

ADELE FABER / ELAINE MAZLISH

# HILFE, MEINE KINDER STREITEN

WIE SIE GESCHWISTERN HELFEN, EINANDER ZU RESPEKTIEREN

**OBERSTEBRINK**

Titel der Originalausgabe:

*„Siblings Without Rivalry: How to help your children live together so you can live too“*,  
Rev. ed. 1998

W. W. Norton Company, Inc., New York

W. W. Norton Company Ltd., London

© 2012, 1998, 1987 by Adele Faber and Elaine Mazlish

Neu übersetzt aus dem amerikanischen Englisch von Tobias Schudok.

© dieser Ausgabe: 2016 Oberstebrink by Körner Medien UG

Alle Rechte der deutschsprachigen Ausgabe liegen beim Verlag.

Umschlagfoto: [ulianna19970/fotolia.com](http://ulianna19970/fotolia.com)

Fotos: S. 18 Petro Feketa/fotolia.com, S. 30, 45, 200 Monkey Business/fotolia.com, S. 62, 73 Aliksei Lasevich/fotolia.com, S. 78, 93 marchibas/fotolia.com, S. 100, 122, 129 JackF/fotolia.com, S. 138, 155 f. BestPhotoStudio/fotolia.com, S. 186 famveldman/fotolia.com

Illustrationen: Kimberley Ann Coe

Satz und Herstellung: Alfons Schmid, ism, München

Druck: Publikum, Belgrad

Verlag: Oberstebrink

c/o Körner Medien UG

Herzog-Heinrich-Str. 5

80336 München

Tel. 089/33095656, Fax: 089/33095473

[info@koerner-medien.de](mailto:info@koerner-medien.de)

[www.oberstebrink.de](http://www.oberstebrink.de)

ISBN: 978-3-934333-60-4

# INHALT

DANKSAGUNG .....	II
WIE DIESES BUCH ENTSTANDEN IST .....	13
ANMERKUNG DER AUTORINNEN .....	17
1. BRÜDER UND SCHWESTERN – DAMALS UND HEUTE .....	19
2. ERST WENN DIE SCHLECHTEN GEFÜHLE HERAUSKOMMEN .....	31
3. DIE GEFAHREN DES VERGLEICHENS .....	63
4. GLEICHMACHEREI: GENAUSO VIEL IST WENIGER .....	79
5. ROLLENVERTEILUNG UNTER GESCHWISTERN .....	101
5.1 Wenn er „dies“ ist, bin ich „das“ .....	102
5.2 Kindern die Freiheit geben, sich zu verändern .....	110
5.3 Keine Problemkinder mehr .....	123
6. WENN DIE KINDER STREITEN .....	139
6.1 Wie Sie auf hilfreiche Weise eingreifen .....	140
6.2 Wie Sie einschreiten können, ohne sich einzumischen .....	157
6.3 Wie Sie Kindern helfen, einen schwierigen Konflikt zu lösen .....	159
7. MIT DER VERGANGENHEIT INS REINE KOMMEN .....	186
8. NACHWORT .....	201
8.1 Mit jungen Rivalen umgehen .....	209
8.2 Allein zu Hause .....	225
8.3 Weitere Möglichkeiten, Harmonie zwischen Brüdern und Schwestern zu fördern .....	231





# 1

## BRÜDER UND SCHWESTERN – DAMALS UND HEUTE

**In diesem Kapitel erfahren Sie, ...**

- ▶ wie die Beziehung zu den Geschwistern das Leben als Erwachsene beeinflussen kann.
- ▶ wie vielfältig die Probleme zwischen Geschwistern sein können.
- ▶ dass wir als Eltern unseren Kindern helfen können, sich zu respektieren.

Insgeheim war ich davon überzeugt, dass Geschwisterrivalität nur bei den Kindern anderer Leute auftritt. Irgendwo in meinem Kopf steckte der selbstgefällige Gedanke, dass ich den Neid, dieses grünäugige Monster, überlisten könnte, indem ich all die offensichtlichen Dinge vermied, mit denen andere Eltern ihre Kinder eifersüchtig aufeinander machten. Ich verglich meine Kinder nicht miteinander, ergriff nicht Partei und bevorzugte keines. Wenn beide Jungen wüssten, dass sie gleichermaßen geliebt werden, würde es hin und wieder eine Kabbeleie geben. Aber was gab es schon für einen Grund für einen ernsthaften Streit?

Was auch immer dieser Grund gewesen sein mag, sie fanden ihn.

Von morgens bis abends schienen sie nur eine einzige Aufgabe zu haben – dafür zu sorgen, dass sich der jeweils andere elend fühlte. Es verwirrte mich. Ich konnte einfach keinen Grund für die Intensität, Grausamkeit und endlose Fortdauer des Streits zwischen den beiden sehen. Stimmt etwas nicht mit ihnen? Stimmt etwas mit mir nicht?

Erst als ich meine Ängste mit anderen Eltern aus Dr. Ginotts Gruppe teilte, begann ich mich zu entspannen. Mir fiel ein Stein vom Herzen, als ich entdeckte, dass viele meinen Kummer teilten. Nicht nur durch meinen Tag zog sich eine Folge von Beschimpfungen, Lästereien, Schlägen, Kneifereien, Gekreische und bitteren Tränen. Ich war nicht die einzige, die schweren Herzens, nervlich angeschlagen und mit Gefühlen der Unzulänglichkeit herumlief.

Nachdem wir selbst einmal junge Geschwister gewesen waren, könnte man glauben, wir hätten wissen müssen, was uns erwartete. Doch die meisten Eltern in der Gruppe waren auf die Feindseligkeiten zwischen ihren Kindern ebenso unvorbereitet wie ich. Sogar heute noch bemerke ich in meinen Kursen zur Geschwisterrivalität, wie wenig sich geändert hat. Die Leute können es gar nicht erwarten, ihrer Enttäuschung über das Missverhältnis zwischen ihren rosigen Erwartungen und der rauen Wirklichkeit Ausdruck zu verleihen:

„Ich habe ein zweites Kind bekommen, weil ich wollte, dass Christie eine Schwester hat, jemanden zum Spielen, eine Freundin fürs Leben. Nun, jetzt hat sie eine Schwester und sie hasst sie. Ihr einziger Wunsch ist es, sie wieder zurückzuschicken.“

„Ich dachte immer, meine Jungs würden füreinander einstehen. Auch wenn sie zu Hause stritten, war ich sicher, sie würden draußen zusammenhalten. Ich bin fast gestorben, als ich herausgefunden habe, dass mein älterer Sohn Teil einer Bande an der Bushaltestelle war, die sich gegen den jüngeren verbündet hatte.“

„Als einer von mehreren Brüdern wusste ich, dass Jungen streiten. Aber irgendwie hatte ich mir vorgestellt, dass Mädchen miteinander auskommen würden. Nicht meine drei. Das Schlimmste daran ist, dass sie alle das Gedächtnis von Elefanten haben. Sie vergessen nie, was ‚sie mit mir gemacht hat‘, egal ob das letzte Woche, letzten Monat oder letztes Jahr war. Und sie vergeben niemals.“

„Ich bin als Einzelkind aufgewachsen und dachte, ich täte meiner kleinen Dara einen großen Gefallen, als ich Gregory bekam. Ich war so naiv zu glauben, sie würden ganz von alleine miteinander auskommen. Das taten sie auch – bis Gregory anfang zu laufen und zu sprechen. Ich habe mir immer wieder gesagt: ‚Wenn sie älter werden, wird es besser.‘ Wenn überhaupt, dann ist es schlimmer geworden. Gregory ist mittlerweile sechs und Dara ist neun. Alles, was Gregory hat, will Dara haben. Alles, was Dara hat, will Gregory haben. Sobald einer auch nur in die Nähe des anderen kommt, treten oder schlagen sie sich. Und beide fragen mich ständig ‚Wieso musstest du ihn bekommen?‘, ‚Wieso musstest du sie bekommen?‘, ‚Wieso konnte ich nicht dein einziges Kind sein?‘“

„Ich wollte Geschwisterrivalität vermeiden, indem ich die Kinder im richtigen Abstand bekam. Meine Schwägerin empfahl mir, sie kurz hintereinander zu bekommen, sie wären dann wie Hundewelpen, die miteinander spielen. Also tat ich das und sie stritten die ganze Zeit. Dann habe ich in einem Buch gelesen, der perfekte Abstand betrüge drei Jahre. Ich habe auch das probiert und der Große hat sich mit dem Mittleren gegen den Kleinen verbündet. Ich habe bis zum nächsten Kind vier Jahre gewartet und nun kommt die ganze Horde auf einmal schreiend zu mir gelaufen. Die Jüngeren beschwerten sich, dass der Älteste ‚gemein und rechthaberisch‘ sei. Und der Älteste beschwert sich, dass die Kleinen nicht auf ihn hören würden. Es gibt einfach keine richtige Methode.“

„Ich habe es nie verstanden, warum Menschen sich solche Sorgen über Geschwisterrivalität machten, weil ich keine Probleme hatte, so lange mein Sohn und meine Tochter jung waren. Nun, mittlerweile sind sie Jugendliche und holen alles nach. Sie können keine Minute zusammen sein, ohne dass die Fetzen fliegen.“

Als ich ihrem gemeinsamen Kummer lauschte, fragte ich mich: „Wieso sind sie so überrascht? Haben sie vergessen, wie es in ihrer eigenen Kindheit war? Wieso stützen sie sich nicht auf die Erfahrungen, die sie mit ihren eige-

nen Brüdern oder Schwestern gesammelt haben? Und ich selbst? Wieso waren meine eigenen Erfahrungen mit meinen Geschwistern nicht hilfreicher, als ich meine Kinder großzog? Vielleicht, weil ich die Kleinste in der Familie war, mit einer viel älteren Schwester und einem viel älteren Bruder. Ich konnte nie beobachten, wie zwei Jungen miteinander aufwachsen.“

Als ich meine Gedanken mit der Gruppe teilte, bestätigten mir alle sogleich, dass ihre Kinder sich, was Anzahl, Altersabstand, Geschlecht und Persönlichkeit betraf, sehr von den Geschwistern unterschieden, mit denen sie selbst aufgewachsen waren. Sie wiesen auch darauf hin, dass die Perspektive sich unterschied. Wie ein Vater ironisch bemerkte: „Es ist eine Sache, als Kind in einen Streit verwickelt zu sein. Es ist etwas ganz anderes, der Vater oder die Mutter zu sein, die den Streit schlichten muss.“

Doch selbst während dieser gelassenen Diskussion über die Unterschiede zwischen unseren früheren und heutigen Familien stiegen alte und starke Erinnerungen an die Oberfläche. Jeder hatte eine Geschichte zu erzählen und Stück für Stück füllte sich der Raum mit den Brüdern und Schwestern der Kindheit und den starken Gefühlen, die die Geschwisterbeziehungen gekennzeichnet hatten:

„Ich erinnere mich, wie wütend ich wurde, wenn mein ältester Bruder mich verspottet hat. Meine Eltern haben mir immer wieder gesagt: ‚Wenn du nicht auf ihn reagierst, wird er dich in Ruhe lassen‘. Aber ich habe immer reagiert. Er hat mich unaufhörlich gehänselt, um mich zum Weinen zu bringen. Er hat gesagt: ‚Nimm deine Zahnbürste und geh! Hier liebt dich sowieso niemand.‘ Das hat immer funktioniert. Ich habe deswegen jedes Mal geweint.“

„Mein Bruder hat mich ebenfalls gehänselt. Einmal, als ich ungefähr acht war, wurde ich so zornig auf ihn, als er versuchte mich zu Fall zu bringen, während ich Rad fuhr, dass ich mir sagte: ‚Jetzt ist es genug. Das muss aufhören.‘ Ich ging dann ins Haus und wollte die Polizei anrufen. Und dann kam meine Mutter herein und sagte, ich solle den Hörer auflegen. Sie hat mich nie angeschrien, aber sie sagte: ‚Darüber werde ich mit deinem Vater sprechen müssen.‘

Als er an diesem Abend von der Arbeit nach Hause kam, tat ich so, als ob ich schlief, aber er weckte mich auf. Er sagte nur: ‚So kannst du mit deinem Zorn nicht umgehen.‘ Meine erste Reaktion war Erleichterung darüber, dass ich nicht bestraft werden würde. Aber ich erinnere mich, wie ich anschließend dalag und mich wieder so fürchterlich wütend fühlte – und so hilflos.“

„Mein Bruder durfte nicht gemein zu mir sein, egal was ich mit ihm anstellte.“



Ich war ‚Papas kleiner Liebling‘. Ich konnte mir alles erlauben. Und ich habe einige ziemlich schreckliche Dinge getan. Einmal habe ich heißes Bratenfett über ihn geschüttet. Ein anderes Mal habe ich ihm eine Gabel in den Arm gestochen. Manchmal hat er versucht mich aufzuhalten, indem er mich zu Boden drückte. Aber wenn er mich dann losgelassen hat, habe ich ihm wirklich wehgetan. Eines Tages, als meine Eltern nicht zu Hause waren, schlug er mir ins Gesicht. Die Narbe unter dem Auge habe ich immer noch. Das war’s. Danach habe ich ihn nie wieder angerührt.“

„In meiner Familie war kämpfen einfach nicht erlaubt. Punkt. Mein Bruder und ich durften nicht einmal wütend aufeinander sein. Die meiste Zeit über mochten wir uns wirklich nicht, aber wütend sein – nein. Das war nicht erlaubt. Wieso? Keine Angabe von Gründen. Es war einfach nicht erlaubt. Es hieß: ‚Er ist dein Bruder. Du musst ihn lieben!‘

Ich sagte: ‚Aber Mama, er ist eine Plage und er ist egoistisch!‘

‚Tja, so ein Pech. Du musst ihn aber gern haben.‘

Ich habe die meisten schlechten Gefühle einfach runtergeschluckt, weil ich Angst hatte, etwas Schlimmes würde passieren, wenn ich ihnen eines Tages freien Lauf ließe.“

Als mehr und mehr Teilnehmer die Erinnerungen an ihre Geschwister teilten, erstaunte es mich, wie jede Schilderung den Erzähler in der Zeit zurückzukatapultieren schien und alten Schmerz und Zorn wieder heraufbeschwor. Doch wie unterschieden sich diese Szenen von denen, die die Eltern zuvor geschildert hatten, als es um ihre eigenen Kinder ging? Die Umstände und die Figuren waren andere, aber die Gefühle schienen sich sehr zu ähneln.

„Vielleicht unterscheiden sich die Generationen nicht sehr voneinander“, merkte jemand beklommen an. „Vielleicht müssen wir einfach akzeptieren, dass Geschwister von Natur aus Gegner sind.“

„Nicht unbedingt“, warf ein Vater ein. „Mein Bruder und ich hatten von Anfang an eine sehr enge Beziehung. Als ich klein war, übertrug ihm meine Mutter die Verantwortung für mich und er hat das immer gut aufgefasst. Selbst wenn sie darauf bestand, dass ich meine Flasche leer trank, bevor er spielen ging. Ich wollte meine Flasche nicht austrinken und er wollte nicht warten, also trank er die Flasche für mich leer. Dann sind wir zusammen rausgegangen und haben seine Freunde besucht.“ Alle lachten.

Eine Frau sagte: „Das erinnert mich an meine Schwester und mich. Wir haben immer zusammengesteckt, vor allem als Jugendliche. Wir haben uns