

Von Christina Berndt

An Weihnachten sind mal die Erwachsenen dran mit der Streiterei. Da kriegen sie sich in die Haare vor lauter Angst, dass es zum heiligen Fest nicht so schön werden könnte, wie sie es sich seit Kindheitstagen alle Jahre wieder wünschen. Da reißen alte Wunden auf, weil die Realität die über das Jahr aufgeflammete Hoffnung auspustet, dass der alte Vater oder Tante Auguste sich vielleicht doch noch weniger gleichgültig verhalten könnten. Und der Glaube daran, dass man selbst damit besser umgehen könnte, erlischt dabei gleich mit.

Erwachsene sind an Weihnachten so unerträglich wie eine verkohlte Gans.

Wie gut, dass endlich mal die Kinder Ruhe geben. Selbst noch so kiebige Geschwister gehen an Weihnachten, nun ja, wenigstens an Heiligabend, oft so friedlich miteinander um wie die holden Knaben im lockigen Haar. Wahrscheinlich sind sie vom Christkind geküsst, haben ihre Zungen gegeschmeckt der nahenden Bescherung in glühendes Wappapier gehüllt oder sie haben ihr Jahres-Streit-Konto bis zu genau diesem Tag einfach komplett aufgebraucht. Weiter mit dem Streiten geht es in der Regel erst nach der Bescherung. Dann aber garantiert.

Der Streit unter Geschwistern kann wirklich nervtötend sein. Kaum ein Abendessen in der Familie vergeht, ohne dass es diese inhaltslosen Wortgefechte gibt. Du – nein du – nein du – und du genauso. Der Blutdruck eines Erwachsenen steigt schon, wenn man nur daran denkt. Es kommt einem vor wie Small Talk zwischen Despoten. Ein reichlich inhaltsleerer Austausch von Machtgebaren, zu nichts nutze als zur Demonstration der eigenen Erhabenheit. Egal, dass alle anderen am Tisch das wenig erhaben finden. Da sind die Prügeleien, das Würgen und das In-den-Haaren-Ziehen abseits elterlicher Beobachtung aus Erwachsenenperspektive vielleicht erschreckender, aber jedenfalls besser erträglich.

#### Anders als Freunde hat man sich den Bruder oder die Schwester nicht ausgesucht

Es ist schon erstaunlich, wie viel Energie Geschwister auch nach noch so anstrengenden Tagen für ihre Auseinandersetzungen haben, während sie für Hausaufgaben oder fürs Müllunterbringen längst zu müde sind. Deshalb beschleicht einen das Gefühl, dass diese Streitereien womöglich ja tatsächlich zu irgendwas nütze sein könnten.

Klar, sagt Claire Hughes. Die Entwicklungspsychologin erforscht am Centre for Family Research der Universität Cambridge seit vielen Jahren die Beziehungsgestaltung von Geschwistern und ihren tieferen Sinn. Ihre Forschungen zeigen, dass sinnvoll die Rivalität zwischen Kindern sein kann, die sich im selben Elternhaus behaupten müssen. Man mag es bei dem so unangenehmen Miteinander kaum glauben, aber „Geschwisterstreit macht zuallererst sozial kompetent“, sagt Hughes. Der oft reichlich unwillkürliche Umgang fördert am Ende tatsächlich eine gute Streitkultur! Wesentliche Züge der Persönlichkeit werden dabei gleich mitentwickelt. So werden der Charakter geformt, das Selbstbild und die Selbstkontrolle. Und ja, am Ende sogar noch die Verträglichkeit.

Dem Hughes' Arbeiten zufolge wächst beim Streiten das soziale Verständnis für einander, auch wenn das beim Zuhören eher nicht so wirkt. „Besonders stark lernen die Kleineren von den Größeren“, sagt die Psychologin. „Aber auch die Größeren profitieren.“ Das gilt selbst dann, wenn es beim Streiten richtig eklig zugeht, also körperliche Attacken oder tätliche Hänselungen. In den Meinungsaustausch begleiten und den eigenen Standpunkt unterstreichen sollen. Wenn sich jüngere Kinder schon im Kleinkindalter gegen die Ansichten der älteren zur Wehr setzen müssen, können sie sich ab einem Alter von sechs Jahren fast ebenso gut über Gefühle unterhalten wie ihre älteren Geschwister. Je emotionsgeladener und heftiger die Argumente der Gegenseite ausfallen, desto mehr ist man schließlich gezwungen, kreativ dagegen zuhalten. Wenn man sich hinterher ausöhnt, weil man ja wieder miteinander spielen will, lernt man sich zu entschuldigen, Mitgefühl zu haben und vielleicht sogar – das ist jetzt groß – dem anderen zu verzeihen.

Aber warum geht es gerade unter Geschwistern so heftig ab? „Geschwister haben ja eine besondere Rolle“, sagt Harald Werneck, Professor am Institut für Psychologie der Entwicklung und Bildung der Universität Wien. Anders als Freunde hat man sie sich nicht ausgesucht, also kommt man auch nicht unbedingt gut mit ihnen klar. Zugleich gibt die Familie eine perfekte Spielweise für soziales Lernen ab, denn man bleibt ja Familie, ein Leben lang. „Deshalb kann man hier ohne Angst ausprobieren, wie man sich durchsetzen kann und wie man auf die Durchsetzungsversuche der anderen am besten reagiert.“

Grund für den Streit können durchaus verschiedene Ansichten sein. Was man spielen will. Wem was gehört. Oder ob man noch „Harry Potter“ lesen darf, wo

# Tatsächlich Liebe

Streit unter Geschwistern kann nervtötend sein. Aber er ist wichtig. Wie Eltern mit den Konflikten ihrer Kinder umgehen sollten



COLLAGE: SZ/IMAGO IMAGES/PAY IMAGES

doch dessen Erfinderin immer wieder streitbar über trans Personen spricht. Obergrenze ist es auch einfach nur um Macht. Dies resultiert in der Regel aus der Rivalität, die zwischen Geschwistern herrscht.

Kaum einem Kind fällt es leicht zu akzeptieren, wenn seine Eltern sich dem Trend zum Zweitskind hingeben. Schließlich muss es Liebe und Aufmerksamkeit zwangsläufig teilen. Es findet eine „Entthronisierung“ des Erstgeborenen von seiner herausragenden Rolle in der Familie statt, sagen Psychologen. Die Eltern schauen besesselt auf das Neugeborene, alle Besucher sind ganz aufgeregt, das Baby kennenzulernen. Dabei entpuppt sich dieses Neuling erst einmal als strunzlangweilig. Und als Nächstes macht er einem die Baulkluturme kaputt und will an Weihnachten ausgerechnet auch am liebsten ein Bein von der Gans.

Umso wichtiger ist es, dass Eltern Geschwister gut auf den Familienzuwachs vorbereiten, sagt Harald Werneck. Keinesfalls sollten sie drohen und Uralsätze wie „Jetzt bist du nicht mehr der Prinz“ sagen oder „Wenn die kleine Marie erst da ist, ist der Euro nur noch 50 Cent wert“. Vielmehr sollten Eltern positive Szenarien entwickeln und, wenn das Geschwisterchen da ist, das ältere Kind in Pflege und Sorge um das jüngere einbinden und betonen, wie viel größer und weiter es schon ist und wie toll es helfen kann.

„Zentral ist es zudem, die Kinder nicht miteinander zu vergleichen, wenn man ihre Konkurrenz mildern will“, sagt der Psychologe Jürg Frick, der an der Pädagogischen Hochschule Zürich lehrt. Jedes Kind hat seine Schwächen und Stärken. Es sollte immer deutlich werden, dass das auch akzeptiert wird und nicht zu mehr oder weniger Liebe führt.

Wie groß die Rivalität zwischen Geschwistern am Ende ist, hängt von vielen Faktoren ab, auch vom Altersabstand. „Je kleiner der Abstand ist, desto eher gibt es eine intensive Beziehung, aber auch Rivalitäten“, sagt Jürg Frick. Auch die Position in der Geburtsreihenfolge spielen eine Rolle, also ob ein Kind die Große, der Kleine oder das Sandwich-Kind ist. Einigen Studien zufolge sind Mädchenpaare am friedfertigsten, mit der Zahl der Jungen steigt das Konfliktpotenzial. Und nicht zuletzt spielen die eigenen Erfahrungen der Eltern eine Rolle: Haben sie immer Mitleid mit dem Jüngsten, weil sie selbst eines waren und unter den dominanten Älteren gelitten haben? „In die Beziehung spielen

aber letztlich so viele Gegebenheiten hinein“, sagt Werneck, „es gibt da keine Patentrezepte für eine ideale Konstellation.“

Ohnehin hilft noch so gute Vorbereitung nicht immer und bei allem. „Wie sehr Kinder streiten, ist auch einfach eine Frage der Persönlichkeit“, sagt Harald Werneck. Nicht umsonst gehört Verträglichkeit zu den Big Five, jenen fünf großen Persönlichkeitsfaktoren, die den Charakter eines jeden Menschen formen und die zu einem großen Teil genetisch bedingt sind. Verträglichkeit ist einfach nicht bei jedem Menschen in gleichem Maße ausgeprägt. Ebenso wie die Streitlust. Mag sein, dass der Vater gerne gut Freund mit Gott und der Welt ist – mancher Spross hat vielleicht trotzdem kein Problem damit, konfliktreich durchs Leben zu gehen und dabei immer wieder anzuecken.

#### Wichtig ist auch, Kinder zu loben, wenn sie nett miteinander sind. Überhaupt: Loben, loben, loben

„Eifersucht und Rivalität gehören in einem bestimmten Maß zur normalen psychischen Entwicklung und müssen auf einem mittleren Aktivitätsniveau akzeptiert werden“, sagt Jürg Frick. Wer den Umgang mit schwierigen Situationen erlernen will, der muss auch schwierige Situationen durchleben. „Wenn Eltern sich immer einmischen, nimmt man den Kindern diese Chance“, sagt Werneck. Auch müsse jeder Mensch nun einmal lernen, dass er manchmal auch unterlegen ist. Man verliert manchmal. Und erfährt dann, dass das Leben trotzdem weitergeht.

Solange keine Gefahr für Leib oder Seele im Verzug ist, sollten Eltern ihre Kinder deshalb deren Streit austragen und selbst nach einer Lösung suchen lassen. Aber es gibt auch Grenzen, denn es gibt auch toxischen Streit. „Ununterbrochene Geschwister rivalität kann zu Verhaltensproblemen führen und auch zu Schwierigkeiten mit sozialen Bindungen im späteren Leben“, warnt Claire Hughes. In einer Langzeitstudie mit fast 3600 Kindern, der Avon Longitudinal Study of Parents and Children, haben Psychologen um Dieter Wolke von der University of Warwick gezeigt, dass das Risiko für schwere Krankheiten wie Psychosen auf das Zwei- bis Dreifache steigt, wenn Kinder über einen längeren Zeitraum von Bruder oder Schwester tyrannisiert werden. Das traf die gemobbteten Kinder ebenso wie die mobbenden.

Es sei deshalb wichtig, rote Flaggen für die Streitereien zu setzen, so Hughes. Eltern sollten einschreiten, wenn ein Kind völlig untergebuttet wird, wenn die Streitereien immer schlimmer werden oder wenn die Mittel des Streits jenseits von Gut und Böse sind, also jenseits von Böse. Dabei sollten sie aber möglichst nicht den Richter spielen, wie es jetzt weiterragehen hat. Und schon gar nicht ein Urteil über die Streitthemen fällen. Denn das trifft oft genug den Faltschen. Vielmehr sollten – wenn sich die Gemüter beruhigt haben – alle ihre Sicht der Dinge erzählen dürfen, ohne unterbrochen zu werden. Dann kann man gemeinsam nach dem Grund fürs Streiten suchen. Was hat mich verletzt? Was hat mich so sauer gemacht? Wie könnte es beim nächsten Mal besser gehen?

Das bietet über das Feld des Streitens hinaus auch völlig neue Perspektiven. Kinder lernen so, anzuerkennen, dass verschiedene Menschen die gleiche Situation unterschiedlich wahrnehmen – und womöglich ganz anders als man selbst. Und sie üben, sich künftig eher mal in andere hineinzuversetzen.

Wichtig ist es auch, Gelegenheiten für positives gemeinsames Erleben in der Familie zu schaffen – und die Kinder zu loben, wenn sie sich gut benehmen, nett zu ihrem Geschwister sind oder ihm sogar mal den Vortritt lassen. Überhaupt: Loben, loben, loben.

Und was ist, wenn sich die Kinder von heute dann eines Tages als Erwachsene unter dem Weihnachtsbaum wiedersehen? Bleiben streitende Geschwister immer streitend Geschwister? „Auch hier muss man vorsichtig sein mit Verallgemeinerungen“, sagt Harald Werneck. Mitunter verbessern sich Geschwisterbeziehungen etwa nach der Pubertät mit einem Schlag. Die Liebe der Eltern ist nicht mehr so wichtig, und man ist auch nicht mehr so viel zusammen wie in der frühen Kindheit.

„Bei manchen Geschwistern halten die Spannungen auch im Erwachsenenalter an und kommen bei jeder Familienfeier wieder hervor“, sagt Werneck. Selbst dann können sich die Rollen jedoch noch ändern. So nähern sich Geschwister oft im Alter wieder an, selbst wenn sie einander jahrzehntelang kaum zur Kenntnis genommen haben. „Ob das gelingt, hängt auch davon ab, ob man etwas aufbereitet hat.“ Kommunikation sei der Schlüssel. Dass man Dinge anspricht. Selbst wenn es dadurch vielleicht sogar zu einem kleinen Weihnachtsstreit kommt.