



, 18 Januar 2018

Zoff im Kinderzimmer

Geschwister, die miteinander streiten, konkurrieren und aufeinander eifersüchtig sind, gehören zum Alltag.

Wie können wir als Eltern unsere Kinder bei diesen Streiten unterstützen?

Kaempf Samantha
Lic. Phil. psych. FSP
Erziehungsberaterin



Inhalt



- ✓ **Streiten ist normal**
- ✓ **Geschwister-Konstellation**
- ✓ **Gefühle - Eifersucht**
- ✓ **Streiten vermeiden**
- ✓ **Hilfe wenn sie streiten**
- ✓ **Konfliktgespräch**
- ✓ **Bücher für Kinder & Erwachsene**



Die Streiten sind ein riesig Stress für Eltern



Die Eltern fühlen sich:

- hilflos
- wütend
- belastet
- gestresst
- erschöpft
- angespannt
- verzweifelt
- usw....



...aber sie sind wichtig für die Entwicklung



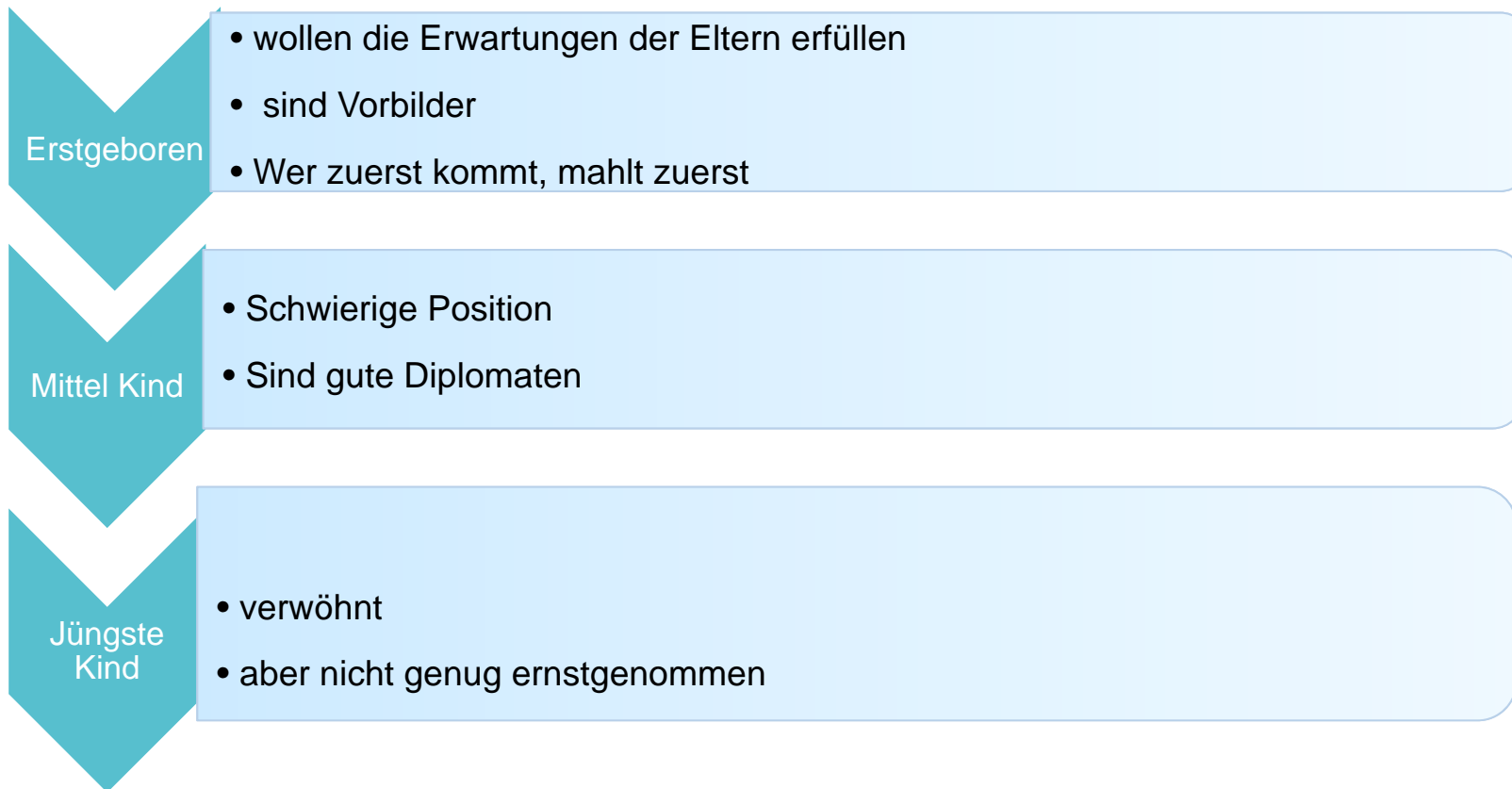
Die Streiten fördern unterschiedliche Sozialkompetenzen wie...

- ✓ mit Konflikten umgehen
- ✓ Lösungen suchen
- ✓ Emotionen erleben (Wut, Frustration, Traurigkeit,...)
- ✓ sich versöhnen
- ✓ Verhandeln
- ✓ teilen
- ✓ Toleranz gegen Unterschieden
- ✓ die Bedürfnisse anderer wahrzunehmen

- ✓ usw...



Geschwisterkonstellation : Tendenzen



Frage



Stellen Sie sich diese Situation vor:

- **Wie würden Sie sich fühlen?**
- **Was denken Sie?**
- **Wie würden Sie reagieren?**
- **Was könnte Ihnen helfen?**



Video: <https://www.youtube.com/watch?v=ARB3KJhRWis>

Gemeinsames Gefühl: Eifersucht



Angst von Liebeerlust !!!



Mögen sie mich nicht mehr?

Bin ich nicht genug?

Haben sie mich vergessen?

Diese Gefühle wahrnehmen



- **Gefühle wahrnehmen**
- **Liebesvolles Verständnis**
- **Strategie zusammen finden**

«Ich sehe, dass es sehr schwer für dich ist»

«Ich verstehe, dass du leidest und Angst hast»

Was können wir tun?



- **Aufmerksamkeit schenken**
- **Kinder nach eigenen Bedürfnissen behandeln**
«Das Gleich bekommen ist ungerecht !»
- **Kinder nicht vergleichen**
- **Situationen beschreiben ohne beurteilen**
- **Kinder loben**
- **Regeln benennen**
«Ihr dürft nicht euch gegenüber verletzen.»

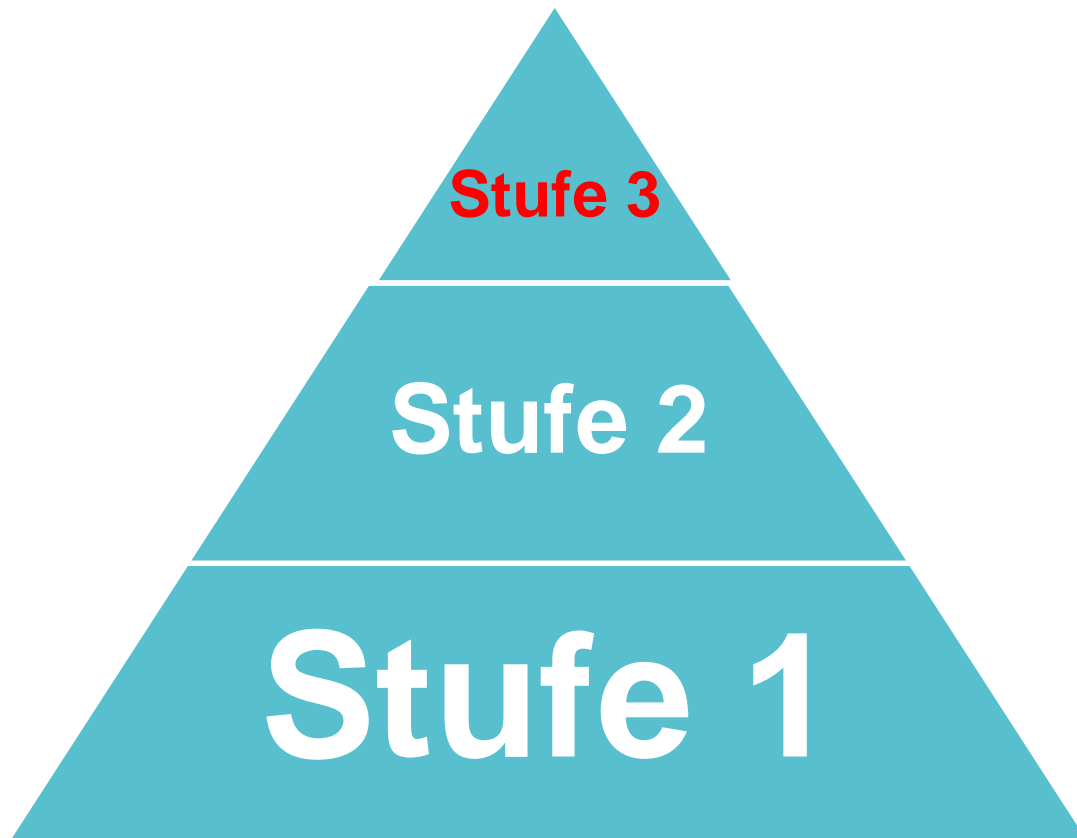


Wenn Ihre Kinder streiten:

Was hilft?

oder was hilft nicht?

Wenn sie streiten...



Streiten: Stufe 1

Normales Geplänkel



- **Ignorieren**
- **Lenken Sie ab**



Ihre Kinder üben sich gerade in der Konfliktlösung

Streiten: Stufe 2

Eingreifen möglich



- **Die Wut beider Kinder anerkennen**
«Ich sehe zwei Kinder, die sauer aufeinander sind»
- **Die Situation beschreiben**
«Du spielst mit diesem Spielzeug und du, Laura, du möchtest gerade auch mit diesem spielen»
- **Das Problem ernstnehmen**
«Das ist schwierig: zwei Kinder und nur ein Spielzeug!»
- **Ermutigen eine Lösung zu finden**
«Ich vertrauen euch, dass ihr einen Kompromiss findet, der für beide fair ist»
- **Zimmer verlassen**

Streiten: **Stufe 3**

Die Situation ist gefährlich



- **Die Situation beschreiben**

«Ich sehe zwei wütende Kinder, die sich weh tun»

- **Kinder trennen**

«Zusammen bleiben ist jetzt zu gefährlich! Ihr braucht Zeit um euch zu beruhigen. Du gehst in dein Zimmer und du auch.»

Konfliktgespräch

Nach einer Streitsituation



- **Wenn die Kinder wieder ruhig sind**
- **Ziel: die Perspektive des anderen zu verstehen**
- **Eltern haben die Rolle des Moderators**



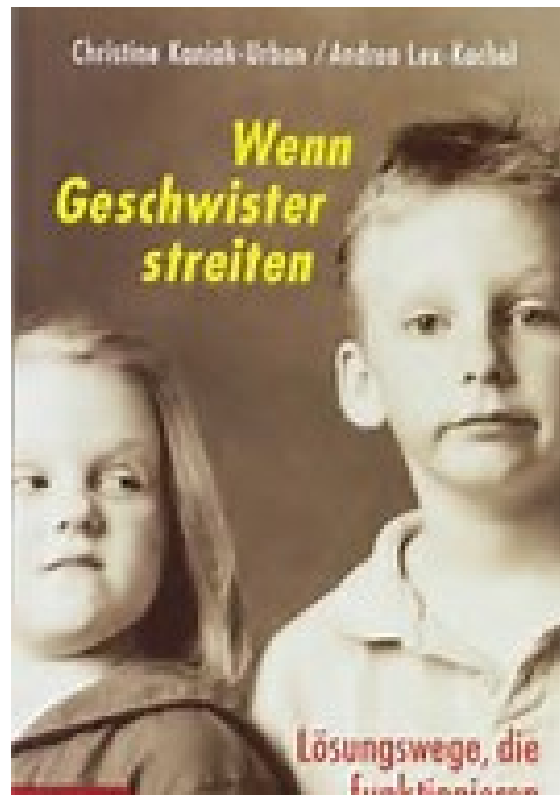
- **Jeder darf seine Version des Streits berichten**
Ohne Unterbrechung oder Schimpfwörter
- **Der Eltern fasst die Versionen zusammen und nimmt die Gefühle wahr**
«Du fühlst dich wütend. Du findest, alle beschäftigen sich nur mit Laura...»
- **Der Eltern ermutigt die Kinder selber eine Lösung zu finden**
«Was wünschst du dir von ihr? Was würde dir helfen?»

➡ die Gewaltfreie Kommunikation kann hilfreich sein.

Bücher für Kinder



Bücher für Erwachsene



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

Fragen?



erziehungsberatung@projuventute-sz.ch

