

## **Geschwisterbeziehung und -rivalität**

Durch den Lockdown haben insbesondere Geschwister viel Zeit miteinander verbracht, was Familien z.T. vor Herausforderungen stellte. In diesem Text wollen wir uns der Geschwisterbeziehung und -rivalität widmen. Der deutsche Entwicklungspsychologe Hartmut Kasten bezeichnet die Geschwisterbeziehung als die längste, d.h. zeitlich ausgedehnteste Beziehung im Leben eines Menschen. Eltern sterben, Freunde verschwinden, Intimbeziehungen lösen sich auf, aber Geschwister bleiben einem ein Leben lang erhalten. Kaum eine andere Beziehung ist so eng wie die zwischen leiblichen Geschwistern. Typisch ist eine tiefe emotionale Ambivalenz, d.h. das gleichzeitige Vorhandensein von intensiven positiven und negativen Gefühlen. Kurt Tucholsky beschreibt dies treffend in seinem Zitat: «Indianer sind entweder auf dem Kriegspfad oder rauchen Friedenspfeife – nur Geschwister können beides.»

Geschwisterrivalität hat etwas Archaisches und Universelles, welches sich über unterschiedliche Kulturen hinweg zeigt und auch in historischen Dokumenten immer wieder beschrieben wird. So zum Beispiel im Alten Testament über Kain und Abel. Als Ursache dieser Rivalität wird vor allem von psychoanalytischer Seite her vom Entthronungstrauma gesprochen, welches das ältere Geschwister erlebt, wenn sein jüngeres Geschwister auf die Welt kommt. Die ablehnende Haltung und die Eifersucht des älteren Kindes hält sich jedoch eher in Grenzen, wenn es von den Eltern angemessen auf die bevorstehende freudige Veränderung vorbereitet wird und anderweitige Aufmerksamkeit erhält, z.B. vom Papa.

Regelmässiger Streit unter Geschwistern muss nicht heissen, dass die Kinder sich nicht mögen – im Gegenteil. Viele Geschwister haben eine sehr intensive Beziehung zueinander und verbünden sich sofort wieder, wenn es zum Beispiel Ärger mit den Eltern oder Gspänli gibt. Nicht selten sind Rivalitäten besonders heftig in Familien, in denen viel Wert auf Konformität und Zusammenhalt gelegt wird. Rivalität beruht auf einem gesunden Prozess der Abgrenzung in einem solchen Umfeld, das weitgehend von Gemeinsamkeit geprägt ist. In den Auseinandersetzungen zwischen Geschwistern geht es darum, Unverwechselbarkeit und Individualität zu entwickeln. Geschwister, die altersmässig eng beieinanderliegen und dasselbe Geschlecht haben, rivalisieren sich in aller Regel intensiver. Sie erleben sich als ähnlicher, als dies z.B. bei Geschwistern mit grösserem Altersabstand und ungleichem Geschlecht der Fall ist. Sie haben deshalb in ihrem alltäglichen Umgang miteinander auch viel mehr Berührungs- und Vergleichspunkte, an denen sich Streit und Wettkampf entzünden können. Hier spielt auch die Gesellschaft eine wichtige Rolle. In unserem Kulturkreis ist „Leistung“ ein zentraler Wert und Konkurrenzkampf und Wettbewerb sind allgegenwärtig. Vergleiche werden schon sehr früh auf der Grundlage von Leistungskriterien (früher, schneller, besser) gezogen. Diese finden auch unbewusst in Familien statt und können die Rivalität unter den Geschwistern verstärken.

Beim Streiten lernen Kinder ihre Meinung zu vertreten, sich durchzusetzen, Kompromisse einzugehen und sich auch wieder zu versöhnen. Hierzu sind die Erwachsenen und im Besonderen die Eltern wichtige Vorbilder, indem sie den Kindern eine adäquate Streitkultur vorleben. Es gibt übrigens kritische Zeitpunkte, an denen sich Geschwister eher streiten, z.B. nach der Schule, wenn Kinder müde, hungrig oder gereizt sind. Eltern unterstützen die Kinder, wenn sie es ihnen ermöglichen, dass sie sich in ihre eigenen Räume zurückziehen dürfen. Oft gibt es auch Konflikte aus purer Langeweile. Besonders betroffen sind Wochenenden,

Feiertage oder Ferien. Da tut es gut, wenn die Kinder zwischendurch getrennt ihren eigenen Hobbies nachgehen oder Freunde treffen.

Wenn ihre Kinder das nächste Mal streiten, bleiben sie ruhig und greifen sie wenn möglich nicht ein, es sei denn, das eine ist dem anderen haushoch überlegen oder der Streit eskaliert mit gegenseitigen körperlich bedrohlichen Angriffen. Konflikte selbständig zu lösen ist ein wichtiges Entwicklungsziel. Eltern können eine innere Haltung vermitteln, dass alle Gefühle erlaubt sind, nicht aber jedes Verhalten. Auch sollen sie keine Schiedsrichter sein, eher Konflikt-Coachs, in dem sie dafür sorgen, dass jeder in Ruhe seinen Standpunkt erklären kann. Die Gefühle beider werden benannt und angenommen. Gemeinsam wird dann nach einer Lösung gesucht, die von beiden Kindern akzeptiert wird. Diese kann schriftlich oder bildlich festgehalten werden. Die Eltern werden vor allem bei der Emotionsregulation gebraucht, also dabei, die Gefühle zu akzeptieren und die Bedürfnisse herauszuarbeiten, bis die Wogen sich geglättet haben. Bei Fragen im Umgang mit Geschwisterstreitigkeiten dürfen Sie sich gerne beim Schulpsychologischen Dienst Willisau melden.

Chantal Graber-Grossmann  
Schulpsychologin