webinaren oft ein bisschen schwieriger als im Real Life, weil man da einfach nachfragen kann. Genau, als da einfach echt überlegen, weil ich kenn jetzt z.B.: die Strategie die jeder kennt vom Kindergarten, die

im Kindergarten gelernt wird ist z.B.: Abwechseln – das heißt wir wechseln uns ab. Aber wenn ich mich abwechsele, muss ich zuerst wissen, was ich will und ich muss wissen, was der andere will. Das heißt um diese Strategie überhaupt einzusetzen muss mir erstmal klarwerden – der hat das Auto und ich will das Auto auch haben-. Und zudem Punkt kommen die Kinder erst gar nicht. Das heißt da geht es einfach, dass wir ihnen das Vorleben, dass Vorzumachen.

Und ich fang jetzt an und ich glaube das ist das, worauf ihr jetzt alle gewartet habt und zwar gebe ich Euch jetzt eine Strategie in Schritten, welche einfach bei Streitigkeiten mit Geschwistern meiner Erfahrung nach am besten funktioniert. Ja also ich wende die selber an, gebe diese auch im Coaching weiter, wobei es natürlich vorkommen kann, dass ich sie individuell anpasse. Ich werde sie Euch heute eher allgemein sagen und es geht dann darum, sie wirklich an Euch anzupassen. Das heißt ihr müsst dann zuhause schauen, was sind die Teile, die ich in meiner Familie anpassen und verwenden will.

Also erster ganz wichtiger Punkt über den man sich als Mama oder Papa Gedanken machen muss:

1. Ist meine Begleitung oder Einmischung kann man es auch nennen, notwendig und ist das erwünscht. Das heißt mach Dir als aller erstes Gedanken da drüber, ob es wirklich wichtig ist, ob Dich Deine Kinder gerade brauchen oder ob sie selbst einen Weg finden, mit der Situation zurecht zu kommen. Denn manchmal haben wir Eltern den Alltag uns nützlich zu machen und dann wollen wir erziehen. Und oft geschieht dieses Einmischen unserer wegen anstatt der Kinder wegen. Das heißt wir denken dann, wir müssen jetzt was tun, wir halten das nicht aus, dass es zum Beispiel so laut ist, das bringt mich beispielsweise auf die Palme. Das heißt manchmal ist es einfach etwas, wo wir denken, ich kann das grad nicht ertragen, dass mein Kind Konflikte hat und deswegen mische ich mich ein und das ist einfach total wichtig, sich darüber Gedanken zu machen. Das heißt braucht mein Kind, meine Kinder mich, muss ich mich wirklich einmischen oder muss ich mich nicht einmischen. Wenn ich zu dem Entschluss komme, ich muss mich nicht einmischen, dann mach es auch nicht. Setz Dir Kopfhörer auf, geh aus dem Raum, geh in den Garten, was auch immer. Natürlich dem Alter Deiner Kinder entsprechend. Aber da kannst Du wirklich weggehen, weil in vielen Fällen lernen die Kinder besser je weniger wir uns einmischen. Es gibt ein paar Kriterien, die ich immer nutze ist es jetzt notwendig das ich mich einmische oder nicht. Und das erste Kriterium ist Gewalt. Das heißt, wenn es mehr als „nur“ handgreiflich wird, also ein bisschen mehr als schupsen und rangeln ist ok. Wenn es aber so ist, dass es den Anderen verletzt, dann muss ich eingreifen. Und dazu zählt

für mich auch, ist einer deutlich stärker als der andere. Das heißt wenn ich jetzt eine Fünfjährige und eine Neunzehnmonate alte hab ist das schwierig, wenn die Fünfjährige auf Hundertachtzig ist und in ihrer Rage hinhaut, ist das einfach etwas, was sie nicht steuern kann. Und da verliert ganz klar die Neunzehnmonate alte. Bei Gleichaltrigen muss ich da nicht mehr so eingreifen, wie bei Kindern, die so stark auseinander sind. Das heißt wenn es jetzt so ist, dass Du sagst die beiden können sich gegenseitig verletzen, weil eine Neunzehnmonate alte kann auch schon ganz schön beißen oder hin kratzen und so Bisse sind echt schmerzhaft. Das heißt wenn eine von beiden stärker ist, gilt es einfach als Kriterium einzugreifen. Oder wenn ich merke, das wird unkonstruktiv, wenn ich sehe, die kommen jetzt aus der Spirale nicht raus. Das heißt der eine haut den einen, der haut zurück und so geht es immer weiter, es geht so von einem ins andere und sie schaffen es nicht aufzuhören. Dann macht es auch Sinn sich einzumischen – oder wenn die Kinder es massiv einfordern. Deine Kinder sagen Mama, der hat und sie schaffen es nicht dann macht es einfach auch Sinn sich einzumischen. In allen anderen Fällen kannst Du total entspannt sein.

2. Du hast Dich entschieden, Du mischt Dich jetzt ein oder Du mischt Dich jetzt nicht ein, aber dann kommt das Bewusst werden der eigenen Rolle. Das heißt wenn Du den Ausgang des Streites nicht mit eigenen Augen gesehen hast, wirst Du niemals sagen können wer angefangen hat. Und selbst wenn Du es gesehen hast – sei einfach vorsichtig, nicht die Position des Schiedsrichters einzunehmen. Das passiert so schnell. Das heißt wir gehen so schnell in die Rolle des Richters, des Schiedsrichters, wir schlagen uns auf eine Seite, wir stellen uns so zwischen die Fronten und dabei bewerten wir wer ist jetzt schuld. Und wenn es jetzt so eine Spielzeugstreiterei ist, sagen wir ok du bekommst jetzt das Spielzeug, du darfst es haben und dann fühlt sich der, der es nicht bekommt, ungerecht behandelt und da ist einfach die Tendenz, dass der nächste Streit beginnt. Und die Tendenz ist enorm hoch, weil der fühlt sich ungerecht behandelt und der will Rache. Und dann sagt er so – das nächst Mal bekommst Du aber Stress mit der Mama. Oder, ich weiß nicht ob ihr Eure Kinder schon einmal beobachtet habt, das ist nämlich schon spannend und ich hab das bei meinen Mädels schon gemacht. Die sind am Tisch gesessen und dann haben sie angefangen zu streiten und ich war eigentlich der festen Überzeugung ok die Große hat angefangen. Dann sehe ich aber wie die Kleine der Großen eine Grimasse macht – das heißt die haben Geheimzeichen und dann macht man nur eine Grimasse und das provoziert den Anderen einfach so massiv, dass der in die Höhe geht und das können die Kleinen auch schon. Das, was Du hast, egal ob Du es gesehen hast oder nicht Du schaffst Du es oft gar nicht den gerechten Schiedsrichter

zu machen. Und ich glaub auch, was Du Dir als Erwachsener bewusst sein solltest ist, dass Du oft den Kern des Problems nicht erkennst. Ja, das heißt Du kannst gar nicht gerecht das lösen, weil – weißt Du, manchmal ist es einfach nicht ersichtlich warum gerade ums rote Auto gestritten wird. Ja, weil es liegen noch mehrere Autos und darunter auch noch andere rote Autos. Das heißt es ist überhaupt nicht klar und Du denkst Dir bitte hört doch auf zu streiten darüber, es ist so ein Schwachsinn. Und wenn ich aber das Problem dahinter nicht sehe, das als Schwachsinn sehe oder mir denke was passiert da jetzt gerade. Wie soll ich ein Problem lösen können, das für mich gar keines ist. Wo ich eigentlich sage, ich sehe gar kein Problem. Es ist einfach irrsinnig schwer, deshalb solltest Du Dir Deiner Rolle bewusst sein und überlegen, kann ich unvoreingenommen in den Streit gehen und kann ich schauen was geschehen ist zwischen den beiden oder bin ich auch in dem – einer ist der Täter und einer ist das Opfer gefangen. Und bin ich der Richter der sagt Du bist die Schuld und Du bist die Arme. Oder Du hast angefangen und deshalb wirst Du jetzt an den Pranger gestellt. Das heißt geht's nur darum, den Schuldigen zu finden oder geht es wirklich darum, ok was ist jetzt der Konflikt der beiden und wie können wir das irgendwie konstruktiv lösen.

3. Ja genau, der dritte Punkt - wenn ihr dazwischen Fragen habt, weil ich rede jetzt gerade so schnell, schreibt sie bitte unbedingt in den Chat, wenn irgendetwas nicht klar ist. Der dritte Punkt in dieser Streitspirale ist, und jetzt geht's halt wirklich ums Eingemachte, ist stoppen. Wenn Du merkst, dass der Streit zwischen den Beiden unkonstruktiv und verbissen ist – oder wie eine Teilnehmerin geschrieben hat "dass endet in hauen" - dann ist es ganz wichtig, also wart einen kurzen Augenblick, und wenn Du dann merkst ok das funktioniert nicht, dann stopp es. Du kannst sagen STOPP, du kannst sagen Aufhören, Schluss jetzt, was auch immer. Also geh wirklich hin und stopp diesen Irrsinn, der da gerade passiert. Ja, stopp die Schreierei, stopp das Hauen. Bei wirklich großen Kindern, ich habe zuerst gelesen acht und dreizehn Jahre, also ich weiß nicht, ob die sich dann wirklich kloppen, wenn die sich wirklich hauen, bisschen witziger Ratschlag am Ende also da misch Dich nur mit Worten ein. Stell Dich nicht dazwischen. Ich habe, das einmal, da war ich noch blutjung, da war ich um die zwanzig und da hab ich das gemacht und hab mich zwischen die zwei Jungs mit denen ich da gearbeitet hab gestellt und hab nen Tritt vors Schienbein gekriegt, weil der Tritt eigentlich nicht mir gehörte sondern dem anderen Jungen und ich stand halt dazwischen. Und das hat echt weh getan, ja. Also das heißt, das ist echt unangenehm und ich mein dann bist Du raus. Also ich war da ausgenoggt, ich hab da nichts mehr schlichten können sondern ich war da mit meinem Schmerz

beschäftigt. Das heißt wirklich mach es mit Worten. Bei den Kleinen da kannst Du wirklich dazwischen gehen und die auseinanderhalten, aber bei den Größeren wirklich nicht dazwischen gehen, sondern mach es wirklich mit Worten. Und das Wichtigste - es geht wirklich darum es in einer Intensität zu tun, dass sie Dich hören. Das heißt ruf das so hoch, so laut, so innig aus wie Du den Drang danach verspürst. Es soll effektiv sein, das heißt es soll die Beiden verblüffen, die sollen wirklich verwundert sein, innehalten. Das heißt es geht nicht um halbherzige Bemerkungen, wie – wollt ihr jetzt vielleicht mal aufhören oder ich kann das jetzt bald nicht mehr aushalten oder könnt ihr nicht ein bisschen Rücksicht aufeinander nehmen. Also es geht nicht um Fragen, es geht auch nicht um ach jetzt hört doch mal auf, sondern es geht um ein wirklich ganz klares STOPP. Hört jetzt auf!! So und dann geht's im

4. Schritt darum, die Bedürfnisse dahinter zu erkennen und das geht mit kleinen Kinder, mit großen Kindern, mit Erwachsenen, die streiten. das heißt das ist überhaupt kein Thema. Wenn der Konflikt gestoppt ist, kannst Du den Kindern dabei helfen die richtigen Worte zu finden, die hinter Idiot, blöd. Spinner, was halt immer sie dir sagen, dahinterstecken. Das macht erstmal Sinn, die Bedürfnisse der beiden Streithähne zu erkennen, das heißt warum streiten sie und was will jeder einzeln. Und dazu kannst Du einfach Deine Kinder fragen. So was ist jetzt gerade das Problem, was willst du. Ich will das rote Auto, ich will auch das rote Auto. Okay, das heißt Dir ist dann mal klar: der will das rote Auto, der will das rote Auto. Oder ich will in meinem Zimmer spielen, ich will das der weggeht – ich will aber mit ihm zusammenspielen oder ich will aber dableiben. Okay. Der eine will, das der andere weg geht, der andere will aber dableiben. Das was wir brauchen ist der Konflikt mal klar definiert. Das habe ich zuerst gemeint mit sei Dir Deiner Rolle bewusst. Das heißt sei Dir bewusst darüber ob es Dir wirklich gelingt zu wissen, wissen zu wollen, erfahren zu wollen, was eigentlich den Konflikt grad ausmacht um was die zwei da gerade streiten. Ohne dass Du interpretierst und du dir denkst – mah jetzt streiten die schon wieder um dieses rote Auto, sondern geh hin und frag sie. Und der
5. Schritt ist dann das Bedürfnis zu kommunizieren. Das heißt, das was wichtig ist, dass die Kinder gegenseitig sich zuhören und die jeweilige Antwort des Anderen gehört haben. Aja da kann man dann auch manchmal, je nachdem wie sie drauf sind oder wie vertrackt die Situation ist, manchmal das wiederholen, manchmal haben sie das eh schon gehört. Und dann kannst Du sie fragen, was können wir jetzt tun damit ihr beide zufrieden seid. Ihr beide zufrieden seid – das ist ganz wichtig. Das heißt das ist wichtig, dass beide zufrieden sind. Das muss jetzt nicht hochglücklich sein, aber

beide sollen zufrieden sein, weil wenn wir jetzt die Situation haben, der eine hat das Auto, ist der andere nicht zufrieden. Wenn wir die Situation haben, ich will hier alleine in meinem Zimmer spielen und der andere will aber auch da sein und wir schicken den weg, ist der nicht zufrieden. Das heißt wir brauchen was – womit sind beide zufrieden. Beide zufrieden und das lenkt die ‚Aufmerksamkeit von der Vergangenheit in die Zukunft. Das heißt die Lösung bleibt optimaler Weise bei den Kindern, was bedeutet Du versuchst wirklich die Kinder dazu zu motivieren, Lösungen zu finden. Das kann die neunzehn Monate alte noch nicht, das kann die Zweieinhalbjährige auch noch nicht immer, aber ab drei, vier Jahren, also ab vier Jahren ist das wunderbar möglich. Die Kinder, die in den Kindergarten kommen, die lernen dort Strategien. Die lernen teilen, die lernen abwechseln, die lernen Streitschlichtungsstrategien in der Gruppe. Das heißt die können das und die schaffen das. Wenn gar nichts von den Kindern kommt, Du merkst da kommt nichts, die wissen gar nicht, was sie machen sollen, kannst Du mal natürlich Angebote und Vorschläge machen, aber mein Eindruck, oder meine Erfahrung ist, dass wir das viel zu schnell machen. Das heißt wir geben viel zu schnell Vorschläge ein und sagen, na ja von den Kindern kommt nix dann machen wir das so. Und dann kommt nur dieses nein, nein, nein, nein. Das heißt lass die Kinder auf eine Idee kommen – was können wir jetzt tun. Und wenn die Kinder was gefunden haben, dann ist es das und Deine Aufgabe als Erwachsene ist zu Ende. Dann haben die eine Lösung und sind sich selbst einander bewusster geworden. Und die fangen dann an, diese Strategie immer zu wählen.

Das heißt Beispiel, ich nenn Dir zwei Beispiele: Das erste Beispiel ist, ich glaub meine Große war so vier oder fünf ich weiß nicht mehr genau, jedenfalls waren sie mit einer Freundin im Wald und die beiden haben da an einem Stock rumgezerrt und haben sich da ziemlich gestritten. Und ich habe mich kurz dazu entschieden, mich da einzumischen, weil ich Angst hatte, dass es mit dem Stock zu einer größeren Verletzung kommt. Und das was ich gemacht hab, ich bin genau diese fünf Schritte abgegangen hab mir das kurz überlegt.

Schritt eins – ja ich greif ein, es ist notwendig.

Schritt zwei – ich mach mir meine Rolle bewusst, bin interessiert was genau ist jetzt das Problem. Das heißt was ich dann immer mach, ich stell das - Och die streiten jetzt um einen Stock und hab auch schon die Lösung- weg und ich sag NEIN. Sondern ich bin offen dafür was da kommt.

Schritt drei- dann geh ich hin und sag STOPP. Da haben mich die beiden Mal angeschaut und dann habe ich gesagt, ok was willst Du. Und dann hat meine Tochter

gesagt – ich will den Stock. Und dann hat die Freundin gesagt und ich will auch den Stock. Das heißt ihr beide wollt den Stock. Ja. Und damit ist der Konflikt offen auf dem Tisch. Und ich habe dann gesagt, gut wenn ihr beide den Stock wollt, es aber nur diesen einen Stock gibt, was können wir dann konkret tun. Was können wir jetzt tun, was brauchen wir jetzt. Und dann haben sie angefangen – wir können uns abwechseln, wir können noch einen zweiten Stock suchen, der so ähnlich ist. Und ich habe gesagt super macht das. Und die beiden sind los, sind in den Wald und haben weitergesucht. Das heißt, es geht manchmal so einfach und das, was sie lernen, je öfter du sie durch diese Strategie durchschickst, desto besser schaffen sie das. Das heißt bei uns ist es jetzt häufig so, dass die Große wenn sie mit der Kleinen streitet, in ganz vielen Situationen aber natürlich noch nicht bei allen, aber in vielen Situationen das schon selbstständig schafft. Also wenn da ein Streit aufkommt zur Kleinen sagt – du ich will das was willst du -. Die beherrscht diese Strategie, die beherrscht sie bei anderen noch besser, da ist es immer noch einfacher, als wenn man involviert ist, aber das geht wirklich, wirklich irrsinnig gut. Und das ist eigentlich so der spannende Punkt.

Es gibt dann noch die Familien, die da rausfallen, bei denen das gar nicht funktioniert, wo es sehr oft massive Konflikte zwischen den Kindern gibt, die sehr festgefahren sind. Das heißt man hat selbst so den Anschein, als ob ein kleinster Zwischenfall Anlass zum Streit gibt. Und das jetzt mal abseits von Corona, weil das war jetzt eine ganz spezielle Krisensituation für uns alle. Also wenn es da jetzt öfter Streit gegeben hat, fällt ihr nicht in die Kategorie rein, von der ich jetzt spreche. Aber wenn das so der Fall sein sollte und ihr das Gefühl habt, jeder kleinste Zwischenfall führt irgendwie zu so einem ganz großen Streit und ihr habt es schon mal ausprobiert, da mal die Rangordnung zu klären und andere Sachen auch und es will und will nicht klappen, da zahlt es sich dann mal aus die Familie zusammen zu rufen und ein Gespräch zu führen. Das heißt da wirklich gemeinsam mal zu schauen, was ist da derzeit in unserer Familie los. Und da kann man einfach mal an drei Orten suchen

- Zwischen Erwachsenen und Kindern gibt es da was Ungelöstes, irgendein Thema, ein Konflikt, der immer wieder hochkocht Das kann zum Beispiel auch mal Ankunft von einem neuen Geschwisterchen sein, das kann eine belastende Schulsituation sein, das kann Leistungsdruck sein, also was auch immer. Aber das heißt zwischen Erwachsenen und Kindern gibt es was, eine zu hohe Erwartung die alles belastet.
- Das kann ebenso zwischen den Erwachsenen und
- Das kann ebenso zwischen den Kindern so sein.

Und das was ich immer noch gerne dazu sage ist, der Grund für ein anhaltendes Konfliktpotential liegt sehr, sehr selten bei den Kindern. Das heißt meist ist es ein Eltern-

Kinder Konflikt oder ein Konflikt unter den Eltern schlummert, den die Kinder einfach widerspiegeln. Da gilt es einfach hinzuschauen. Das sind manchmal Kleinigkeiten und das sind manchmal aber auch größere Sachen und die gilt es sich einfach auch anzuschauen.

In den meisten Fällen ist es aber wirklich mit der Strategie und mit dieser Achtung der Rangordnung und mit dem Verständnis dafür, dass es einfach anstrengend ist mit vielem oft schon getan. Und das Ganze kann man natürlich auch immer wieder individuell an den Einzelnen ganz genau und gezielt anpassen. Das schafft nur leider dieses Webinar hier nicht.

So und jetzt wäre von meiner Seite her, aber jetzt habe ich ganz viel geredet, und jetzt schreibt mir mal, war das verständlich, habt ihr noch Fragen, da weiß ich immer noch nicht was ich da tun soll, da kenn ich mich jetzt immer noch nicht aus., da bräuchte ich jetzt noch einen Input. Also schreibt, schreibt das gerne mal rein. Was fehlt Euch noch, ist das irgendwie verständlich, wisst was zu tun ist. Das dauert immer ein bisschen. Also solange bis Ihr das getippt habe sage ich Euch noch was. Ihr sagt vielleicht poh, das habe ich mir nicht alles gemerkt, oder ich würde gerne noch ein paar Aspekte haben, weil es gibt ja ganz, ganz viele Aspekte. Ja dann mag ich Euch noch einladen nächste Woche also Montag den 13.07.2020 erscheint in meinem Podcast eine Folge zum Thema Geschwister, das heißt da werde ich auch noch mal was dazu sagen. Vielleicht habt ihr ja Lust Euch den anzuhören. Den findet Ihr einmal auf meiner Seite

www.beziehungsorientiert.at unter Podcast oder auch bei iTunes und Spotify , da kann man einfach beziehungsorientiert Podcast eingeben und das geht ziemlich super

So jetzt schreibt eine Mama "es war sehr verständlich, nur glaube, ich dass es mir sehr schwer fällt die Rangordnung wiederherzustellen. Ich neige dazu mich auf die Seite der Kleinen zu stellen, meine Kinder sind viereinhalb und zwei." Hmmh ja das ist genau das, was ich zuerst gemeint hab. Zwischen zwei und viereinhalb Jahren ist jetzt noch die Spanne ziemlich groß, aber die wird halt einfach verschwindend gering. Und das was Du machen kannst, Du kannst Dir für ganz viele Bereiche vorstellen und überlegen wo kann ich sie herstellen. Wo geht's drum, dass die Große einfach mehr Rechte hat. Das heißt wo kann ich die Große groß sein lassen und wo kann ich das hervorheben, dass sie eben schon die Große ist. Ja also setz Dich einfach mal hin zuhause und denk mal darüber nach wo ist was, was ich der Großen auch schon zumuten kann und sagen kann hey und da kriegst du jetzt eine Sondervergütung. Und da geht es gar nicht um so große Sachen, sondern da geht's manchmal um zehn Minuten länger aufbleiben und da noch irgendwas zu machen. Also manchmal ist es einfach nur das Aufbleiben, manchmal ist es, dass die große mit Dir schon ein Buch anschauen darf, das noch zu gruselig ist für deine kleine Schwester. Also was auch immer. Oder das Lesen geht ja noch nicht, weil

die kann ja nur Bilder angucken. Das sind manchmal ganz kleine Sachen. Also mach Dir da nicht so einen riesen Stress damit. Ich kann halt hier nur die Inputs geben, die individuelle Anpassung die passiert dann im Coaching. Ja.

Eine andere Teilnehmerin "ja das klingt super, das werde ich ausprobieren" wieder eine Andere "ich verinnerliche mir gerade die Strategie" ja mach das, also das ist echt wirklich, ja am Anfang ist es ein bisschen anstrengend, weil man ja auch noch in seinen eigenen Mustern gefangen ist. Aber wenn man dann rauskommt und wenn man es dann ein paar Mal gemacht hat, dann rennt das wie von selber. Das geht wirklich ganz, ganz einfach.

Wieder eine Teilnehmerin schreibt

"Ich denke das mit der Rangordnung ist am schwersten, weil oft wirken gerade diese Unterschiede ungerecht."

Ich mag vielleicht noch was, weil das kommt mit dem Ungerecht. Das was wir versuchen ist unsere Kinder gleich zu behandeln. Und ich kenn das von vielen Mamas, ich habe mal ne Freundin gehabt und mit der waren wir auf Urlaub und die hat dann für ihren großen Sohn, weil der das gebraucht hat eine Jacke gekauft, weil sie die einfach gefunden hat. Und dann hat sie für die Kleine auch noch nach einer Jacke gesucht und war wirklich am Verzweifeln und ich habe gesagt na ja aber, wenn du jetzt keine findest, das macht doch nichts, braucht sie denn jetzt eine. Und sie sagte, nein die braucht keine, aber sonst ist es ungerecht. Und ich glaube das ist ein Thema, was wir als Eltern unseren Kindern so aufdrücken. Das heißt wo wir das Gefühl haben, wir müssen sie total gleichbehandeln und wir müssen alles gleichmachen, weil dann haben sie das Gefühl die Liebe ist gleich verteilt bzw. wir haben dann das Gefühl die Liebe ist gleich verteilt.

Ich glaube aber, dass man Kinder nicht gleich behandeln kann, weil Kinder unterschiedliche Bedürfnisse haben und weil Kinder unterschiedliche Sachen brauchen. Es gibt Kinder, also keine Ahnung, es gibt Kinder die brauchen, dass sie ins Bett gebracht und beim Schlafen begleitet werden und das Geschwisterchen schafft das aber alleine. Oder es gibt Kinder die sind motorisch ganz fit, die lieben das Fahrzeuge zu fahren zu mache und zu tun, alle möglichen Sachen und stellen sich dabei sehr geschickt an. Die anderen machen das vielleicht nicht, die sind aber total kreativ und sind in diesem kreativen oder musikalischen Bereich. Das heißt ich kann da gar nicht gerecht, also gerecht im Sinne von gleichbehandeln, weil es einfach Unterschiede gibt. Und ich kann einem Kind, also wenn mein eines Kind mit sechs was gebraucht hat, was mein anders Kind mit sechs nicht braucht, muss ich dem das ja nicht überstülpen. Das heißt es geht wirklich darum zu schauen, weil ich kann mein Kind nicht gleich behandeln, weil sie nicht gleich sind. Ich kann Menschen nicht genau gleich behandeln, also jetzt von den

Werten schon aber nicht im einzelnen Detail, weil sie nicht gleich sind, weil sie nicht die gleichen Bedürfnisse haben, weil sie nicht genau das Gleiche brauchen

Eine Teilnehmerin "Meine Kleine ist kopfmässig schon so weit, dass sie nicht mehr zum Überzeugen ist, wenn sie etwas noch nicht darf" Ja genau, es geht auch nicht darum sie zu überzeugen ja, also es geht nicht darum sie zu überzeugen es geht darum da Du Dir überlegst – du pass auf das darfst du nicht und das entscheide ich. Und rechne damit, dass die auszuckt und dass die sich ärgert und frustriert ist und das ist ok und das darf sie sein. Und das kannst Du dann auch sprechend begleiten, aber Fakt ist, sie ist die Kleine und wenn du ihr dies alles zugestehst, dann wird die Große immer ärgerlicher auf sie, weil sie sagt hey das sind eigentlich Sachen die stehen mir zu. Und jetzt behandelt aber die Mama diese Kleine da, die da vielleicht noch eine Windel hat, was auch immer, oder die noch einen Schnulli hat oder noch aus einer Milchflasche trinkt, also irgendwas wird sie haben, weil sie ist jünger als ich und das ist unfair. Das heißt da geht es wirklich darum, dass Du Dir etwas überlegst. Wo du sagst ok da ist stopp.

Eine andere Teilnehmerin schreibt "Ja ein gutes Thema mit Gleichbehandlung der Kinder das ist unmöglich wegen der Unterschiede und Bedürfnisse". Ja genau, es ist unmöglich. Ich kann nicht alle, also ich kann sie nicht gleichbehandeln. Und es gibt einfach Kinder, die haben viel mehr Bedürfnisse, also die brauchen viel mehr. Und natürlich kriegen die dann auch viel mehr. Und der andere ist vielleicht oder mein anderes Kind ist mit weniger zufrieden. Also ich glaub es geht darum, dass die Kinder das Gefühl haben, sie werden beide geliebt. Aber es geht nicht um Deine, also wir sind immer so bemüht eine Waage hinzustellen und zu sagen ok jetzt hat der was gekriegt, jetzt kriegt der auch was. Aber vielleicht braucht er das gar nicht. Das heißt lös Dich davon, mach Dich frei von dem, dass das Deinem Gerechtigkeitssinn gefallen muss ja oder passen muss und schau einfach was sind die Bedürfnisse der Kinder und wie sind die mit dem zufrieden.

Eine Teilnehmerin schreibt "Es ist beruhigend, dass auch andere Eltern diese Probleme haben" JAA. Immer, immer. "Es plagt einen das Elterngewissen dabei". Ja natürlich, natürlich, plagt einen das Elterngewissen voll, ich mein ich kann das auch nachvollziehen. Also ich denk mir, also auch mein Elterngewissen plagt es manchmal, weil ich mir einfach denke, Du hast manchmal, also das was Du mit dem ältesten Kind gemacht hast, wenn ich mir überlege ich hab mit der gemalt, gebastelt, ich hab so viel Zeit mit der alleine gehabt. Ich habe der Bücher vorgelesen – stundenlang. Und das mache ich mit der Kleinen nicht, weil einfach auch die Zeit fehlt, zumindest nicht in der Intensität, ich mach das schon aber nicht in der Intensität, wie die Große das bekommen

hat. Und da fängt es schon an, dass es unfair ist. Die meisten wissen das auch, das erste Baby erlebt man so irgendwie in Ruhe. Man sitzt am Sofa spürt seinen Bauch spürt die Bewegungen und ist so fasziniert und gönnt sich Ruhepausen – und das geht beim zweiten einfach nicht mehr. Weil da ist das Erste, das was einfordert, das was braucht, das was will. Das heißt es geht nicht dieses Konzept und wir hecheln dann die ganze Zeit hinterher und wollen gleichberechtigten und wollen gleich und gleich und gleich. NEIN vergiss es. Schau, da hechelst Du einfach was hinterher was es einfach nicht gibt.

Eine Teilnehmerin schreibt “die Strategie finde ich super, auch sich die Zeit nehmen was sind Bedürfnisse und was steht dahinter“ – ja Dankeschön

Und wieder eine andere Teilnehmerin schreibt “und beim dritten Kind gibt es überhaupt keine Exklusivzeit mehr“ Ja genau, genau beim dritten Kind gibt es keine Exklusivzeit mehr. Und das ist aber manchmal auch ganz ok , weil das dritte kennt gar keine Exklusivzeit. Ja also schau, bei uns ist das so, die erste kennt das schon, für die war das schon das vom Thron geschuppt werden. Und der ist es auch wichtig, Mamazeit zu haben. Unserer zweiten Tochter ist Mamazeit alleine gar nicht so wichtig. Ganz im Gegenteil, wenn die Große mal bei einer Freundin ist, dass die Kleine dann eigentlich sagt, wann kommt die endlich wieder nach Hause. Das heißt denen ist das auch nicht immer so wichtig. Aber das ist das, was bei uns im Kopf immer so geht, wir müssen das mit allen gleich machen sonst fühlen sie sich nicht geliebt.

Also löst Euch von dem was in Eurem Kopf ist und was Eure Bewertung ist und schauts was braucht oder was will Euer Kind. Was ist für Euer Kind wichtig.

Weil ich gerade gelesen habe “Der Austausch ist so wichtig“ – Wenn Ihr Lust habt auf Austausch oder da irgendwie, das tut so gut, das zu lesen oder hier und da brauch ich den einen oder anderen Tipp mehr, dann kommt gerne, also die die noch nicht dabei sind, in meine Facebookgruppe Beziehungsorientiert Elternsein. Da kannst Du Dich nämlich nicht nur mit anderen Eltern austauschen, sondern Du bekommst von mir auch Wissen, Du bekommst von mir auch Tipps Du bekommst Inspiration zu schwierigen Themen im Familienalltag. Ja und wenn Du das Gefühl hast das alles reicht nicht, ich brauch irgendwas extra, dann melde Dich einfach gerne bei mir. Also schreib mir irgendwie ein Email und dann schauen wir mal ob und wie ich Dich ganz individuell Unterstützen kann

Ja eine Teilnehmerin schreibt “Vielen Dank, tolle Inputs und ich freue mich sehr auf die kommenden drei Seminare, die sind für mich da meine Kids fünfzehn und eineinhalb noch nicht so viel streiten. Aber hab mir viel mitgenommen für die Zukunft“ Ja Danke, das

ist gut wenn Du Dir das jetzt schon mitnimmst, weil streiten werden sie sicher und wenn Du ihnen von Anfang an eine gute Strategie bebringst und da gewappnet bist ist das ja auch total toll.

Eine weitere Teilnehmerin schreibt "für meinen Sohn sieben Jahre ist Exklusivzeit weit wichtiger als meinen Sohn mit zwei, der das gar nicht kennt" Ja genau, der kennt's nicht anders. Bei uns ist das auch das selbe und ich kenn das auch von vielen, vielen anderen Eltern. Aber wie gesagt, das ist das, was bei uns im Kopf ist und das ist so. um das Ganze nochmals zusammen zu fassen: Versuche Dich einfach zu lösen von dem, was Du glaubst und Du bewertest und schau viel mehr hin, was brauchen Deine Kinder, was sind deren Bedürfnisse, wobei Bedürfnisse ist nicht immer alles zu erfüllen sondern heißt auch manchmal STOPP zu sagen und ne klare Grenze zu ziehen, weil da gibt es einfach auch Bedürfnisse nach Geborgenheit, nach Sicherheit, nach Orientierung und die müssen wir ihnen als Eltern geben. Du kannst aber Deinem Kind auch Orientierung geben indem Du sagst STOPP das geht aber heute nicht. Das heißt schau einfach, dass Du die Bedürfnisse aller Familienmitglieder unter einen Hut bekommst. Ich glaube das ist die große Herausforderung. Also es geht nicht darum dieses Beziehungs- oder Bedürfnisorientierte nur für deine Kinder zu leben. Es geht darum es für alle Familienmitglieder zu leben, so dass es irgendwie für alle passt.

Gut ich habe gerade gesehen die Zeit ist um. Ich hab jetzt auch noch nicht extra Fragen gesehen. Wie gesagt wir haben eh noch eine Reihe. In vierzehn Tagen ist das nächste Webinar, wo sich auch einige von Euch schon angemeldet haben.

Vielen Dank fürs Zusehen, das war voll fein heute mit Euch! Wir sehen uns wieder, den einen oder anderen seh ich vielleicht in der Facebookgruppe

Eine Teilnehmerin schreibt "Vielen Dank, bin beim nächsten Mal sicher wieder dabei."

Ja ich sag vielen Dank fürs Einbringen, das ist halt immer so eine Sache bei den Webinaren, wenn keiner sich traut zu schreiben oder sich nicht einbringt, wird das einfach sehr viel flacher, weil dann kann ich was erzählen, aber dann ist das nicht so lebendig. Ja also danke Euch und ich wünsche Euch noch einen superfeinen Abend und ja noch viele sommerreiche Tage bis zum nächsten Mal - Tschüss.