

Geburt eines Geschwisters

Theorie nach Alfred Adler

Um die Entwicklung der Persönlichkeit eines Menschen zu verstehen, muss man nicht nur seinen Lebensstil kennen, sondern auch die Art, wie der Mensch dazu kommt, seine Eigenart zu entwickeln. Es sind nicht nur die Eltern, die eine Wirkung ausüben, sondern auch die Geschwisterreihenfolge in der Familienkonstellation. Die Wirkung der Geschwister-Position ist verbunden mit sozialen, ökonomischen, ökologischen, zwischenmenschlichen und individuellen Verhältnissen die die Persönlichkeit beeinflussen. So nimmt jeder Mensch aktiv an seiner eigenen Entwicklung teil.

Ob erfolgreicher oder entthronter Erstgeborener, ob vernachlässigter Zweitgeborener oder bevorzugtes Nesthäkchen – die Beziehung zwischen Geschwistern beeinflusst unseren Lebensweg und unsere Persönlichkeitsbildung

Die Geburt des zweiten Kindes wird für das Erstgeborene nach Adler als **Entthronungsschock** bezeichnet. Das Kind fühlt sich mit der Geburt eines Geschwisters aus seinen Rechten verdrängt und hat Angst, dass es nicht mehr geliebt wird. Es reagiert mit Eifersucht. Dies zeigt sich nicht immer in Aggression, es gibt auch Kinder die in die Regression fallen (frühkindliches Verhalten).

Wenn die Eltern diese Situation missverstehen und mit dem Kind schimpfen, wird es bestätigt, dass es nicht mehr geliebt wird. Es wird nun mit allen Mitteln um die Gunst der Eltern kämpfen. Es kann Wohlverhalten zeigen (es kann das Baby beschützen und Verantwortung übernehmen) oder Aggressivität und Zerstörungswut. Die Rivalität wurzelt in der ungleichen Behandlung der Eltern und in der Notwendigkeit die Zuneigung der Eltern teilen zu müssen. Das mütterliche und väterliche Verhalten nach der Geburt eines Geschwisters ist von entscheidender Bedeutung. Die Aufgabe der Eltern ist es, den Kontakt zwischen den Geschwistern herzustellen und den Aufbau einer Beziehung einzuleiten.

Die frühe Phase des geschwisterlichen Miteinanders ist für das ganze Leben eine sehr wichtige Erfahrung. Geschwister verbinden sich ein Leben lang, sie sind Freunde und Rivalen, Verbündete und Konkurrenten. Sie lieben sich und hassen sich, sie streiten und versöhnen sich.

Wie das ältere Kind vorbereiten

Die Geburt eines zweiten Kindes bedeutet für die ganze Familie eine emotionale Neuorientierung. Auch kleine Kinder sind in der Lage auf die Bedürfnisse eines Geschwisters einzugehen. Sie reagieren empathisch. Die Kontaktaufnahme erfolgt nach der Geburt mit Streicheln, Anfassen, Küssen. Je weniger ängstlich und überfürsorglich Eltern hier reagieren, desto weniger wird das grössere Kind mit Aggressionen reagieren. Wenn man dem älteren Kind etwas vorenthält wird es gewaltsam zum neuen Unbekannten vordringen. (So lange etwas fremd ist, löst es beim Kind Angst und Unbehagen aus, sobald es bekannt wird, entwickelt sich Empathie, Liebe und Verständnis.)

Das ältere Kind sollte, sobald die Mutter wieder zu Hause ist, auch dort sein. Ein längeres Unterbringen bei den Grosseltern (wenn die Mutter wieder zu Hause ist) würde das Kind als grossen Ausschluss empfinden.

Kleinkinder sollten nicht zu früh auf die Geburt eines Geschwisters vorbereitet werden. Sie haben noch keine Zeitvorstellung. Ältere Kinder werden neugierig, sobald der Bauch wächst. Sie werden nach dem Baby im Bauch fragen, wollen den Bauch vielleicht berühren. Sie sind vor allem an den Veränderungen der Mutter interessiert.

Ein Bilderbuch kann hilfreich sein, das Kind altersentsprechend vorzubereiten. Damit das Kind die Gemeinschaft weiter erlebt, wird es in die Vorbereitungen einbezogen. Babykleider, Spielsachen und Zimmer vorbereiten, hier wird das grosse Kind wichtig und dies wird ihm auch versichert. Erzählungen und Fotos von der Babyphase helfen dem Erstgeborenen eine Vorstellung zu machen, wie klein das Geschwisterchen sein wird. Es sieht auf den Fotos wie es getragen, geliebt und gefüttert wurde etc. Wenn die Mutter von der Schwangerschaft sehr besetzt ist, kann das beim grossen Kind bereits viele Ängste, Verzweiflung, Wut und Aggressionen auslösen. Es fühlt sich nicht mehr geliebt. Hier braucht das Kind eine verlässliche Bezugsperson, die ihm das Zugehörigkeitsgefühl vermittelt. Der Vater bekommt eine wichtige Rolle. Es ist sinnvoll, wenn Papa schon in der Schwangerschaft einige Alltagsdinge übernimmt z.B. Abendritual, ein Samstagausflug ohne Mama etc.

Mögliche Reaktionen des älteren Kindes

- Quengeln
- Wutanfälle
- Beissen, Schlagen, Kneifen, Schubsen...
- Unsicherheit
- Rückzug
- Wollen das Baby wieder zurückgeben
- Regressionsphase (verhalten sich wie das Baby)
- Will dort schlafen wo das Baby schläft (Elternzimmer)

Was können die Eltern tun?

- Sich in das grosse Kind hinein fühlen. Es steht vor einer schwierigen Aufgabe. Es soll das Baby freudig akzeptieren und zugleich seinen Ärger unterdrücken, da es weniger Aufmerksamkeit von seinen Eltern hat.
- Dem grossen Kind die Liebe versichern (auf eigene Körpersprache achten) und ihm sagen wie wertvoll es ist.
- Eifersucht darf sein. Das Kind darf auch negative Gefühle, Wut und Enttäuschung gegenüber dem Neugeborenen zeigen und benennen. Es muss nicht immer „gut, hilfsbereit und lieb sein“. Die Eltern können mit dem Kind erforschen, was stört, oder was das grosse Kind ändern möchte.
- Frustrationen des grösseren Kindes akzeptieren. Die Eltern begleiten das Kind durch eine schwierige Situation
- Eltern müssen und können ihre Kinder nicht alle gleich behandeln. Kinder lernen das zu akzeptieren. Jedes Kind kommt mit dem Bedürfnis zur Welt, in der Gemeinschaft, zu der es gehört, geliebt, geachtet und anerkannt zu werden. Hat das Kind Geschwister wird es sich die Aufmerksamkeit der Eltern auf einem Gebiet sichern, auf dem es noch kein anderes tut. Aus diesem Grund braucht nicht jedes Kind das Gleiche, aber jedes Kind das Seine.
- Keine falschen Versprechungen, das Kind bekommt keinen Spielkameraden

- Keine Erziehungsschlachten nach der Geburt. Ein entthrontes Kind braucht Verständnis für seine Situation („Manchmal nervt das Baby ganz fest, gerade jetzt wo wir begonnen haben ein Buch zu lesen, findest du nicht auch?“) Die Geburt eines Geschwisters ist meist der falsche Zeitpunkt für das Abgewöhnen des Schnullers oder für ein Leben ohne Windeln.
 - Möglichst keine Verbote im Zusammenhang mit dem Baby. (sei ruhig, du darfst nicht ins Zimmer, das Baby schläft etc.) Verbote machen aggressiv.
 - Eine Babypuppe kann dem Kind helfen seine Gefühle zu benennen und auszuleben. (Rollen-spielalter)

- Dem älteren Kind zeigen, dass Grosssein auch Vorteile hat. Es darf z.B. kleine Aufgaben selber ausführen, helfen beim Kochen, etwas zum Mittagessen wünschen.
- In die Babypflege einbeziehen. Es darf die Windel richten, den Body auslesen, die Salbe auf das Gesäss streichen oder bei der Babymassage helfen. Das Kind wird sich bei der Mithilfe als zugehörig empfinden.
- Reaktionen des Babys werden benannt (siehst du, wie dich die Schwester anlächelt?“)
- Das grosse Kind darf auch klein sein. Wenn es müde ist, wenn es sich nicht gut fühlt etc.... Es wird in den Arm genommen und getröstet. Auch das Baby kann für einen Augenblick in die Wiege gelegt werden und „warten“ bis es dem grösseren Kind wieder besser geht (benennen).
- Immer wieder Zeit reservieren für das grosse Kind. Es braucht die Aufmerksamkeit und Liebe der Eltern. Rituale wie das abendliche Kuseln, Vorlesen, Spielen etc. geben dem Kind Sicherheit.
- Grössere Kinder können sagen, wie sie die Extra-allein-Zeit mit Mama oder Papa verbringen möchten.
- Stärken betonen, Geschwister nicht miteinander vergleichen
- Sobald das kleinere Geschwister mobiler wird, mit dem grossen Kind abmachen wo es ungestört sein kann, wenn es alleine spielen möchte.
- Wenn das grössere Kind mit Schlagen, Beissen, Schubsen, Spielsachen wegnehmen etc. reagiert wird es gemahnt und je nach Alter folgt eine Art der Gutmachung. (logische Folge eintreten lassen. Z.B. beim Kleinen entschuldigen, blasen, hoch helfen, trösten oder auch räumliche Trennung) Das Kind muss lernen, dass es mit seinen Taten negative Gefühle beim Gegenüber auslöst. Mit der logischen Folge lernt das Kind Verantwortung für sein Tun zu übernehmen.

Schlussendlich geht es jedem Kind um die gleichen Fragen:

**Wer wird von Mama und Papa am meisten geliebt? Wer hat seinen festen Platz in der Familie?
Wer muss bangen, seine Zugehörigkeit zur Familie zu verlieren?**

Kinder versuchen den besten Platz in den Herzen der Eltern zu besetzen. Sie nutzen was ihnen von der Geburtenfolge zur Verfügung steht, aber auch das ganze Repertoire kindlicher Verhaltensweisen durch das sie entweder liebenswert, schutzbedürftig, kränklich, besonders intelligent oder sportlich etc. sind. Geschwister teilen Erinnerungen und Phantasien miteinander. Niemand kennt Herkunft, Menschen, Erfahrungen, Orte, Farben und Gerüchen aus der Kindheit besser als sie. Geschwister haben einen wesentlichen Anteil an der Identität des Anderen.

Was wir mit unseren Geschwistern erlebt haben, hat auch Einfluss wie wir mit unseren Kindern umgehen.