

Neues aus der Beratungsstelle März 2022

Kinder-, Jugend- und
Familienberatungsstelle
Klosterplatz 23
06295 Lutherstadt Eisleben
Tel. (03475) 71 18 09-0
Fax (03475) 71 18 09-2
familienberatung-msh@twsd.de
Nebenstelle Hettstedt, Markt 06
Tel: 03476 / 8575639

Liebe Leserinnen und Leser,

schauen wir auf den März, wäre eine Einleitung in den Newsletter mit Worten zum Frühling und Wachstum wohl naheliegend gewesen. Doch ist es mir unmöglich die Geschehnisse in der europäischen Nachbarschaft mit Frühlingsmetaphern zu mildern oder gar zu überspielen.

Meine Tochter fragte mich jüngst, ob denn ihr Papa auch im Krieg kämpfen muss und mit einer Überlegung zu einer Antwort war die Frage verbunden, wieviel kann ich einer 5-Jährigen an Rückmeldung geben? Es wird sicher bei vielen Eltern Fragen aufwerfen und wir haben im Team beschlossen, diesen Newsletter zum Thema **Geschwisterrivalität** um ein Thema zu ergänzen: **Mit Kindern über Krieg reden**. Kommen Sie auch gern in eines unserer Elterncafés, um darüber in den Austausch zu kommen.

Eisleben: Donnerstag, den 17.03.2022 ab 15 Uhr

Hettstedt: Donnerstag, den 17.03.2022 ab 16 Uhr.

Für die Teilnahme am Elterncafé ist eine **telefonische Anmeldung** wünschenswert. Bitte beachten Sie die **3G-Regel**.

Ihr Team der Beratungsstelle



Geschwisterrivalität

„Gib das wieder her!“ „Du hast angefangen!“ „Sie hat mich gehauen!“ „Hör auf damit!“ „Ich hatte das zuerst!“ ...

Geschwister streiten statistisch gesehen alle zwanzig Minuten. Und das aus verschiedenen Gründen. Jedes Kind hat seinen eigenen Charakter und individuelle Bedürfnisse. Geschwister - manchmal liegen mehrere Jahre dazwischen, bei anderen auch nur ein Jahr, manche haben einen Zwilling an ihrer Seite. Ob großer Bruder, Sandwichkind oder Nesthäkchen, mal verstehen sie sich ohne Worte, ein anderes Mal streiten sie sich wegen Kleinigkeiten. Sollte ich mich einmischen oder sie einfach „machen lassen“? Diese und andere Fragen stellen Eltern sich häufig, wenn es wieder einmal laut aus den Kinderzimmern dröhnt. Meine Kinder sind zwei und vier Jahre alt. In dem einen Moment ein Herz und eine Seele, in der nächsten Sekunde lautes Geschrei, weil einer das letzte Gummibärchen gegessen hat. Momente der Harmonie, Zuneigung, Hilfsbereitschaft können sich in Sekundenschnelle zu einem chaotischen Geschrei, Weinen und Zanken verwandeln. Doch wieviel Geschwisterrivalität ist „normal“?



Geschwister – eine Schicksalsgemeinschaft

Die Geschwisterbeziehung ist die längste Beziehung im Leben. Anders als Freundschaften oder Partnerschaften, welche zu jeder Zeit aufgelöst werden können, verbindet Geschwister ein unauflösbares Band. Somit besitzen Geschwisterbeziehungen etwas Schicksalhaftes. Man kann sie sich nicht aussuchen, man wird hineingeboren. Starke Gefühle - oft auch ambivalente - prägen die Beziehung. Die Skala reicht von Liebe bis Hass mit allen Abstufungen dazwischen. „Du und ich“ das heißt sich arrangieren – jeden Tag aufs Neue. Wie fühlt sich meine kleine Schwester gerade? Teile ich jetzt das letzte Stück Schokolade? Hilfe ich ihr beim Schuhe anziehen? Geschwister spielen eine große Rolle bei der Entwicklung von Empathie.

Gleichbehandlung – nicht immer gerecht

Wenn aus einer drei- eine vierköpfige Familie wird, muss das Erstgeborene erleben, dass Mama und Papa ihre Aufmerksamkeit nun verstärkt dem schreienden Baby widmen. Der winzige „Eindringling“ bringt erstmal alles gehörig durcheinander. Schon während der Schwangerschaft sollte das ältere Geschwisterkind in die Vorbereitungen mit einbezogen werden. Wie empfindsam ihr älteres Kind auf diese „Entthronung“ reagiert, ist wesentlich auch vom Alter des Kindes abhängig. Als Eltern sollte man sich immer wieder vor Augen halten, dass auch das „große“ Kind in der Regel selbst noch klein ist. Gerade in dieser Phase ist es wichtig, das Geschwisterkind in die Versorgung des Babys mit einzubinden. Es ist und bleibt ein Balanceakt. Geschwister werden sich immer vergleichen. Wer bekommt das größere Stück Kuchen? Wer darf zuerst auf Mamas Schoß? Wer sucht sich als erstes ein Lied aus? Man könnte diese Fragen wahrscheinlich endlos fortsetzen. Kann es denn gelingen, Kinder gleich zu behandeln, um Rivalitäten vorzubeugen? Nein und viel wichtiger ist es, gerecht zu sein und gezielt auf die Bedürfnisse des Kindes einzugehen, weder zu bevorzugen, noch zu benachteiligen. Manchmal neigt man auch dazu, sein Kind in verschiedene Rollen zu drängen. Auch hier ist Vorsicht geboten. Rollenzuschreibungen oder Vergleiche fördern eher Eifersucht der Geschwister untereinander. Wichtiger an dieser Stelle ist es, auf die Bedürfnisse des Kindes einzugehen, so dass es lernt, mit Unterschieden umzugehen.

Verbündete und Rivalen

Das Großwerden mit Geschwistern hat einen wesentlichen Einfluss auf die eigene Entwicklung. Geschwister haben den Eltern gegenüber die gleiche Position, selbst wenn sie sich nicht so gut verstehen. Geht es darum, sich gegen Mama oder Papa zu verbünden, halten sie zusammen. Geschwister sind gleichermaßen auch Rivalen, insbesondere dann, wenn sich ein Geschwisterchen ankündigt und jeder seine Position in der Familie neu finden muss. Ist Streit zwischen Geschwistern vorprogrammiert? Aus evolutionsbiologischer Sicht könnte man diese Frage mit einem klaren „Ja“ beantworten, denn früher galt, je mehr Kinder in der Familie, desto knapper das Essen und der Platz für alle anderen. Heute kommt dieser Gesichtspunkt nicht mehr sehr zum Tragen und dennoch bringt ein Geschwisterkind gewaltige Veränderungen mit sich.



Dem Streit begegnen

Zwischen Geschwistern gibt es verschiedene Arten von Konflikten. Manche können sie selber lösen, in andere sollten Eltern eingreifen. Man kann drei Arten von Konflikten unterscheiden. Bei dem harmlosen Konflikt, also kleine Zankereien, ist es ausreichend durch Rückfragen zu unterstützen, so zum Beispiel „Ist alles in Ordnung?“ „Braucht ihr Hilfe?“ Ist jedoch schon die nächste Stufe erreicht, in welcher geschubst wird oder auch böse Wörter fallen, sollten Sie als Eltern eingreifen und dies mit einem klaren „Stopp“ auch signalisieren. Sagen Sie ihrem Kind, dass „hauen“ dem anderen weh tut und es stattdessen doch mit dem Fuß aufstampfen sollte. D.h. bieten Sie Alternativen an. Ist die letzte Stufe Eskalation erreicht, muss sofort gehandelt werden. Versuchen Sie hierbei die Gesamtsituation zu betrachten und herauszufinden, wie es dazu kommen konnte. Ist vielleicht im Kindergarten oder Schule etwas vorgefallen? Haben wir gerade zu viele Termine? Gab es in letzter Zeit Veränderungen, welche Einfluss auf uns als Familie haben? Hat Mama/Papa gerade weniger Zeit als sonst?



Zwar haben Eltern viel Einfluss darauf, wie sich die Beziehung der Geschwister entwickelt, aber auch außerhalb der Familie machen Kinder ihre Erfahrungen. Untersuchungen zeigen, dass der Altersabstand bei der Geschwisterbeziehung eine Rolle spielt. Je geringer dieser ist, umso mehr Gemeinsamkeiten verbinden die Kinder, aber umso größer scheint auch die Rivalität. Ein größerer Altersabstand geht oft mit einer größeren Distanz und weniger Rivalität einher. Es gibt Geschwister, die mögen sich auch einfach nicht. Grundlegend ist eine faire, bedürfnisorientierte Erziehung – alles Weitere müssen Kinder selber schaffen.

Leseempfehlungen

„Geschwister als Team“ von Nicola Schmidt

„Zum Glück gibt es Geschwister“ von Dagmar Geisler (ein Bilderbuch für Kinder)

Geschwister – eine ganz besondere Liebe von J. U. Rogge, Alu Kitzerow, Konstantin Manthey

https://www.wdr.de/tv/applications/fernsehen/wissen/quarks/pdf/Q_Geschwister.pdf

Auflösung der Rätsel vom Februar

Lösung zum ersten Rätsel (Würfelerätsel): 40 Ecken

Lösung zum zweiten Rätsel (Die drei Türen): Tür 1 ist die richtige Antwort. Denn ein Tiger, der seit 5 Monaten nichts mehr gefressen hat, ist sicherlich schon lange verhungert.

Lösung zum dritten Rätsel (Kaugummirätsel): Kaugummi 0,50€, Popcorn 4,50€

Neue Rätselleien

- ❖ Du bist mein großer Bruder in unserer Familie, aber ich bin nicht dein Bruder!
Wer bin ich?



- ❖ Am Sonntag befinden sich 27 Fische im Aquarium von Fritzchen. Übernacht passiert etwas ungewöhnliches. Sieben Fische ertrinken. Drei schwimmen weg und zwei Fische verstecken sich unter einem Stein.
Wieviele Fische sind am Montag noch im Aquarium?



- ❖ Peters Mutter hat vier Kinder. Das erste Kind heißt „Januar“, das zweite hat den Namen „März“ bekommen. Das dritte Kind hört auf den Namen „Mai“.
Wie heißt denn nun das vierte Kind?



Mit Kindern über Krieg reden

Vor ein paar Tagen war es undenkbar, dass es außerschulisch von dringlicher Präsenz sein könnte, dass Eltern sich mit dem Thema: „Wie rede ich mit meinen Kindern über Krieg?“ in dieser bedrohlichen Form auseinandersetzen müssen. Natürlich gab und gibt es Krieg und ebenso natürlich ist das Gespräch mit Heranwachsenden, zur politischen Bildung und Diskussion. Und doch haben die jüngsten politischen Auseinandersetzungen eine neue Form von Bedrohung, die unser Nachrichtengeschehen bestimmen und Fragen bei Kindern aufwerfen.

Als Team waren wir uns einig, dass die Fragen unserer Kinder wichtig sind und altersgerecht beantwortet werden sollten. Im Folgenden finden Sie dazu ein paar Anregungen und Tipps und auch Möglichkeiten, wie Sie, sollten Sie Sachspenden abgeben wollen, tätig werden können.

Kleine Kinder und Grundschüler

Meine Kinder sind noch klein und sie erleben Gespräche von mir und meinem Mann oder Diskussionen gemeinsam mit Freunden scheinbar unbeteiligt. Auch die Nachrichten im Autoradio werden nicht abgestellt, wenn die Kinder dabei sind, mit dem Gefühl, dass sie diese ohnehin nicht wahrnehmen. Doch: Auch kleine Kinder haben Ohren und aus Gehörtem entstehen Fragen. Eltern sollten das Thema Krieg nicht vor Kindern verschweigen oder schönreden. Gleichzeitig ist es wichtig, nicht zu emotional zu werden, sondern sachbezogen zu bleiben.

Ein konkretes Alter, ab wann es notwendig ist, mit Kindern über das Thema Krieg zu reden, ist schwierig zu benennen, denn Kinder sind unterschiedlich wissbegierig. Wichtig ist es, die Sorgen zu benennen und doch zu betonen, dass dieser Krieg in einem anderen Land stattfindet.

Ich habe meiner Tochter erklärt, dass wir in Deutschland einen Streit mit Worten regeln, wie auch sie es mit ihren Freunden, ihrer Schwester oder uns tun soll. Wenn ein Land Krieg führt, hält es genau diese Regel nicht ein und Menschen kämpfen miteinander. Ich habe ihr aber auch versichert, dass sie darauf vertrauen kann, dass ihr Papa genau deshalb nicht kämpfen muss, weil wir das in unserem Land nicht tun. Wir hoffen, dass auch die Länder, die Krieg führen, aufhören werden zu kämpfen, um miteinander zu reden. Diese Antwort hat meiner Tochter vorerst ausgereicht.

Wovon ich abraten würde, ist Aussagen zum Krieg mit Bildern zu untermauern. Bebilderte Nachrichten im Fernsehen für Erwachsene oder Zeitungsartikel mit Schreckensfotos haben noch einmal eine andere Intensität zur Wahrnehmung bei Kindern. Es gibt ganz wunderbare altersgerechte Nachrichtenformate, mit denen es eher gelingt, Empathie zu fördern, als Angst in den Kinderköpfen zu verbreiten.

Wichtig ist es, die eventuell eigene Angst vor den Kindern abzumildern. Die kleinen Großen sind hervorragende Beobachtungslerner und nehmen feinfühlig wahr, wie es uns Erwachsenen geht. Deshalb braucht es einen Filter, durch den Ihre Kinder Ihre Gefühlswelt betrachten sollten. Reflektieren Sie sich selbst gut und beruhigen Sie sich, wenn das Thema Krieg mit Ihren Kindern aufkommt, und versuchen Sie sich zu verallgegenwärtigen, dass Sie zwar die Gefahr nicht ignorieren können und doch kann sie realistisch betrachtet werden. Noch einmal anders ist diese Gefahr einzuschätzen, sollten Sie betroffene Familien oder Freunde in der Ukraine haben oder kennen. Vielleicht ist es eine Idee, ganz nach Ihren Möglichkeiten Hilfsangebote gemeinsam mit den Kindern zu gestalten. Und wenn es ein Brief ist, den Sie schreiben, ein

gemaltes Bild oder ein aussortiertes Kuscheltier: Seien Sie in Gedanken bei Ihren Lieben und bieten Unterstützung an.

Auch wir haben zu Hause Spenden zusammengepackt und Schlafsäcke, Spielzeug und Nützliches in eine große Kiste gepackt. Sollten Sie diesen Gedanken auch haben, finden Sie hier Tipps, wo Sie Spenden abgeben können und was besonders gebraucht wird.

Mit Jugendlichen über Krieg sprechen

Selbst für uns Erwachsene stellt es eine große Herausforderung dar, alle Informationen den Krieg betreffend, über all die vielen Kanäle und Medien zu erfassen und zu filtern. Auch Jugendliche haben einen anderen Blick darauf, als wir Erwachsene. Vieles wird auch von ihnen vorerst ausschließlich emotional betrachtet und somit von Ängsten begleitet. Daher ist es wichtig ihnen gut zuzuhören um herauszufinden, was sie bereits an Informationen haben. Dabei kann es helfen aktuelle Ereignisse zu sortieren und von eventuellen Fake-News zu unterscheiden. Wichtig ist in jedem Fall, die Kids mit der Fülle an Informationen nicht allein zu lassen. Sie können Nachrichten gemeinsam mit den Jugendlichen anschauen und sollten anschließend darüber sprechen. Ebenso liegt für Jugendliche vermehrt die Aufmerksamkeit und Informationssammlung bei Instagram, Facebook, tiktok und Co und sollten somit von Eltern große Mitbeachtung finden.

Um Jugendlichen zu helfen, Dinge realistisch einzuschätzen, sollten Sie im Gespräch ruhig bleiben und Fragen möglichst sachlich beantworten. Somit besteht auch die Möglichkeit, ein erstes politisches Verständnis dafür zu schaffen, aber auch moralische und ethische Aspekte zu thematisieren. Ein Blick auf die Geschichte darf dabei ebenfalls eine Rolle spielen. All dies dient dazu, irrationale Ängste abzubauen und zu relativieren.

In jedem Gespräch authentisch und ehrlich zu sein, gibt Ihnen auch die Möglichkeit, zu erklären, wie Sie selbst mit Wut, Angst oder Bedenken umgehen. Ihren Kindern wird es helfen zu wissen, dass es auch für Sie eine nicht alltägliche Situation ist, mit der auch Sie lernen müssen, umzugehen und sich von Tag zu Tag neu darauf einzustellen.

Die Motivation zur Selbstaktivität kann helfen, um eine gewisse Ohnmacht zu bekämpfen und das Gefühl von Hilflosigkeit zu nehmen. Sie können mit Ihren Kindern überlegen, was und wo Sie spenden oder selbst bei Spendenaktionen aktiv werden können. Auch den Krieg in der Schule zu thematisieren und sich untereinander aufzuklären, sich positive Zukunftsperspektiven zu geben, hilft mit all den Eindrücken zurechtzukommen.



Die kürzeste Entfernung zwischen Ukraine und Deutschland beträgt 1.547,90 km Luftlinie. Die kürzeste Route zwischen Ukraine und Deutschland beträgt laut Routenplaner 1.795,32 km. Die Fahrtdauer beträgt ca. 22h 41min.

So weit entfernt und doch so nah...

Bilder von fliehenden Menschen, von Panzern und zerbombten Gebäuden laufen in Dauerschleife im Fernsehen. Spurlos geht das mittlerweile an Niemandem mehr vorbei. Aber auch die große Welle der Hilfsbereitschaft macht fast sprachlos und das wohlthuende Gefühl: „Auch ich kann helfen.“ hält Einzug. Neben den vielen Sorgen und Fragen ist es wichtig, an vertrauten Strukturen festzuhalten. Diese geben nicht nur Kindern, sondern auch den Eltern Zuversicht und Sicherheit. Wer gemeinsam mit dem Kind nach Möglichkeiten sucht, Ängste abzubauen, gibt ihm direkt eine generelle Strategie mit, wie es lernt, mit Unbehagen umzugehen. Viele Kinder und Teenager sorgen sich, dass sie selbst, Familie und Freunde vom Gesehenen betroffen sein könnten. Diese Sorgen dürfen nicht den Alltag der Kinder und Teenager bestimmen. Den vielen Herausforderungen des Lebens aufgeschlossen und mutig zu begegnen, sollte noch immer primärer Auftrag eines Kindes und Teenagers sein. Hierbei hilft auch in dieser Zeit ein harmonisches Miteinander und ein hoffentlich nie vergehendes Lächeln in den Gesichtern der Zukunft. Es ist also in keinem Fall verboten, auch glücklich zu sein – Lachen Sie mit Ihren Kindern und geben Sie ihnen ein Gemeinschaftsgefühl, welches Sicherheit schafft!

Anlaufstellen für Hilfsgüter in MSH

Anbei haben wir Ihnen einige Möglichkeiten zusammengetragen, sollten Sie Spenden wollen:

1.) Mehrgenerationenhaus – Sternschnuppe Eisleben

TEL: 03475 – 604103

- Pflegeprodukte
- Medizinische Produkte (rezeptfreie Medikamente für Kinder und Erwachsene)
- Verbandsmaterial, Desinfektionsmittel

2.) Bahnhof Röblingen am See – Hilfszentrale

TÄGLICH: 08:00 – 22:00 UHR

- **KEINE KLEIDUNG**
- Hygieneartikel
- Renovierungsmaterial
- Möbel, Haushalts- und Elektrogeräte
- Finanzielle Unterstützung (Spritzgeld) für mehr Fahrten zum Transport der Hilfsgüter

3.) Destille: 06528 Emseloh, Eislebener Straße 2

TEL: 034659 60304

TÄGLICH: 16:00 – 20:00 UHR

- Hygieneartikel (für alle Altersgruppen z.B. Windeln, Babypflege...)
- Medikamente (nicht verschreibungspflichtig)
- Verbandsmaterial
- Desinfektionsmittel, Einweghandschuhe

WEITERE INFOS kann man sicher beim AWO Landesverband erfragen

4.) AWO Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.

TEL: 0391 99977600

- Bankverbindung für Spendengelder zur Unterstützung der Hilfstransporte

STICHWORT: Ukraine Hilfe

IBAN: DE 12 81020500 0006 486100

BIC: BFSWDE33MAG

Bank für Sozialwirtschaft