



babywelt®

Liebe statt Eifersucht

Wie sich neue Geschwister stressfrei kennenlernen

Das Baby ist unterwegs – und plötzlich steht nicht nur das Leben von Mama und Papa, sondern auch das des Erstgeborenen Kopf.

ABENTEUER FAMILIENZUWACHS

Die Liebe und Aufmerksamkeit von Mama und Papa, die monatelang nur ihm allein gehörte, muss es sich plötzlich teilen! Ein neuer Lebensabschnitt voller Veränderungen, der viel Fingerspitzengefühl erfordert. Mit diesen Tipps klappt der Start in die größere Familie auch für die älteren Kinder.

SANFT VORBEREITEN

Gewöhnen Sie Ihr Kind schon vor der Geburt des Geschwisterchens langsam an die bevorstehende Veränderung: Nehmen Sie es mit zum Ultraschalltermin, lassen Sie es den Babybauch berühren und schauen Sie sich gemeinsam Bilderbücher zum Thema an.

KEINE FALSCHEN HOFFUNGEN

Einem Kind zu versprechen, dass das Geschwisterchen, das bald zur Welt kommt, ein prima Spielkamerad sein wird, mag zwar langfristig stimmen – aber sicher nicht in der ersten Zeit nach der Geburt. Verzichten Sie darum auf falsche Hoffnungen, die Ihr Kind enttäuschen.

GEMEINSAM BEGRÜSSEN

Damit der erste Kontakt mit dem frisch geborenen Geschwisterchen für Ihr Kind nicht zu aufwühlend wird, kann es hilfreich sein, diesen zum Beispiel auf der Babystation stattfinden zu lassen, etwa indem Papa das Baby gemeinsam mit dem Erstgeborenen abholt.

BEHALTEN SIE ALTE RITUALE BEI

Eine Geschichte vorm Einschlafen, ein Nachmittag im Tierpark, das gemeinsame Besuchen des Kinderturnens – Zeit, die Sie und Ihr Erstgeborenes vereint und die Sie ihm nicht nehmen sollten.

VERBOTE SIND VERBOTEN

Vermeiden Sie es, Ihrem Kind Dinge zu verbieten, die in direktem Zusammenhang mit dem jüngeren Kind stehen, zum Beispiel: „Sei nicht so laut, wenn das Baby schläft.“ Versuchen Sie, die Situationen im Vorfeld zu entschärfen. Sonst schüren Sie die Eifersucht.

POSITIVE GEFÜHLE STÄRKEN

Schwester freut, dich zu sehen?“ Manchmal sind es die kleinen Sätze, die eine besonders große Wirkung haben und Ihrem Kind deutlich machen: Mit dem Baby wird alles noch viel schöner, als es vorher schon war.

AKTIV BETEILIGEN UND LOBEN

Zeigen Sie Ihrem Kind, dass es Ihnen eine große Hilfe ist und dass Sie seine Unterstützung bei der Pflege des Babys oder beim Füttern und Wickeln sehr schätzen.

Extra-Tipp: Ruhe bewahren!

Bemühen Sie sich bestmöglich, keines Ihrer Kinder zu bevorteilen. Kommt es zu Eifersüchteleien, versuchen Sie, ruhig zu bleiben und Verständnis für die Reaktion Ihres Kindes aufzubringen: Es hat Angst, das neue Baby verdränge es aus der Familie.