



Tipps für unsere JEW-Familien

Zuhause-Zeit kann Kindern und Eltern gut tun!

Rund-um-die-Uhr beisammen sein ist eine Chance, die es zu nutzen gilt. Doch:

Viele Wochen zusammen zu Hause zu verbringen, kann für alle Beteiligten ziemlich anstrengend werden und die Eltern-Kind-Beziehung belasten. Was tun, wenn die Kinder immer wieder streiten?

Wenn Kinder streiten

Streit unter Kindern ist normal und keine Seltenheit.

Mögliche Gründe gibt's genug: Wer darf was wie lange haben? Wer darf bestimmen? Wer darf mitspielen?

Und: Streit ist gesund und grundsätzlich erlaubt.

Streiten ist „ein Ausdruck nicht unterdrückbarer gesunder Kräfte im Kind.“ (nach Richard A. Gardener, Psychologe). Geschwisterrivalität ist der Kampf um den Ausdruck der eigenen Persönlichkeit im familieninternen Konkurrenzgerangel.

Eltern tun sich sehr schwer mit der gelassenen Sicht auf ein solches Geschehen und reagieren häufig viel zu schnell. Die Nerven liegen blank, die Streithähne werden getrennt, in Machtwort wird gesprochen. Es wird gedroht, gebrüllt, gemeckert, getrickst und abgelenkt – der Überblick geht verloren.

Im Handumdrehen ist man in den Streit der Kinder verwickelt: Voreilig gibt es einen Schuldigen, entschieden wird, wer Recht hat und ungefragt wird eine Lösung präsentiert. „Du als die Große kannst doch wirklich mal nachgeben“ oder „Sei doch mal lieb zu ihm, schließlich ist er doch dein kleiner Bruder.“ Mit solchen Appellen erreicht man gar nichts.

Die Kinder selbst sehen es anders: „Streiten ist auch Spaß“. Kinder streiten nicht, wie's den Eltern scheint „niederträchtig“, „gemein“ oder „boshaft“, sondern treten im Streit offen gegeneinander an – vorausgesetzt natürlich, ihre Eltern halten das aus. Sie werten es eher positiv, wenn sie ihre Gefühle ausleben dürfen und dabei gewisse Regeln einhalten. Erstarren, tagelanges Angiften und böses Schweigen kennen die Erwachsenen eher von sich. Im Kinderzimmer hingegen gibt es Krach, aber keinen Kalten Krieg. Kinder verfügen über ein breites Repertoire, sich direkt zu streiten. Und gehen danach schnell wieder zur Tagesordnung über. Sie vergessen.



Greifen Eltern zu früh in den Streit ein, bringt das die Kinder aus ihrem Streitkonzept: Die Sache, um die es geht, bleibt ungeklärt und schwellt weiter. Wenn Erwachsene ihre Macht ins Spiel bringen, bringen sie Kinder um die Chance, aus ihrem Streit zu lernen.

Das bedeutet:

- ⇒ Beobachten Sie den Streit genau: Wer hat hier welches Anliegen?
Welche Dynamik ist am Werk?
- ⇒ Halten Sie sich an die eigenen Streit-Regeln (siehe unten).
- ⇒ Machen Sie sich klar, welches Ziel Sie haben, bevor Sie eingreifen:
 - Ruhe wiederherstellen, Regeln durchsetzen?
 - Einzelnes Kind stützen, schützen?
 - Kinder befähigen, den Konflikt konstruktiv zu lösen und daraus etwas zu lernen?

Geschwister streiten häufig um die Aufmerksamkeit und Gunst der Eltern, um Privilegien und Besitz, weil sie glauben, dass all das weniger wird, wenn man es teilen muss. Sie entwickeln ein untrügliches Gespür dafür, womit sie die meiste Aufmerksamkeit bekommen.

Und Streit ist nicht gleich Streit:

Wenn wir die Kinder auf ihr Streitverhalten festlegen („Streithammel“, „Opferlamm“), wird ihnen die Erfahrung genommen, sich verschieden zu verhalten und zu erleben. Es entsteht eine Verhaltens-Einbahnstraße ohne Alternativen, auf die das Kind mehr und mehr festgelegt wird.

Kinder müssen streiten.

Im Streit erfährt man am besten, was es heißt, eigene Grenzen zu ziehen, die der anderen zu respektieren, sich in jemand anderes hineinzusetzen, seine eigenen Gefühle auszudrücken, seine Meinung vertreten zu können, ohne den anderen zu verletzen, und zu ertragen lernen, dass man verschieden ist.

Sich nicht unterbuttern zu lassen und trotzdem eine Lösung, die allen Beteiligten gerecht wird, zu finden, ist nicht einfach! Dies gilt es zu üben und zu lernen – am besten beim Streiten!

Auf lange Sicht lernen die Geschwister, Konflikte durchzustehen und entwickeln dabei ihre Sozialkompetenz, Moral, Mut, Kreativität und Loyalität.



Orientierungshilfen für die Eltern/Begleiter*innen streitender Kinder:

1. Die Familie dient als Ort, das Streiten zu lernen, denn in der Familie sollte nie Platz für nachtragendes Verhalten sein. Streitet und vertragt euch immer wieder. So lernt dein Kind wie normal, aber auch wichtig es ist.
2. Gewalt sollte nie eine Rolle in einem Streit spielen.
3. Üben Sie in Rollenspielen das Streiten und Vertragen. Ihr Kind lernt, wie es sich in Streitfällen verhalten kann.
4. Bieten Sie Ihrem Kind nach einem Streit dennoch Trost und Zuwendung an.
5. Seien Sie bzw. auch Ihre Kinder nicht nachtragend. Es ist wichtig, mit einer Streitigkeit komplett abzuschließen.
6. Gefühle sind in einem Streit erlaubt. Wendet sie allerdings nicht gegeneinander an.
7. Verbieten Sie Ihrem Kind nicht, sich zu streiten. Ihr Kind muss lernen, wie Konflikte gelöst werden.
8. Erwachsene müssen sich nur in Streitigkeiten einmischen, wenn es wirklich nötig ist.

Strategien für (jüngere) Kinder zum Streit schlichten:

1. Einfach aufhören:

Kinder machen es sich oft beneidenswert einfach. Sie hören schlicht auf, sich zu streiten. Nach der Frage: „Willst du wieder mein Freund sein?“ wird einfach weitergespielt.

2. Sich entschuldigen:

Kindern geht es nicht darum, Schuld anzuerkennen. Für sie ist es eine bloße Formel, einen Streit aufzulösen. Kinder sind nur selten nachtragend, für sie geht das Spiel nach einer Entschuldigung einfach weiter.

3. Sich aus dem Weg gehen:

Wenn zwei zankende Kinder auseinander gehen, ist das meist die beste Entscheidung, die auch zugelassen werden sollte. Nach etwas Beruhigung finden sie schnell wieder zueinander und haben alles vergessen.

4. Nachgeben:

Manchmal geben Kinder auch intuitiv einfach mal nach. Es ist sehr lobenswert, wenn ein Kind auch nachgeben kann und dem Anderen den Vortritt gibt. Durch das Nachgeben werden Konflikte schon entschärft bevor sie beginnen.

Weitere Strategien, wie einen Kompromiss zu suchen oder sich Fehler eingestehen, kommt meist erst bei Kindern ab 10 Jahren vor.

Wichtig ist es, den Kindern schon früh zu erklären, dass es verschiedene Wege gibt, Streitigkeiten zu lösen.



Streitregeln für Kinder:

- keine Gewalt untereinander
- untereinander immer fair bleiben – die Unterlegenheit von Kleineren oder Schwächeren darf nicht ausgenutzt werden
- Gefühle dürfen und sollen gezeigt werden, dürfen aber nicht vom Anderen ausgenutzt werden.
- Jeder muss ab und zu auch mal nachgeben und sich entschuldigen können.
- Wenn einer dem Streit aus dem Wege gehen möchte, sollte das akzeptiert werden.
- Sich gegenseitig Kompromisse anbieten ist genauso wichtig wie eine Entschuldigung.
- Es muss nicht immer einen Sieger und eine Verlierer geben.

Unterstützungsangebot

Wir wissen jedoch: „Leichter gesagt als getan!“

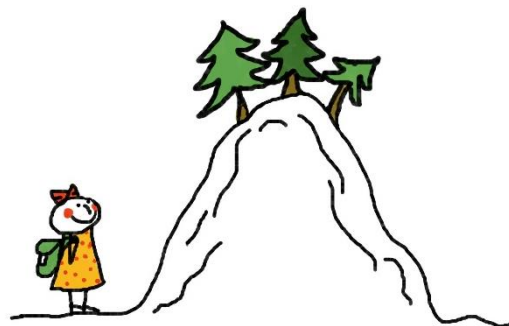
Diese neue Situation zu Hause ist nicht immer einfach für alle Beteiligten.

Um Sie zu unterstützen, Ihre „Jugenderholung“ zu Hause zu umzusetzen, für Ihre Fragen und für Tipps stehen wir Ihnen als pädagogische Fachkräfte telefonisch zur Seite. Rufen Sie uns an:

Montag und Donnerstag, 16:00-18:00 Uhr

Telefon: 040. 251 20 55

Ulrike Kutsch (Geschäftsführung, pädagogische Leitung) und
Beate Brandl (Sozialpädagogin)



Ideen für die Spiel- und Freizeit

Küche/kochen/backen/essen

- **One-Pot-Pasta:** 1 Zwiebel und 2 Knoblauchzehen in kleine Würfel schneiden. 400 g Cocktailtomaten vierteln und 1/2 Bund Basilikum in kleine Stücke reißen. 250 g ungekochte Nudeln, Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten, 100 g Mozzarella (Mini-Kugeln), 3 EL Tomatenmark, Basilikum und 1 EL Balsamico in einen großen Topf geben. 600 ml Wasser in den Topf geben, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Alles zum Kochen bringen und dabei immer wieder umrühren. Sobald die Nudeln durch sind, kann gegessen werden.
- **Erdbeerquark:** 500 g frische Erdbeeren waschen, putzen und vierteln. 250 g Quark mit etwas Zucker und Milch vermischen. Erdbeeren unterheben und direkt genießen.



Bewegung

- **Draußen: Nachtwanderung**
Bist du schon mal nachts durch die Stadt gelaufen? Zusammen mit einem Erwachsenen und einer selbstgebastelten Fackel lernst du dein Viertel ganz neu kennen.
- **Draußen: Der Boden ist aus Lava**
Stellt euch vor, der Fußboden ist aus Lava, die ihr nicht berühren dürft, da ihr euch sonst verbrennt. Also bewegt euch über den Tisch zum Regal.

Für den Kopf

- **Rätsel für Freund*innen:** Gestalte für deine Freund*innen ein Rätsel. Beispielsweise ein Fotorätsel bei dem du deine Lieblingssachen ganz nah fotografierst und deine Freund*innen erraten, um was es sich handelt. Denkbar ist auch ein Bilderrätsel, z. B. ein Foto, auf dem du deinen Teddybären auf den Rücken bindest. Gesucht ist eine Redewendung. Erkannt? Richtig: Jemandem einen Bären aufbinden.
- **Laufen – Merken – Schreiben:** Bewegung fördert die Konzentration. Du willst eine Geschichte oder ein Gedicht auswendig lernen? Mit etwas Bewegung klappt das deutlich besser. Hänge den Text an die Wand. Nun läufst du zu dem Text, merkst dir so viele Wörter wie möglich und läufst dann durch die Wohnung zum Schreibtisch, wo du die gemerkten Wörter auf ein Blatt Papier schreibst.

Basteln und Kreatives

- **Fackel aus Wachs basteln:** Aus einem Ast, Tonpapier, Wachs- und Stoffresten kannst du tolle Fackeln basteln. <https://www.kreativekiste.de/fackeln-aus-wachs-selber-herstelle>
 - **Tischkicker basteln:** Aus Zwiebelnetzen, Schuhkartons, Wäscheklammern und Trinkhalmen lässt sich ein toller Tischkicker basteln. <https://www.familie.de/diy/basteln/kicker-selber-bauen/>
 - **Bienenwachstücher** sind super um dein Pausenbrot einzupacken und zudem gut für die Umwelt, da sie Plastikfolie ersetzen können. Für einen 30x30 cm Stoff brauchst du ca. 15 g Bienenwachs (Kosmetik-Qualität). Blockbienenwachs musst du reiben, Pastillen kannst du direkt verwenden. Nun legst du ein Backpapier auf ein Backblech. Darauf legst du den Stoff und verteilst gleichmäßig das Bienenwachs. Bei 80°C lässt du den Stoff für ein paar Minuten im Ofen. Sobald das komplette Wachs aufgelöst ist, kannst du das Tuch aus dem Ofen nehmen und zum Trocken aufhängen.



Träume/Ruhe/Entspannen

- **Autogenes Training:** Lege dich auf's Bett und sage in Gedanken sechsmal den Satz „Ich bin ruhig und entspannt.“ Im Anschluss wiederholst du in Gedanken folgenden Satz immer wieder: „Mein rechter Arm ist angenehm schwer.“ Danach folgen der linke Arm, das rechte Bein, das linke Bein und dann der ganze Körper.

