



# STREITEN GESCHWISTER, SOLLS KEINE SIEGER GEBEN

Geschehen lassen statt eingreifen. Vermitteln statt Lösungen präsentieren. Wenn Geschwister streiten, sollten Eltern zuerst eine Beobachterrolle spielen. Wir erklären, warum. VON MARTIN SCHUPPLI

Die heile Familienwelt ist schnell zerstört. In der Stube «fliegen die Fetzen». Der Kleinste brüllt wie am Spiess, die Älteste hält triumphierend eine knallrote Bohrmaschine in die Höhe und der Mittlere versucht mit allen Mitteln, sie ihr zu entreissen. Was sollen die Eltern nun am besten tun? Schimpfen? Im Befehlston Anweisungen geben? Die rote Bohrmaschine wegnehmen und wortlos im Garderobenschrank einschliessen?

## ERST BEOBACHTEN, DANN SCHLICHTEN

«Nichts von alledem», sagt Dr. Irina Kammerer. Die Kinder- und Jugendpsychologin ist Leiterin des Bereichs Beratung und Therapie für Kinder, Jugendliche und Familien an der Universität Zürich. «Beobachten Sie die Szene, greifen Sie vorerst nicht ein. Wenn Geschwister streiten, ist das ein normaler Prozess. Es ist nichts Abstruses, alles ist okay.» Wer diese Szene beobachtet, wird sehen, dass der Kleine mit der Zeit aufhört zu brüllen, da er merkt, sein Leben ist nicht bedroht.

Der Ältesten schmerzt irgendwann der Arm und so kommt die Bohrmaschine wieder herunter. Kurz danach ist ein Kompromiss ausgehandelt. Die Älteste schlägt vor, dass zuerst der Kleinste einige Löcher bohren dürfe und dann der Mittlere weiterarbeiten könne. «Kinder sollen lernen, ihre Konflikte zu lösen», sagt Irina Kammerer. «Das heisst aber, dass sie die dazu nötigen Strategien austesten müssen. Schliesslich gilt auch hier: Wer sich aneinander reibt, wächst. Soziale Kompetenz kann nur erlangen, wer imstande ist, Konflikte kompetent und einvernehmlich zu lösen. Dazu braucht Übung.»

## KINDER FINDEN SELBER LÖSUNGEN

Eltern sollten also Ruhe bewahren. Solange keiner der Streithähne Gewalt anwendet und Spielzeuge nicht zu gefährlichen Wurfgeschossen werden, ist Zurückhaltung geboten. «Meist greifen die Eltern zu früh ein. Sie dürfen den Kindern durchaus zutrauen, Lösungen zu finden. Wenn es aber nötig ist, einzugreifen, dann sollte das vermittelnd sein», sagt Irina Kammerer. «Präsen-

tieren Sie keine fixfertigen Lösungen. Kinder sollen lernen, selber zu handeln und zu denken.» Erkundigen Sie sich, was genau das Problem ist. Danach drängt sich die Frage auf, wie man es lösen könnte. «Im besten Fall unterstützt die Mutter oder der Vater die Kinder, beruhigt sie und hilft ihnen, eine Lösung zu finden. Vielleicht bringt der Erwachsene Ideen ins Spiel, zeigt Möglichkeiten auf, den Streit friedlich zu schlichten und allfälliges Unrecht wieder gutzumachen», rät die Expertin.

## MACHTWORT SOLL GEWALT STOPPEN

Artet der Streit aus und setzen die Streitenden ihre Spielzeuge als Waffen ein, müssen Erwachsene ein Machtwort sprechen. «Signalisieren Sie klar und deutlich, dass das nicht geht. Kinder müssen wissen, dass niemand mit Gewalt Probleme lösen kann», sagt Irina Kammerer. Fragt sich nun, wo und wie Kinder streiten lernen. Eine Möglichkeit ist «learning by doing» – unter dem Motto: «Wir machen es wie die Grossen.» Darum ist es gut, wenn Erwach-

## SECHS STREITREGELN

Diese Regeln verstehen alle. Diskutieren Sie sie mit Ihren Kindern.

### 1 Ohne Gewalt

Keine Gegenstände werfen und nicht aufeinander einschlagen. Beissen, an den Haaren reissen und treten ist ebenfalls verboten.

### 2 Fair bleiben

Nicht auf Kleinere und Schwächere losgehen. Nie mehrere gegen einen.

### 3 Nachgeben

Es bricht niemandem eine Zacke aus der Krone, wenn er einmal nachgibt.

### 4 Ein Ende finden

Aufhören, wenn einer nicht mehr mitmachen will.

### 5 Frieden schliessen

Ein ehrenhafter Kompromiss ist immer möglich.

### 6 Konstruktiv sein

Ein guter Geschwisterstreit endet mit einer «Einigung», nicht mit Sieg und Niederlage.



sene eine normale Streitkultur pflegen. Irina Kammerer: «Wenn Eltern ständig streiten, belastet das die Kinder. Vor allem, wenn weder eine Versöhnung noch eine Konfliktlösung stattfindet. Kinder müssen sehen und erleben, dass man sich versöhnen kann – trotz unterschiedlicher Meinungen. Eine Beziehung soll auch nach einem Streit einvernehmlich weitergehen.»

#### TROTZ ANDERER MEINUNG OKAY SEIN

Herrscht in der Familie eine konstruktive Streit- und Konfliktkultur, lernen Kinder, «dass man unterschiedliche Vorstellungen haben darf», sagt Irina Kammerer. «Sie merken, dass ich mit einer anderen Meinung auch okay bin. Sie spüren, ich darf meine eigenen Ansichten äussern.»

Ebenfalls lernen soll ein Kind, dass das Leben in einer Gruppe immer wieder gewisse Anpassungen erfordert. Etwa

Rücksichtnahme auf andere. Aber wie? Dazu Irina Kammerer: «Lassen Sie sich nicht auf Machtkämpfe ein. Besprechen Sie mit Ihrem Kind in Ruhe, was machbar ist und wo Sie mit seinem Verhalten nicht einverstanden sind. Zeigt es sich uneinsichtig, lassen Sie es einfach stehen. Ignorieren Sie es, wenn es aggressiv reagiert oder herumkommandiert.» Wichtig ist es, zu signalisieren, dass die Eltern bestimmen, wies läuft. Erst wenn das Kind merkt, dass es seine Ziele auf diese Art und Weise nicht erreicht, wird es sein Verhalten ändern. «Besprechen Sie Konflikte offen innerhalb der Familie. So lernt Ihr Sprössling, dass es bei Diskussionen keine Gewinner und Verlierer geben muss.»

#### KONSEQUENT SEIN UND KLARE REGELN AUFSTELLEN

Gut ist, wenn klare Regeln herrschen. Kinder wünschen sich Eltern, die ih-

nen Halt geben. «Deshalb», rät die Psychologin, «reden Sie mit Ihren Kindern, erarbeiten Sie gemeinsam mit ihnen sogenannte Familienregeln.»

Dabei gilt: Statt vieler «Paragrafen» sollten Eltern lieber ein paar wenige, klare Richtlinien aufstellen, die für alle gut verständlich und umzusetzen sind. «Geben Sie Ihren Kindern die Möglichkeit, selbst eigene Ideen zu entwickeln, zum Beispiel wie sie ein ständig wiederkehrendes Problem angehen wollen. Schreiben Sie diese Ziele, Ideen und Regeln auf und achten Sie darauf, dass alle diese gemeinsam getroffenen Vereinbarungen einhalten. Seien Sie konsequent.» Das gilt für sämtliche an der Erziehung beteiligten Erwachsenen. Sie müssen alle die gleiche Meinung vertreten und wenn möglich immer gleich reagieren. Dadurch erfahren Kinder Kontrollierbarkeit und Vorhersehbarkeit, wichtige Eigenschaft die ihnen Sicherheit und Halt geben.

#### TIPPS FÜR ELTERN



**Dr. Irina Kammerer**

leitet am Psychotherapeutischen Zentrum des Psychologischen Instituts der Universität Zürich die auf Kindes- und Jugendalter spezialisierte Fach- und Beratungsstelle. Sie steht Kindern, Jugendlichen und deren Familien sowie Fachleuten zur Verfügung.

Weitere Informationen  
Internet [www.psychologie.uzh.ch/](http://www.psychologie.uzh.ch/)  
Telefon 044 634 52 54