

Inhalt

Geschwister als Team – so geht’s	11
<i>Statt einer Einleitung</i>	
Warum wir uns Hilfe wünschen dürfen	11
Eine Reise in die Herzen unserer Kinder	13
Warum dieses Buch – jetzt?	14
Das Geheimnis von Geschwistern als Team	15
Geschwister als Team – die sechs Bausteine	16
Wie Eltern verstehen, was jedes Kind braucht	19
<i>Der erste Baustein</i>	
»Wo ist eigentlich das Problem?« – Das Besondere an Geschwistern	19
<i>Geschwisterposition und Persönlichkeit 20 • Entthronungs- schock oder nicht? 24 • Mythos Einzelkind 25</i>	
Der ideale Abstand zwischen Geschwistern	26
<i>Gibt es den »natürlichen« Altersabstand? 27 • »Ich will auch Geschwister haben!« – Wie Eltern den richtigen Moment erwischen 30 • Der richtige Altersabstand 31</i>	
Ein Blick über den Tellerrand: Geschwister in anderen Kulturen	33
Geschwister gestern und heute	37
»Bildet einen ›Clan!«	38
Jedes Kind ist anders	40
Das sagt die Wissenschaft	41
Falsche Erwartungen	43

Wie Eltern die verschiedenen Phasen der Geschwisterbeziehung nutzen können	45
<i>Der zweite Baustein</i>	
Wie wir gute Grundlagen legen	45
»Hätte ich doch lieber ein Dreirad bestellt!«	47
»Wir kriegen noch ein Baby!« – Was wir Kindern sagen und was besser nicht	49
<i>Wie wir einem Kleinkind vom neuen Baby erzählen</i> 50 •	
<i>Wie wir größeren Kindern ein neues Baby ankündigen</i> 52	
Die Geburt des neuen Geschwisterchens	54
<i>Tandemstillen oder Abstillen?</i> 56 • <i>Mit dem Baby nach Hause kommen</i> 57	
Die erste Phase (0 bis 8 Monate)	59
Die zweite Phase (8 bis 16 Monate)	61
<i>Mehrere Kinder ins Bett bringen</i> 63 • <i>Wie wir zu ruhigen Stillmahlzeiten kommen</i> 66 • <i>Kontaktkuscheln im Alltag</i> 68	
Die dritte Phase (16 bis 24 Monate)	69
Der Umgang mit Hassgefühlen größerer Kinder	71
Die vierte Phase (24 Monate und mehr)	72
Geschwister im Erwachsenenalter	74
Jedes Kind ist anders	75
Das sagt die Wissenschaft	77
Falsche Erwartungen	80
Wie Eltern die Rollenverteilung verstehen und Problemkinder vermeiden	83
<i>Der dritte Baustein</i>	
»Du kleiner Wüterich!« – Vorsicht, Kinder kooperieren immer!	83
Talente richtig fördern	86

Das Problem mit den Vergleichen	89
»Puppen für alle!« – Jungen und Mädchen	90
Wie wir Kindern helfen, ihre Rollen zu verlassen	94
Jedes Kind ist anders	97
Das sagt die Wissenschaft	98
Falsche Erwartungen	100
Wie Geschwister lernen, Konflikte zu lösen	103
<i>Der vierte Baustein</i>	
»Ein Streit alle zehn Minuten?« – Wie viel Streit normal ist	103
»Ich! Kann! Nicht! Mehr!« – Streit ist wichtig	107
Wie Eltern ihren Kindern beibringen, richtig zu streiten	109
<i>Wie Eltern echten Streit als Lernfenster nutzen – Baby und Kleinkind 111 • Tipps für die klassischen Themen 115 • Warum Kinder nicht teilen müssen 118 • Wie Eltern echten Streit als Lernfenster nutzen – ab etwa sechs Jahren 121 • »Spiel mit mir!« – Wenn ein Kind mehr Kontakt will als das andere 123 • »So, und jetzt entschuldigst du dich!« 124 • Petzen – vier Schritte, wie wir damit umgehen können 127</i>	
Wenn es beim Streit um mehr geht	131
<i>»Die lösen das von ganz allein!« – Wann Eltern überhaupt eingreifen müssen 133 • Wenn es kritisch wird – Aggression zwischen Geschwistern 135 • Wenn das Kleinkind Streit sucht 141</i>	
Spiele als Konfliktlösung	144
Jedes Kind ist anders	147
Das sagt die Wissenschaft	148
Falsche Erwartungen	151

Wie Geschwister lernen, zu sich selbst zu finden	155
<i>Der fünfte Baustein</i>	
»Er ist halt so« – Was Kinder wirklich mitbringen	155
Jedem Kind seine eigenen Räume geben – egal, wie wir wohnen	157
Wie Sprache unseren Kindern helfen kann	158
Drei Schritte aus der Lieblingskind-Falle	160
Was Mehrlinge brauchen	162
Jedes Kind ist anders	165
Das sagt die Wissenschaft	166
Falsche Erwartungen	167
Wie Geschwister ein Team werden	169
<i>Der sechste Baustein</i>	
»Hilfe, sie haben mich!« – Spiele für ein starkes Team	169
Eine schrecklich alberne Familie	172
Eine herrlich laute Familie	173
»Klar, wir schaffen das!« – Gemeinsame Ziele	174
Wie unsere Erziehung das Team torpediert – oder stärkt	177
Jedes Kind ist anders	180
Das sagt die Wissenschaft	182
Falsche Erwartungen	184
Wie Familien mit besonderen Geschwistern umgehen können	187
Geistig oder körperlich Eingeschränkte, Stillgeborene und Patchworkgeschwister	187

Das Was und Wie der Patchworkgeschwister	187
<i>Phasen der Familiengründung 189 • Geschlecht und Alter der Kinder 190 • Ein weiteres Baby? – Auf den Zeitpunkt kommt es an 191</i>	
Was die Geschwister eingeschränkter Kinder von uns brauchen	194
<i>Warum es gefährlich ist, ein »vernünftiges Geschwister« zu sein 195 • Woran wir ein glückliches Geschwisterkind erkennen 199</i>	
»Wir gehören auch dazu!« – Still geborene und gestorbene Geschwister	201
Jedes Kind ist anders	203
Das sagt die Wissenschaft	204
Falsche Erwartungen	206
Dos und Don'ts	209
<i>Was Eltern lassen und stattdessen tun könnten</i>	
Drei Fallen, die Eltern unbedingt vermeiden sollten	209
<i>Vergleichen Sie die Kinder nicht 210 • Ergreifen Sie niemals Partei 210 • Rasten Sie nie aus 211 • Und jetzt: Sie haben das gut gemacht! 212</i>	
Die eine Sache, die alle Eltern tun sollten	213
<i>Kinder sind Kinder 215 • Liebe heilt immer 217</i>	
Anhang	219
Statt einer Danksagung	219
Anmerkungen	222
Impulse und Übungen	231