

A photograph of two children, a boy and a girl, having a pillow fight. They are both laughing and holding large pillows. Feathers are flying everywhere in the air. In the background, there is a red anchor decoration on the wall.

Geschwister – Zwischen Freundschaft und Rivalität

Inhalt

Titelthema

04 Kurz gesagt ...

06 Glaubensgeschwister

10 Mit Geschwistern durch dick und dünn

14 Zoff im Kinderzimmer

24 Auf einmal ist ein neues Baby da!

44 Unsere Empfehlungen für Dauerpflegefamilien

Erfahrungsberichte

20 Alle Geschwister brauchen ihren Platz

27 Ich wollte doch nur gesehen werden

30 Lieblingskinder – Vorsicht Falle!

36 Einzelkind oder Geschwisterkind?

39 Geschwister in einer Patchworkfamilie

41 Meine Geschwister von anderen Eltern

team-f

13 Aus der team-f-Leitung

18 team-f gibt Einblick

46 team-f zeigt Gesicht

50 Aus der Geschäftsführung

team-f-Akademie

32 Geschwister – lerne in unseren Fernkursen mehr über ihre besondere Bedeutung für das Leben

Service

48 team-f-Shop

51 Vorschau: nächste Ausgabe



Titelthema

**Glaubens-
geschwister**
Seite 6

Liebe Leserinnen und Leser,

Geschwisterbeziehungen wurden lange Zeit unterschätzt. Dabei haben sie einen bedeutenden Einfluss auf die seelische Entwicklung eines Menschen. Mitunter kann dieser prägender sein, als der der Eltern. Wir können uns unsere Geschwister nicht aussuchen und sie bleiben immer Teil der Familie. Es lohnt sich also, den Geschwisterbeziehungen Aufmerksamkeit zu schenken.

In dieser Ausgabe unseres Magazins – welches ebenso wie unser Seminarprogramm für 2023 im neuen Look erstrahlt – haben wir viele Menschen zu Wort kommen lassen, die aus verschiedensten Lebenssituationen berichten. Da haben wir die Mutter eines Einzelkindes, Eltern in einer Patchworkfamilie, das Geschwisterkind des »Lieblingskinds«, das Kind, das mit Pflegekindern aufgewachsen ist und viele mehr. Die vielen Erzählungen zeigen, dass Geschwisterbeziehungen sehr vielfältig und dynamisch sind.

Ich wünsche mir, dass wir dich mit den Inhalten dieser Ausgabe motivieren können, dich auf den Weg zu machen:

- um deine eigene Geschichte zu reflektieren und dich vielleicht auch mit schwierigen Erfahrungen zu versöhnen.
- um Eltern gute Handlungsstrategien für den stressigen Familienalltag an die Hand zu geben.

Dafür möchte ich dich ganz herzlich zu einem unserer Angebote einladen (passende Empfehlungen findest du bei jedem Artikel) – für mehr Entspannung in deinen Beziehungen.

Über dein Feedback und inhaltliche Wünsche freue ich mich jederzeit!

Deine

Lena Knaack

Redaktionsleitung
redaktion@team-f.de



PS:

In unserem Magazin sind, ausschließlich wegen der leichteren und angenehmeren Lesbarkeit, nicht konsequent beide Geschlechter angeschrieben. Wir sprechen an der jeweiligen Stelle aber alle Menschen an und wollen niemanden diskriminieren.

Titelthema

**Mit
Geschwistern
durch dick
und dünn**

Seite 10



Erfahrungsbericht

**Geschwister
in einer Patch-
workfamilie**

Seite 39



Erfahrungsbericht

**Einzelkind oder
Geschwisterkind?**

Seite 36

Geschwister als Team

Die Autorin Nicola Schmidt nennt in ihrem Buch »Geschwister als Team« drei Fallen, die Eltern unbedingt vermeiden sollten, damit Geschwister ein Team werden können:

- vergleichen Sie die Kinder nicht
- ergreifen Sie niemals Partei
- rasten Sie nie aus



Die jüngeren Geschwister machen sich eher selbstständig

Jüngere Geschwister werden häufiger selbstständig. Psychologen machen dafür eine größere Neigung zum Risiko verantwortlich. Nur in Unternehmerfamilien ist das anders.

Mehr Risiko, mehr Unternehmergeist: Wer das jüngste Kind seiner Eltern ist, wird eher Unternehmer als seine Geschwister. So jedenfalls interpretieren Forscher der University of Birmingham ihre Daten zu mehr als 6000 Briten, die alle 1970 geboren wurden und im Alter von 38 Jahren zu ihrem Beruf befragt wurden. Die Wahrscheinlichkeit, eine selbstständige Tätigkeit aufzunehmen, war bei den Zuletztgeborenen um 50 Prozent höher als bei den älteren Geschwistern.

→ <https://www.spektrum.de/news/die-juengeren-geschwister-machen-sich-eher-selbststaendig/1416350>

Komplizierte Geschwisterbeziehungen sind so alt wie die Menschheit

Auch in der Bibel finden wir einige komplizierte Geschwisterbeziehungen. Sie alle erlebten Konkurrenz und Eifersucht und mussten sich eine gute Beziehung erkämpfen:

Kain und Abel **Es geht brutal los: Gleich bei den ersten Geschwistern, die in der Bibel genannt werden, ermordet der eine den anderen.** Gen 4

Jakob und Esau **Bei diesen Zwillingen fing der Konflikt schon im Mutterleib an. Der kleine Jakob hielt schon bei der Geburt Esau an seiner Ferse fest, als wollte er ihm die Erstgeburt nicht gönnen. Die beiden sind so unterschiedlich wie zweieiige Zwillinge nur sein können – und dennoch gibt es nach vielen Konflikten und langer Trennung ein Happy End.** Gen 25–28 und 32–33

→ www.katholisch.de/artikel/17123-zehn-biblische-geschwistergeschichten

Lea und Rahel **Zwei Schwestern, beide mit demselben Mann verheiratet, und jede von ihnen hat ihr Päckchen zu tragen.** Gen 29–30

Josef und seine Brüder **Josefs Vater Jakob hatte 13 Kinder von vier Frauen. In der großen Patchwork-Familie waren Konflikte vorprogrammiert.** Gen 34, 37, 42–45

»Richtig« zu erziehen bedeutet, Kinder unterschiedlich zu behandeln.

Der amerikanische Psychologe Paul F. Brandwein formulierte das so:

»Es gibt nichts Ungerechteres als die gleiche Behandlung von Ungleichen.«

Es ist bedeutsam, auf die Persönlichkeit – auf die Vorlieben, Abneigungen und Bedürfnisse – jedes einzelnen Kindes Rücksicht zu nehmen.

Streiten Geschwister wirklich dauernd?

Das Vorurteil, Geschwister würden häufiger streiten, kennt jeder. Und da ist tatsächlich etwas dran: Amerikanischen Wissenschaftlern zufolge geraten die Drei- bis Siebenjährigen dreieinhalb Mal pro Stunde aneinander! Werden die Geschwister älter und bilden sie ihre eigenen Freundeskreise, werden die Konflikte jedoch weniger.

→ www.geo.de/geolino/mensch/157-rtkl-familie-geschwister-fakten-zum-staunen

Die Mehrzahl aller Kinder wächst mit Geschwistern auf

Im Jahr 2021 lebten von den insgesamt 13,6 Millionen Kindern unter 18 Jahren knapp 10,3 Millionen Kinder mit ihren Geschwistern im selben Haushalt, wie das Statistische Bundesamt (Destatis) anlässlich des Welttags der Geschwister am 10. April mitteilt. Damit wuchsen mehr als drei Viertel der Kinder (75,4%) mit mindestens einem Bruder oder einer Schwester auf. Anders als häufig vermutet, ist der Anteil der Kinder, die ohne Geschwister in einer Familie leben, in den letzten 20 Jahren nicht gestiegen: Seit 2001 liegt der Anteil zwischen 24 und 25 Prozent. Dabei wird nicht zwischen leiblichen Geschwistern, Adoptiv- und Stiefgeschwistern unterschieden, außerhalb des Haushalts lebende Geschwister werden hierbei nicht erfasst.

→ www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/04/PD22_N019_12.html



Glaubens- geschwister

Ganz schön schwer

von Ulrich Eggers

Als Sonntagschulkind war es noch klar für mich: In der Gemeinde sprach man einander mit »Bruder« und »Schwester« an. Na klar, wo wir als Christen doch den einen gemeinsamen Vater im Himmel haben ...

Heute ist die schöne Anrede oft verloren gegangen – und das hat auch Vorteile, denn der Auftrag von Kirche und Gemeinde richtet sich nach draußen, familiäre Nestwärme als Signal kann da auch abstoßen und exklusive Distanz ausdrücken.

Aber dass die Gemeinde immer auch Familie unter Gottes Elternaugen ist, das bleibt ja: »Ich will nicht weniger Geschwister haben als mein Vater Kinder«, heißt der steile Spruch. Ein Vorhaben, das angesichts all unserer Unterschiedlichkeit aber echte Aktion verlangt. Denn so ein Satz klingt super – aber er sagt ja noch lange nicht, dass ich all diese anderen Kinder Gottes in meiner Kirchengemeinde oder unserem Ort deswegen auch gleich gern mögen oder liebhaben muss. Und tatsächlich: Christen sind Familie – mit vollen und gleichen Rechten, egal wie merkwürdig andere uns erscheinen.

Das ist eine Riesenchance! Aber es heißt nicht automatisch, dass es in dieser Familie keinen Streit, keine Konkurrenzgefühle, keine Leichen im Keller oder Konflikte, Vorurteile und Vorbehalte gibt. Geschwisterstreit ist normal – und am besten legen wir uns schon mal gute Strategien zurecht, wie wir damit umgehen. Denn anders als in einer leiblichen Familie, wo man ja von einer ähnlichen Prägung und Chemie ausgehen kann, kommen Glaubensgeschwister aus allen Himmelsrichtungen.

Eine Gemeindefamilie, das ist – wenn es gut geht – eine Mehrgenerationen-Patchwork-Großfamilie mit ständiger Fluktuation.

Und Riesen-Unterschieden: Einheimische und Zugereiste, Reingeborene und Angelernte, Frauen und Männer, Junge und Alte, Charismatiker und Dogmatiker, Fundis und Realos, Landes- und Freikirchler und noch viel Freiere von den Freien: Ein Patchwork aus von Herzen gewollten und angenommenen Gotteskindern, die ab und zu ein gemeinsames Wohnzimmer bevölkern und funktional verbunden sind. Kein Wunder, dass es da auch reibt und funkt und blüht und wächst. Oder auch mal nicht. Nur eins ist richtig klar: Ihr großer Vater liebt sie zu 100 Prozent gleich, hat sie gleich wertvoll gemacht und gleiche Rechte, Pflichten und Ziele gegeben.

Eine hoch ambitionierte Familie also – eine mit einem Auftrag. Mit Idealen. Und Grundsätzen. Und Traditionen und Prägungen – und das in unserer Zeit durch Berufs- und Ortswechsel zunehmend bunt durchgewürfelt. Wie kann das bloß gut gehen? Gut gehen kann das, wenn man den Reichtum dieser Konstruktion verstehen lernt und die Andersartigkeit des anderen als heilsame Herausforderung begreift, reifer, liebevoller, geduldiger und fruchtbarer zu leben. Ganz offensichtlich hat unser Vater es sich genau so vorgestellt – als Lernaufgabe nach innen und sichtbares Zeichen nach außen. Aber natürlich: Das ist ein Prozess – Stolpern gehört dazu.

Das große kluge Regel-Buch

Während in unseren leiblichen Familien Mama und Papa das Sagen haben, ist das in der Gemeindefamilie alles etwas komplexer. Gott, der Vater, redet uns selten direkt rein, aber er hat in weiser Voraussicht kluge Regeln gegeben, die schon seit rund zweitausend Jahren dafür sorgen, dass diese fromme Patchworkfamilie zumindest so gut zusammenhält, dass sie noch heute Kinder zeugen und Häuser bauen und Lichter hochhalten und Ziele erreichen kann.

Ein echtes Wunder. Das immer wieder gelingen kann, wenn sich die Glaubensgeschwister mit ehrlichem Eifer und kluger Weitsicht an die unglaublich praktischen biblischen Regeln für Gottes Geschwister halten – wir tun gut daran, die Früchte des Geistes, die gegenseitige Unterordnung, das liebevolle Miteinander, die goldene Regel und all die vielen guten Sätze immer wieder neu einzuüben – so wie schon die ersten Gemeinden das brauchten. Geschwister halt ...



Es ist ein starkes Signal an unsere Umwelt, wenn die Christen einer Stadt einander segnen, fördern und gut reden.

Viel Gutes für ein gelingendes Miteinander kann man sich auch aus Literatur aus dem Raum christlicher Gemeinschaften holen – Regeln des Zusammenlebens, Konflikt-Lösungs-Prozesse nach Matthäus 18, die Regel von Sannerz (nicht in Abwesenheit einer Person negativ über sie reden) – so vieles hat sich bewährt!

Ob uns das leicht fällt oder nicht, hat allerdings auch etwas mit unserem Selbstbild zu tun: Sind wir Christen diejenigen, die es geschafft haben und dank geistlichem Durchblick die Niederungen des Alltags unter den Füßen haben – dann wird aus uns rasch eine Heuchler-Gruppe frommer Pharisäer. Gemeint ist unsere Gemeindefamilie als warmes Nest für Sünder – die beste Gemeinde, so meint Gordon MacDonald provozierend, habe er bei den Anonymen Alkoholikern erlebt, denn da war wirklich klar, dass jeder Sünder war und ein Problem hatte – Geschwister, die einander nichts vormachen.

Arbeit, Feiern, Spiel

Apropos Nest – das ist eine echte Spannung vieler Gemeindefamilien – und oft Anlass für Streit: Ist Gemeinde wirklich vor allem warmes Nest für alle, die dazugehören? Und muss sich deswegen wie in jedem guten Club alles nach innen ausrichten auf das Wohlbefinden der Clubmitglieder? Oder ist Gemeinde eher

so etwas wie eine warme Rettungsstation auf den Klippen am Meer, wo die Mitglieder die Augen aufhalten nach Menschen, die Jesus sucht und verbinden und trösten und heilen will?

Je mehr wir gemeinsam nach außen aktiv werden, umso größer ist die Chance, dabei unterwegs herzliche Gemeinschaft, enge Zugehörigkeit und große Einheit zu erleben.

Denn so hat sich Jesus Christus unsere Geschwister-Einheit in Johannes 17 vorgestellt: Gemeinsam unterwegs sein, »damit die Welt erkennt« – Jesus erkennt.

Und dennoch: Das richtige Maß an Engagement nach außen und innen – die Spannung zwischen Nest und Rettungsstation –, die müssen wir gut managen. Sie bleibt auch unter Geschwistern immer ein Thema. Denn einander zu kennen und von anderen erkannt zu werden, ist eines der großen Grundbedürfnisse von Menschen – und eine wichtige Aufgabe jeder Gemeindefamilie. Gemeinsame Arbeit ist ein starkes Hilfsmittel dafür. Aber sie kann nicht das einzige sein – auch Feiern und Spiel und Gemeinschaft ist Familiensache. Es gibt starke

Mittel, Wärme und Nähe und Verstehen untereinander zu fördern. Wer durch den fremden Mantel anderer dringen will, der muss deren Geschichte hören, Prägungen und Erfahrungen kennen. Das braucht Zeit und Begegnungsfläche.

Freizeiten und Seminare sind auch deshalb ein wichtiges strategisches Hilfsmittel für die Ziele einer Gemeinde. Aber es gibt viele Wege, einander kennen zu lernen – und damit unsere Geschwister-Liebe zu fördern. Was in einer Familie ganz natürlich ist, muss heute in der Gemeinde sehr bewusst organisiert werden: Treffen zwischen den Generationen, Einführungsgruppen für Neueinsteiger oder bewährte Hilfen wie der »heiße Stuhl« im Hauskreis oder anderen Teams, wo jeder Fragen zu seiner Geschichte beantwortet: Viele kreative Methoden helfen, wenn man die oft große Scheu und Zurückhaltung vieler Menschen als strategisches Hindernis für Geschwisterliebe, konkretes Gebet oder mitfühlende Hilfe erkannt hat.

Einander gut reden

Das gilt übrigens auch für die Glaubensgeschwister einer Region oder einer Stadt: Wie gut kennen wir andere Gemeinden und ihre Leute? Haben wir dafür einen Plan?

Wir sind vor Ort nicht wie Aldi oder Lidl Konkurrenz, sondern eben Geschwister des einen Vaters. In Zukunft

wird immer unwichtiger sein, welcher Markenname auf unseren Gebäuden steht, sondern ob wir gemeinsam Gottes Auftrag erfüllen.

Damit das gelingt, können wir viel tun: Begegnen wir einander? Lädt jemand ein? Es gibt viele Wege dafür: Gemeinsames Engagement bei Projekten (von Gebetswochen bis hin zum Stand beim Weihnachtsmarkt oder der Aktion »Weihnachten neu erleben«, von Bauspielplätzen über die Mitarbeit bei den Tafeln bis hin zu Hilfe und Gebet für Schulen und Lehrer). Ein gemeinsamer Hungermarsch oder ein Stadtkirchentag, bei dem sich alle Gemeinden vorstellen und ihre Angebote zeigen: Glaubensgeschwister einer Stadt sollten bekannt sein dafür, dass sie die ersten sind, die zusammenhalten. Wenn es dann unter Geschwistern auch mal kracht, macht das nichts – so ist es halt in Familien ... ■



Ulrich Eggers ist 1. Vorsitzender von Willow Creek Deutschland. Über sein Leben als Pionier und Ideengeber (er gründete Family und AUFATMEN und gehörte zum Gründungsteam des Spring-Festivals) hat er gemeinsam mit seinem Freund Thomas Härry eine sehr ehrliche Biografie geschrieben: »Der Ideen-Entzündler«, R. Brockhaus.

Lade team-f ein in deine Gemeinde!

Wir wollen eine gute Kommunikation und die Beziehungen in Gemeinden mit verschiedenen Angeboten für Paare, Eltern und Singles fördern.

Melde dich bei uns – wir vermitteln gerne Mitarbeiter aus deiner Region.

info@team-f.de
02351 985948-0

Unsere Empfehlung

Gewaltfreie Kommunikation (GfK)

Die gewaltfreie Kommunikation ist ein Konzept, das eine ungesunde und Konflikt verstärkende Kommunikation durchbricht. Gelingende GfK hilft, die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, Gefühle zu benennen und konkrete Wünsche zu äußern.

09126 Chemnitz

Sa. 04.02.2023

📍 Lutherkirchgemeinde
Treffpunkt »Winterkirche«
👤 Christian Böhnert
☎ 23 990 71

85049 Ingolstadt

Sa. 16.09.2023

📍 EFG Ingolstadt
👤 Christian Böhnert
☎ 23 990 41

Unsere Empfehlung

Die Kraft des Zuhörens

In diesem Seminar vermitteln wir ein Verständnis davon, wie wir in der Kommunikation achtsam mit uns selbst und dem Gegenüber umgehen können. Ziel ist es, den wechselseitigen Austausch – egal ob mit dem Partner, Freunden oder Kindern – zu bereichern und auf diesem Weg echte Begegnung zu ermöglichen.

Online

Sa. 28.01.2023

📍 Online-Seminar
👤 Anni und Janis Marx
☎ 23 672 91

Mit Geschwistern durch dick und dünn

Aufwachsen mit Geschwistern – Prägung und Lebensschule

von Heidi Goseberg

Beste Freunde, Rivalen im Kampf um die elterliche Aufmerksamkeit, Verbündete, Kampfpartner, Spielkameraden, Geheimnisträger und vieles mehr zeichnet Geschwisterbeziehungen aus. Die Familie ist der Austragungsort für ein breites Spektrum von Beziehungserfahrungen.

Lange hat man den Eltern-Kind-Beziehungen die größte Bedeutung zugemessen und die empirische Geschwisterforschung in Deutschland ist erst etwa 30 Jahre alt. Heute weiß man, dass der Einfluss von Geschwistern auf die Entwicklung eines Menschen ebenso bedeutend ist, wie der der Eltern.

Für die meisten Menschen sind die Geschwisterbeziehungen die intensivsten und am längsten andauernden Beziehungen, mehr als die zu den Eltern, Partnern oder eigenen Kindern. Ihr

Einfluss ist ein wesentlicher Teil unserer Identität, ob man sich nun gut versteht oder nicht, und dieser Einfluss reicht weit in die Erwachsenenbeziehungen.

Geschwister haben wir uns nicht ausgesucht

Man kann sich nicht »scheiden« und selbst, wenn die Beziehungen abgebrochen sind, bleiben alle Teil der Familie. Aus dieser natürlichen Bindung kommt man nicht heraus.

Geliebt und gehasst, Solidarität und Neid, Verbundenheit und Zerstrittenheit – diese Ambivalenzen charakterisieren vor allem Geschwisterbeziehungen.

Alle Eltern haben den innigen Wunsch, dass ihre Kinder sich gut verstehen und sind je nachdem genervt und betroffen über Sticheleien, Eifersucht, den ewigen, oft heftigen Streit und die meist fruchtlosen Versuche, zu klären. Am Ende dann oft noch die Konstellation alle gegen die Eltern. Mittendrin kann man sich kaum vorstellen, dass zwischen Kampfpartnern der Kindheit einmal echte und tiefe Freundschaften wachsen.

Einerseits ist das alltägliche Leben in der Familie die Lebens- und Characterschule für Kinder.

Sie lernen nicht nur durch das Vorbild der Eltern, ihre Belehrung, durch Verhaltens- und Benimmregeln in der Familie, sondern vor allem aus den gemeinsamen Erfahrungen, die vielfach tiefe Eindrücke hinterlassen. Auch darum, weil in einer Familie alles vorkommen darf, was in anderen Beziehungen möglicherweise zu Brüchen führt. In der Familie erlebt man neben vielen schönen und emotionalen Gemeinschaftserfahrungen auch Rivalitäten, Eifersucht, Auseinandersetzungen, Streit, doch ebenso auch Vergebung und Versöhnung. So sehr man das lieber nicht haben will, lernen wir alle daraus ganz viel: Argumente austauschen, die Meinung vertreten, Konflikte zunehmend fair austragen, sich entschuldigen und versöhnen. In einem engen Zusammenleben gehört das dazu und Vermeidungsstrategien sind darum nicht die Lösung.

Man kann sich trauen, Kämpfe und Streit auszutragen, gerade, weil man sich liebt und weil jeder bleibt.

Auch wenn Eltern betroffen sind von Bemerkungen wie »der ist nicht mehr mein Freund« oder »nein, ich liebe meine Schwester nicht!«, spüren wir doch oft auch den Zusammenhalt und die Anziehung.

Zum anderen ist es nicht selbstverständlich, dass aus Geschwistern ein Team wird und Aufgabe der Eltern, ihre Kinder dazu anzuleiten.

Keine leichte, aber auch eine schöne Aufgabe. Natürlich spielen mit zunehmendem Alter die Kinder auch immer ihre Rolle dabei und jedes trifft auch seine eigenen Entscheidungen. Doch können Eltern einiges tun, um gute Geschwisterbeziehungen entstehen zu lassen. Gute Familienregeln sind dazu Anstöße, die im Alltag präsent bleiben, wenn sie immer mal wieder aufgegriffen werden, wie z.B.:

- Wir halten zusammen – egal was passiert.
- In dieser Familie haben wir uns alle lieb.
- Wir wollen uns gegenseitig unterstützen.
- Beim Streiten müssen wir nicht laut, beleidigend oder handgreiflich werden.
- Nach einem Streit vertragen und versöhnen wir uns ausdrücklich.
- Aber auch: Wir lachen viel miteinander und erleben viel gemeinsam.

Gut ist, wenn jede Familie ihren eigenen Verhaltenskatalog entwirft, denn das macht eine Gemeinschaft zu einer besonderen. Möglichst drückt dieser aus, was wir wollen, nicht was wir nicht wollen. Außerdem trifft man gute Absprachen nicht im Konfliktfall, sondern plant entspannte Familiengespräche dazu unter dem Thema: »Was für eine Familie möchten wir sein?«

In allem sollten Eltern ihren Kindern mit gutem Beispiel vorangehen.

Denn: Wie man in den Wald hineinruft ...

Dass gute Regeln nicht immer beachtet werden und darum immer wieder aufgegriffen werden müssen, ist eine allgemeine Erfahrung zum Leidwesen aller Eltern. »Wie oft muss



ich das denn noch sagen?« Wie oft hast du das schon gesagt? Gespräche dazu zu initiieren, ist nicht immer leicht, doch Kinder, die mitreden dürfen, die verstehen, dass jeder einen Beitrag leisten kann und die die Erfahrung machen, dass mit den Regeln der Alltag zunehmend entspannter und das Klima deutlich besser wird, lassen sich gerne darauf ein.

Und im Streitfall?

In unverfänglichen Situationen können Eltern sich zurücklehnen und den Kindern vertrauen, dass sie sich gegenseitig an die Regeln erinnern oder zu ihnen kommen, wenn sie es nicht allein schaffen. Wichtig ist dennoch, dass Eltern ansprechbar sind, die Kids begleiten, dabei jedoch neutral bleiben, immer wieder erklären, wie sie den Konflikt allein beilegen können und ermutigen: Ihr schafft das auch allein!

Wenn die Regeln grob verletzt werden, ist es immer ein guter Rat, Ruhe zu bewahren. Wer sich aufregt, mitschimpft oder gar lospoltert, begibt sich mitten in den Streit und verschafft sich kaum Respekt. Das ist – ehrlich gesagt – die schwierigste Übung. Ruhig und sachlich sollte man auf die Regeln hinweisen: »So möchten wir in unserer Familie nicht miteinander reden, Gefühle darf man ausdrücken, doch prügeln wir nicht aufeinander ein.«

Notfalls werden die Streithähne getrennt und man greift eine Situation nachher in Ruhe noch einmal auf, ohne sich auf eine Seite zu schlagen. Am Streit sind fast immer beide Seiten beteiligt und alle Recherchen, wer mehr Recht oder Unrecht hat, sind müßig.

Gespräche darüber, was im Streit unfair war und wie wir es in Zukunft anders machen können, führen eher zur Klärung. Dazu gehört am Schluss immer auch die Weisung, sich wieder zu vertragen. Dazu müssen alle jedoch erst einmal wieder herunterkommen, eine erzwungene Entschuldigung hat keinen so großen Wert.

Alles ist Übung, es kostet Nerven und viel Zeit. Gutes Konfliktverhalten lernen viele Menschen gar nicht und es wird nicht in wenigen Monaten gelernt, sondern ist ein jahrelanges Training. Doch Eltern, die sich da investieren, werden erleben, dass man mit der Zeit zunehmend die guten Früchte sehen kann.



Unsere Empfehlung

Familien stark machen PLUS – HALT geben

Kinder brauchen Halt, damit sie das Leben meistern können. Können sie auf ein gutes Fundament der Annahme und Wertschätzung zurückgreifen, bringen sie ein gutes Polster für die Anforderungen des Lebens mit. In diesem Seminar erfährst du, wie du diesen Halt in deiner Familie vermitteln kannst. Du bekommst Anregungen, wie du deine ganz individuellen Familienrituale entwickeln und lebendig werden lassen kannst und wie Familiennetzwerke deine Kinder durchs Leben tragen.

71083 Herrenberg

Sa. 22.04.2023

📍 Süddeutsche Gemeinschaft

👤 Jutta und Norbert Luginsland mit Team

☎ 23 312 51

58675 Hemer

Sa. 03.06.2023

📍 FEG Hemer

👤 Heidi und Eckhard Goseberg mit Team

☎ 23 312 11



Die beste Zutat für eine schöne Gemeinschaft sind schöne gemeinsame Erfahrungen.

Sie sorgen dafür, dass ein WIR-Gefühl wächst, Zusammenhalt entsteht und jeder sich in diesem Zuhause zugehörig und geborgen fühlen kann. Das wachsen zu lassen erfordert beständige Aufmerksamkeit und Planung. Vor allem Rituale können dafür sorgen, dass schöne Gemeinschaftserfahrungen regelmäßig stattfinden, zu denen die Kinder mit Ideen und Wünschen gerne beitragen können, z.B.:

- das morgendliche gemeinsame Gebet vor dem Auseinandergehen,
- regelmäßige Spiel- und Spaßzeiten, Ausflüge, Familienurlaube
- ein wöchentlicher Familienabend,
- auch ein gemeinsames soziales Projekt u.v.m.

Wichtig ist, Ereignisse für jede Altersgruppe zu planen und dass die Großen auch bei den Kleinen mitmachen und umgekehrt, soweit möglich. Sich miteinander freuen ist ebenso wichtig wie die Elternzeit mit einem Kind allein.

Ziel ist, dass in einer Familie nicht die Konflikte überwiegen, sondern die guten Zeiten und dass nach der Familienzeit jeder sagen kann, dass man vor allem viele gute Erfahrungen mitgenommen hat. Erfahrungen, die unsere Seele berühren, die unauslöschlich abgespeichert sind und die Familienbande weit über die Familienzeit hinaus positiv prägen. Im Rückblick nach der Familienzeit können wir sagen, dass wir viele solcher Erinnerungsschätze in uns tragen. Die guten Beziehungen zu unseren vier Kindern und ihren Familien sowie der Geschwister untereinander empfinden wir vor allem als ein großes Geschenk, an dem wir uns freuen. ■



Heidi (67) ist verheiratet und zur Familie gehören vier erwachsene Kinder, drei Schwiegersöhne und elf Enkelkinder. Sie und ihr Mann Eckhard genießen regelmäßig gemeinsame Familienurlaube in verschiedenen Konstellationen und oft trifft sich die Familie sonntags bei ihnen. Bei team-f leiten sie gemeinsam die Region Westfalen und Seminare für Eltern.

Unsere Empfehlung

Teen-Age – mehr als ein Alter

Die Teenagerjahre sind eine bedeutsame Entwicklungsstufe im Prozess Heranwachsender. In diesem Seminar erfährst du, wie du deine Kinder in dieser besonderen Lebensphase prägen und gut begleiten kannst. Bereits in der Vorpubertät, aber auch in den Teenagerjahren, können Eltern die Weichen für einen respektvollen Umgang und ein gutes Miteinander stellen. Hierzu gibt es im Seminar brauchbares »Handwerkszeug«, gute Ideen, praktikable Lösungsvorschläge und echte Ermutigung.

34134 Kassel

Sa. 28.01.2023

📍 Lighthouse Jesus Centrum

👤 Annegret Lange-Müller und Edelgard Winzer mit Team

☎ 23 331 31

59457 Werl

Sa. 06.05.2023

📍 Christusgemeinde

👤 Heidi und Eckhard Goseberg mit Team

☎ 23 331 12

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Vorbild Geschwister

So erleben wir uns als Leitungsteam

In diesem Magazin dreht sich alles um »Geschwister«. Auch wir im Leitungsteam sind in unserem Glaubensverständnis eine Art »Geschwister« und machen auch dort so unsere geschwisterlichen Erfahrungen:

Wenn Gaben- und charaktergemäß mal eine oder einer voprescht und schnell entscheidet und andere sich »abgehängt« fühlen, ist das Empfinden der Geschwisterrivalität nicht mehr so weit entfernt. »Wollten wir nicht alle auf Augenhöhe sein?« wird dann womöglich noch mal ergänzt ... Und außerdem wollten wir »grundsätzlich« und »eigentlich« ja Beschlüsse immer einstimmig fassen – doch auch wir haben in den Jahren feststellen müssen, dass wir manchmal darum ringen müssen, genauso wie es leiblichen Geschwistern nicht immer leicht fällt, sich einig zu sein.

Ja, die geschwisterlichen Eigenheiten sind auch in unserem Leitungsteam stets präsent und trotzdem darf ich euch sagen: Es ist wunderbar, in und mit diesem Team gemeinsam vorwärts zu gehen und an unseren Visionen und Strategien

zu arbeiten! Für einige von uns im Team ist dieses Miteinander sogar eine Zeit der Heilung und Wiederherstellung aus Verletzungen weniger gut funktionierender geschwisterlicher Teams.

Wichtig ist uns in der Tat, dass wir einander auf Augenhöhe begegnen können, uns in unseren Stärken bestärken (und auch mal stehen lassen) und wohlwollend die Schwächen eines anderen Teammitglieds ausgleichen, wo es uns aufgrund unserer eigenen Gaben möglich ist. Wenn das mal misslingt, dann haben wir die Größe, uns beim anderen zu entschuldigen und um Vergebung zu bitten. So erleben wir ganz viel Segen und fruchtbares Miteinander in unserem Leitungsteam und dürfen gleichzeitig staunen, wie es unser Vater im Himmel durch die Kraft seines Heiligen Geistes immer wieder schafft, so eine wilde und lustige Truppe zusammenzustellen und beieinander zu halten! ■

Herzlich grüßt euch im Namen des Leitungsteams
Christian Siegling



Das Leitungsteam bei team-f
(v.l.n.r. Christian Siegling,
Stephan Arnold, Cornelia
Arnold, Ulrich Menter und
Christof Matthias)

Zoff im Kinderzimmer

Kinder anleiten und fürs Leben vorbereiten



von Christian Siegling

Geschwisterstreit kostet Eltern viele Nerven. Aber das ist nicht umsonst! Wenn wir Kinder dabei sinnvoll begleiten, bereiten wir sie für die Herausforderungen des Lebens vor.

»Das ist gemein!« und »Lass los, du blöde Kuh!« Timo und Lisa zerren beide an einem stattlichen Lego-Flieger. »Das ist meins!« und dann ein schriller Schrei: »Mammaaaa!« »Er hat mich gehauen!« »Gar nicht wahr!« Timo wirft den Flieger in die Ecke, sodass er in alle Einzelteile zerspringt. »Sie hat angefangen. Erst hat sie Schweinefurz gesagt und dann wollte sie mir den Flieger wegnehmen.« Lisa schreit: »Stimmt gar nicht, du Schweinefurz. Ich darf genauso Lego spielen wie du!«

Wer hat angefangen? Es ist müßig. Auch wenn jetzt klar ist, wer als erstes Schweinefurz gesagt hat. Was dem vorausging, wissen wir immer noch nicht. Den eigentlichen Grund kann man manchmal nur erraten. Das Ende des Dramas: Eine völlig nutzlose Predigt über Gewaltverzicht unter Geschwistern – bestenfalls. Wahrscheinlicher ist, dass man ausflippt, Vergünstigungen streicht, den Falschen erwischt oder resigniert den Ort des Geschehens verlässt.

Geschwisterstreit gehört zum Familienleben

Rivalität unter Geschwistern ist ein Phänomen, welches in den meisten Familien vorkommt. Bei manchen mehr, bei anderen weniger. Das liegt zum Teil an der Konstellation der Familie und an den Persönlichkeitstypen, aber auch daran, ob es uns gelingt, einen Konflikt bewältigen zu helfen oder womöglich sogar anzufachen. Eltern können ihn anheizen oder helfen, ihn zu bewältigen – das ist die Herausforderung!

Drei Ebenen des Geschwisterstreits

Geschwisterstreit hat meist mehrere Ebenen. Manche Auseinandersetzungen bleiben vollständig auf der obersten Ebene. Es gibt aber auch Streitereien, die zwar einen oberflächlichen Anlass haben, aber in der Tiefe auf einer anderen Ebene geführt werden.

Ebene 1: Der unmittelbare Anlass des Streits

Der Anlass kann scheinbar ganz banal sein. Kinder streiten um Gegenstände wie Stifte, Spielsachen, Kekse usw., weil sie sich ungerecht behandelt fühlen, weil sie sich ärgern, müde oder überlastet sind, manchmal nur, weil der andere so blöd schaut. Für uns Eltern sind diese Anlässe häufig völlig undurchsichtig. Dann kann es hilfreich sein, ein Protokoll zu schreiben, um zu erkennen, wo sich bestimmte Auslöser auffällig häufen, z.B. Müdigkeit, Hunger, schlechtes Wetter oder Autofahrten. Wenn man darüber Klarheit gewonnen hat, fallen einem eher einige wirkungsvolle Katalysatoren ein, die helfen können, aufgeladene Situationen zu entspannen. In der kritischen Zeit vor dem Abendessen könnte man zum Beispiel einen Rohkoststeller zurechtmachen, bei schlechtem Wetter Freunde einladen oder für Autofahrten Beschäftigungsmaterial mitnehmen. Vielleicht stellt man aber auch fest, dass der Streit gar nicht so häufig ist, wie man es empfunden hat. Streiten sie wirklich immer? Oder gibt es nicht auch Momente, in denen sie vertieft über dem Bau eines Legofußballstadions sitzen oder draußen ein Lager bauen und es gemeinsam verteidigen? Worauf richte ich meinen Fokus?

Ebene 2: Der Kampf um den Status

Vielen Auseinandersetzungen, die unsere Kinder miteinander haben, liegt ihre Rivalität oder die Frage nach ihrem Platz in der Familie zugrunde. Dabei spielt es auch eine Rolle, an welcher Stelle in der Geschwisterfolge ein Kind steht oder aus welchem Blickwinkel Eltern ihre Kinder betrachten.

Geschwister rivalisieren um den Siegerpokal der elterlichen Liebe, den sie allerdings nicht in überquellender Fülle sehen, sondern als ein Gefäß endlichen Inhalts: Je größer der Schluck ist, den eins meiner Geschwister daraus nimmt, desto weniger bleibt für mich übrig.



Schau mal auf den Akademie-Seiten (S. 32) vorbei, wenn dich die Themen Geschwister rivalität und -konstellationen mehr interessieren.

Ebene 3: Tiefere Ursachen innerhalb unseres Familienlebens

Dass unsere Kinder unterschiedliche Positionen oder auch Rollen in der Familie einnehmen, ist normal und grundsätzlich auch gesund und hilfreich. Auch in unserem Erwachsenenleben müssen wir mit verschiedenen Rollen und ihren Aufgaben zurechtkommen. Schwierig wird es dann, wenn aus einer an sich gesunden Position in der Geschwisterreihe mit ihren Rechten und Pflichten eine Rolle wird, auf die ein Kind festgelegt wird und aus der es nicht mehr herauskommt. Das kann das Familienbaby sein, der Kleine, der immer klein bleibt, weil seine Eltern sonst ihre eigene Rolle als Eltern verändern müssten. Es gibt auch den Sündenbock (Schläger), der irgendwie immer auffällt und der in der Familie an allem schuld ist. Der Angsthase oder das arme Kind, dem immer irgendein Missgeschick

widerfährt. Wer ein armes Kind ständig beschützt, verstärkt den Groll der anderen und schreibt eine Rolle erst noch fest.

Familien sind manchmal wie ein Mobile und die Ursachen, warum ein Problem in unserer Familie besonders auffallend wird, können sehr vielschichtig sein.

Kommt die Balance einer Familie aus dem Gleichgewicht, kann der Geschwisterstreit ein Versuch sein, Ausgewogenheit wiederherzustellen.

Eingreifen oder nicht?

Einen Streit oder Konflikt zu verbieten, ist wenig sinnvoll. Rivalität unter Geschwistern ist normal und es ist nützlich für unsere Kinder, einzuüben, wie sie auch später mit Auseinandersetzungen umgehen können. Dennoch ist es angeraten, nicht bei jedem spitzen Ton dazwischen zu gehen und den Kindern die Lösung ihres Streites vorweg zu nehmen. Vieles können sie schon alleine lösen. Lassen wir die Kinder jedoch vollständig allein und bleiben desinteressiert, fühlen sie sich häufig überfordert oder im Stich gelassen.

Kinder sollten die Freiheit haben, ihre eigenen Differenzen beizulegen, haben aber auch ein Recht darauf, dass Erwachsene, falls notwendig, eingreifen, wenn

- ein Kind von einem anderen misshandelt wird, körperlich oder mit Worten,
- es ein Problem ist, das den ganzen Haushalt durcheinander bringt. (z.B. Kinder streiten am Tisch und keiner kann die Mahlzeiten genießen),
- es ein Problem ist, das immer wieder auftaucht.



Unsere Empfehlung

Familien stark machen – Der Basistag

Beim Basistag lernst du das bewährte und praxiserprobte Erziehungskonzept von team-f kennen. Mithilfe unseres Herzstücks – dem team-f-Familienhaus von Dr. Eberhard Mühlen – bekommst du konkrete Ideen und Anregungen, wie du ganzheitlich und mit Freude deinen Erziehungsauftrag umsetzen und wertvolle Familienzeiten gestalten kannst.

09111 Chemnitz

Sa. 28.01.2023

📍 Emmanuelkirchgemeinde
👤 Sybille Glöß mit Team
☎ 23 311 71

06780 Rieda Stadt Zörbig

Sa. 22.04.2023

📍 Kirche Rieda, ehemaliges Gemeindehaus
👤 Dorit Hofmüller mit Team
☎ 23 311 72

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Unsere Empfehlung

Familien stark machen PLUS – HALTung zeigen

Kinder brauchen Eltern, die in der Familie die Führung übernehmen und auf eine respektvolle Art und Weise altersangemessene Grenzen und Regeln aufzeigen. In diesem Seminar möchten wir dich ermutigen, diese Verantwortung wahrzunehmen und Haltung zu beziehen, damit sich deine Kinder zu konfliktfähigen und verantwortungsbewussten Persönlichkeiten entwickeln können.

Berlin

Sa. 13.05.2023

📍 wird noch bekannt gegeben
👤 Sonja und Jörg Brocksieper mit Team
☎ 23 314 61

45481 Mülheim an der Ruhr

Sa. 21.10.2023

📍 Credo Gemeinde Saarn
👤 Sonja und Jörg Brocksieper mit Team
☎ 23 314 11

49479 Ibbenbüren

Sa. 28.10.2023

📍 Freie Christengemeinde
👤 Petra Thalmann, Melanie Heymann-Hartwig
☎ 23 314 12

Wenn wir nun einschreiten müssen, weil ein Streit zwischen den Kindern eskaliert, hilft ein Stufenplan:

1. Nimm das Problem ernst und fasse es in Worte, aber hüte dich vor einem Urteil. Beschreibe so gut wie möglich auch die Gefühle, die die Kontrahenten wohl haben.
2. Eröffne eine neue Perspektive oder schlage eine Lösung vor (nicht anordnen).
3. Vermittle das Gefühl, dass du darauf vertraust, dass die Widersacher selbst eine Lösung finden.
4. Entferne dich vom »Tatort« – es könnte sein, dass sich die Wogen glätten, wenn der eigentliche Zankapfel, nämlich die elterliche Aufmerksamkeit, weg ist.
5. Schaukelt sich der Konflikt weiter auf: Sofortmaßnahmen, z.B. Trennen der Streithähne, Gegenstand wegnehmen, gemeinsames Spiel anfangen, ...

No-Gos bei Geschwisterstreit:

- Vermeide ein Verhör: Auf die Frage »Wer hat angefangen?« gibt es selten eine befriedigende Antwort bzw. ein Lösung, mit der alle Beteiligten zufrieden sind.
- Petzen: Kinder die petzen, können ihr Problem meist auch alleine lösen und wollen nur jemanden, der sich auf ihre Seite schlägt. Besser ist, den Sachverhalt zusammenzufassen und z.B. fragen: »Was willst du jetzt tun?«

Sehr hilfreich ist es, im Familienrat Streitregeln festzulegen. Das hat den Vorteil, dass dort die Atmosphäre neutral und nicht schon aufgeheizt ist.

Lernen fürs Leben

Zum Abschluss möchte ich aber noch einmal positive Aspekte des Geschwisterstreits erwähnen, denn hier lernen unsere Kinder – ob wir es glauben oder nicht – eine ganze Menge fürs Leben! Sie lernen,

- wie Beziehungen »auf Augenhöhe« funktionieren,
- einen Kompromiss zu entwickeln,
- miteinander zu sprechen, anstatt zu schlagen,
- mit starken Gefühlen wie Liebe und Eifersucht umzugehen,
- ihre eigene Persönlichkeit in der Auseinandersetzung mit anderen zu entdecken.

Ich möchte allen Eltern Mut machen:

Uns heute in den Geschwisterkonflikten mit unseren Kindern durchzukämpfen bedeutet, sie auf das Leben vorzubereiten!

Es ist nicht einfach nur nervig, belastend und kräftezehrend, sondern harte Arbeit, die sich lohnt, sinnvoll und gut ist. Denn die Beziehung zu unseren Geschwistern ist eine ganz besondere, da sie wahrscheinlich die dauerhafteste in unserem Leben ist. ■



Christian (Leitung und Vorstand bei team-f) ist seit über 30 Jahren mit seiner Frau Heike verheiratet. Zusammen haben die beiden drei erwachsene Kinder. Seine jahrelange Familien- und Seminarerfahrung macht ihn zu einem kompetenten Ansprechpartner beim Thema Geschwisterstreit.

folge uns!

Newsletter
abonnieren und
nichts verpassen!



Instagram
team-f Deutschland



Facebook
team-f Deutschland



Youtube
team-f fürs Füreinander



Seminarreihe

Familien stark machen

Erwartungen, Ziele, Erfolge – unsere Mitarbeitenden teilen ihre Seminarerfahrungen mit dir.

Wir haben einige Mitarbeitende unserer Seminarreihe für Eltern befragt und hier die interessantesten Einblicke und hilfreiche Infos für dich zusammengefasst.

Das Seminar in drei Worten:

praxisnah.
augenöffnend.
ermutigend.

Du solltest dieses Seminar besuchen, wenn ...

- du schon frühzeitig eine gute Basis für die Erziehungszeit legen möchtest.
- du lernen möchtest, Kinder respektvoll auf ihrem Weg ins Leben zu begleiten.
- die Beziehung zu deinem Kind belastet ist.
- ihr als Paar merkt, dass ihr in der Erziehung nicht an einem Strang zieht.

Das Innehalten als Mama oder Papa für einen Tag und das Zulassen einer Reflektion des aktuellen Erziehungsalltags wird in jedem Fall bereichernd für die weiteren Jahre als Familie sein.

Auf unserer Homepage findest du Infos und Termine zu unseren »Familien stark machen«-Angeboten



Diese Bedenken hatten einige Teilnehmer und Teilnehmerinnen vorher:

»Das Seminar ist mir bestimmt zu theoretisch!«

- Ja, es wird viel geredet, aber die Mitarbeitenden sind um Anschaulichkeit und Umsetzbarkeit bemüht und geben viele ehrliche Beispiele aus ihrem Familienleben weiter. Durch die letzte Überarbeitung der Seminarreihe wurden einige neue, interaktive Einheiten eingeführt.

»Das bringt mir nichts!«

- Es ist immer etwas Umsetzbares dabei und du hast mit Sicherheit hinterher mehr gute Zeit in der Familie, wenn du Zeit investierst.

»Mir ist jetzt schon alles zu viel und in so einem Seminar höre ich noch mehr Dinge, die ich dann auch noch tun muss.«

- Uns geht es darum, zu guten Beziehungen zu kommen, die das Zusammenleben einfacher machen. Praktische Impulse sollen dir die Möglichkeit geben, Schritt für Schritt euren Familienalltag zu entspannen, sodass du am Ende der Erziehungszeit sagen kannst: »Das habe ich gut gemacht!«

»Wenn ich das Seminar besuche, dann signalisiere ich, dass ich nicht fähig bin, ein Kind zu erziehen.«

- Alle Eltern machen Fehler, die Frage ist nur, wie wir damit umgehen. Im Seminar wirst du viele Beispiele von Mitarbeitenden hören, wie es auch bei ihnen schief gelaufen ist. Es geht nicht darum, alles perfekt zu machen, sondern ein liebevolles Umfeld für die Kinder zu schaffen, in dem auch Fehler erlaubt sind.

Diese Erfolge sehen wir bei den Eltern, die das Seminar besucht haben:

- Elternherzen bekommen einen neuen, liebevollen Blick auf ihre Kinder.
- Den Eltern wird bewusst, dass sie mit ihren Problemen nicht alleine sind, sondern andere Eltern dieselben Schwierigkeiten haben. Das erleichtert und gibt neuen Mut.
- Eltern gehen motiviert und mit vielen guten Vorsätzen nach Hause (dabei betonen wir immer, nicht direkt alles auf einmal umzusetzen, sondern eins nach dem anderen).
- Viele Eltern berichten nach Jahren, welcher Segen daraus gewachsen ist, wenn bestimmte Impulse, wie z.B. regelmäßige Familiengespräche, im Alltag eingeführt wurden.

Das motiviert unsere Mitarbeitenden, die Seminare anzubieten:



Edelgard Winzer Region Hessen

»Ich habe das Studium an der team-f-Akademie im Bereich »Familie und Erziehung« gemacht, weil ich selbst einige Seminare von team-f besucht habe und davon in meiner Erziehung und als Paar sehr profitiert habe. Aus diesem Grund möchte ich auch andere Familien stärken. Mir bereitet es sehr viel Freude, in persönlichen Gesprächen Hilfe und Rat zu bieten.«



Jörg Brocksieper Region Rheinland

»Ich selbst hatte keine genaue Vorstellung davon, wie Erziehung gut wird. Durch die Seminare habe ich zum ersten Mal eine Orientierung bekommen, an der ich mich entlanghangeln konnte.

Ich finde meine persönliche Haltung meinen Kindern gegenüber extrem wichtig: Will ich nur, dass mein Kind macht, was ich von ihm will? Oder habe ich ein tiefes Interesse daran, dass es (durch mich) gut gefördert wird und seinen persönlichen Weg findet? Das ändert ganz viel an meinem Verhalten als Vater.«



Dorit Hofmüller Region Sachsen-Anhalt

»Als meine dritte Tochter drei Jahre alt war, hatte ich das Gefühl, dass meine Liebe bei ihr nicht ankommt und ich nicht so ein inniges Verhältnis wie mit meinen zwei großen Töchtern aufbauen konnte. Ich dachte, was ist anders mit ihr? Was mache ich falsch? Im team-f-Seminar »Kinder stark machen« wurden mir die Augen geöffnet und ich konnte sofort die aufgezeigten Hinweise anwenden. Langsam aber sicher wurde unsere Beziehung besser und herzlich. Ich habe jetzt Lust, meine positiven Erfahrungen mit anderen Eltern zu teilen.«



Norbert Luginsland Region Baden-Württemberg

»Erziehung ist der Dienst an der nächsten Generation. Die FSM-Seminare sind wie ein Vitamintrunk. Sie sind liebevoll zusammengestellt, damit die Familie sich prächtig entwickeln kann.

Der Vortrag über »Gefühle« war lange Jahre mein Highlight. Gerade als Mann habe ich hier viel für mich entdecken dürfen, was mich ganzheitlicher werden lässt. Das habe ich sehr gerne weitergegeben.

In den letzten Jahren sind es vor allem die kleinen Gruppen, in denen man einen lebendigen Austausch pflegt und viel guten Samen in die Herzen pflanzen kann.«



Unsere Ziele

- **Liebe soll ankommen** – Denn wenn sich Kinder geliebt fühlen, können wir die alltäglichen Erziehungsthemen miteinander angehen – statt gegeneinander.
- **Eine Vision für die Familie** – Denn es gilt, sie zu managen. In der Turbulenz des Alltags brauchen wir einen inneren Abstand, um uns das bewusst zu machen. Dazu helfen unsere Seminare und kleine, gut verträgliche Portionen, damit die Vision von herzlichen Beziehungen in der Familie auch gelingt.
- **Kinder richtig verstehen lernen** – Denn die »richtige« Erziehung für mein Kind hat viel mit seiner Persönlichkeit zu tun. Ob meine Erziehung für mein Kind passt, soll nicht dem Zufall überlassen bleiben.
- **Up to date bleiben** – Denn die Erziehung unterliegt über Jahrzehnte hinweg einem Wandel. Daher ist es für Eltern notwendig, up to date zu bleiben. Seit Jahren sind Bindung, Überbehütung oder auch der Umgang mit Medien ein Thema. Unsere Eltern hatten diese Themen nicht auf dem Schirm. Aber es lohnt sich, darüber Bescheid zu wissen
- **Akkus bewusst aufladen können** – Wir wollen Eltern ermutigen, sich auch mal Auszeiten zu gönnen, Zeiten mit dem Partner bewusst einzuplanen und den eigenen Akku regelmäßig aufzufüllen, um genug Energie für den Familienalltag zu haben.
- **Orientierung bieten** – Wir möchten mit unseren praxiserprobten Grundwahrheiten Eltern eine Orientierung geben, an der sie sich im Alltag entlanghangeln können, ohne »auf der einen oder anderen Seite des Pferdes hinunterzufallen« (z.B. nicht zu autoritär, aber auch nicht zu laissez faire).
- **Erziehungszeit genießen statt überleben** – Wir wollen, dass Eltern die Erziehungszeit nicht nur überleben, sondern intensiv erleben und genießen können. Gut, wenn Eltern durchdachte Erziehungsziele vor Augen haben und sich nicht so schnell durch die eigenen Kinder aus der Ruhe bringen lassen. Kinder fühlen sich geborgen, wenn ihre Väter und Mütter gern die ihnen naturgemäß anvertraute Führungsrolle übernehmen, gesunde Maßstäbe und Grenzen setzen und ehrlich, nachvollziehbar und reflektiert agieren.

Alle Geschwister brauchen ihren Platz

Von Ablehnung hin zu einer herzlichen Mutter-Tochter-Beziehung

von Damaris Fritschle

Lange wusste ich nicht, warum die Beziehung zu meiner jüngsten Tochter so kompliziert war. Bis Gott mir auf einem Seminar zeigte, wie sehr eine Fehlgeburt Einfluss auf das Beziehungsgefüge in unserer Familie genommen hatte.

»Wäre meine dritte Tochter als erstes Kind geboren, hätte ich nur ein Kind!« Diese Aussage konnte man oft von mir hören. Aus ihr sprach meine Verzweiflung und Kraftlosigkeit. Die Beziehung zu meiner jüngsten Tochter Rebekka war schon schnell sehr anstrengend.

Eine komplizierte Beziehung

Mit zehn Monaten beschloss sie, nicht mehr am Tag zu schlafen und unsere Machtkämpfe begannen. Ich wollte, dass sie schlief; sie wollte das nicht. Rebekka war willensstark und unberechenbar. Manchmal hatte ich das Gefühl, dass sie penetrant auf Rebellion aus sei und sie zeigte ein Wut-Verhalten, welches ich von ihren Geschwistern nicht gewohnt war. Wie oft betonte ich, auch in ihrem Beisein, wie sehr sie sich von ihren Schwestern unterschied, und wie anders sie sei.

Wie ich ihr Selbstbild damit prägte, zeigte sich, als sie in einem Urlaub aus Versehen mit einem Wasserski am Kopf getroffen wurde. Rebekka erklärte, dass dies nicht schlimm sei. In ihrem Kopf sei eh nicht alles in Ordnung. Sie sei ja als Kind von der Terrasse gefallen. Mich traf es, dass sie sich selbst

als »nicht in Ordnung in ihrem Kopf« bezeichnete und der Sturz von der Terrasse war ihr Erklärungsversuch dafür.

Ich hatte ein schlechtes Gewissen, wusste mir aber nicht zu helfen.

Mittlerweile war sie sieben Jahre alt und lange war unsere Beziehung von Liebe, aber auch von stetem Konkurrenzkampf geprägt. Es gab solche und solche Tage. Nie wusste ich, wie viel Kraft mich dieser Tag kosten würde.

Einmal durfte Rebekka in den Osterferien für zehn Tage zu meinen Eltern. Ich war erschüttert, als ich merkte, dass ich sie nicht vermisst hatte und fast traurig war, als die zehn Tage vorbei waren. Dafür wiederum schämte ich mich. Immer wieder brachte ich dies vor Gott. Doch es schien keine Lösung zu geben. Das Kind war halt schwierig und ich musste wohl da durch.

Dann wirkte Gott!

Als mein Mann das Wochenendseminar »Teen-Age – mehr als ein Alter« bei team-f mitleiten sollte, kam er kurz vorher auf die Idee, dass ich mit den Mädchen mitfahren könnte. Unsere Töchter und ich freuten uns darauf und an einem Montag, fünf Tage vor Beginn, kam die Zusage der Seminarleitung.

Ab diesem Zeitpunkt verlief die Woche extrem angespannt. Erst erbrach sich das eine Kind, dann das andere. Unser Pflegesohn verlor sein Portemonnaie mit allen Papieren vom Ausländer-

amt. Das nun brechende Kind wand sich vor Bauchschmerzen. Morgens vor der Abfahrt wurde eine Blinddarmentzündung ausgeschlossen, mittags vor Abfahrt ergab sich in einer von mir betreuten Familie noch eine Krise, für die ich mit verantwortlich war. Im gefühlten Minuten-Takt hörte ich »Mama?« »Mama!« »Mamaaaaa ...« Die Migräne erfasste mich.

Zwischendurch kam mein Mann, den ich in Ruhe sein Seminar vorbereiten lassen wollte, zu mir und sagte: »Damaris, wir stehen voll in Anfechtung! Gott hat auf dem Seminar etwas vor. Lass dich nicht beirren!«

Wir packten unser Auto und fuhren los. Ich war sehr gespannt, was das Wochenende bringen würde, doch bis Samstagmittag geschah gar nichts. Ich ging im Wald spazieren und sprach zu Gott, dass ich warten würde auf das, wofür sich diese Anfechtung lohnte. Für irgendetwas musste diese anstrengende und auffällig kräftezehrende Woche doch gut gewesen sein.

Der Durchbruch

Am Samstagmittag berichtete die Leiterin dann von ihrer schwierigen Situation mit ihrer Tochter. Die beiden seien sich sehr ähnlich und das Miteinander sei so schwierig gewesen, dass die Leiterin irgendwann bemerkte, dass sie ihr Kind innerlich ablehne. Sie berichtete von Buße und Neuannahme des Kindes

und welch ein Segen genau dieses Kind ihr nun im Alter geworden sei. Während ich dies hörte, kullerten mir die Tränen über die Wangen. Ich konnte dies so mitfühlen.

Ich verstand, dass ich mein Kind innerlich schon lange ablehnte.

Ich war zutiefst erschrocken. Das Angebot, am Abend in kleinen Gruppen über eigene Anliegen zu beten, nahm ich gerne an.

Es war mir sehr peinlich, vor anderen zu bekennen, dass ich mein Kind ablehnte. Wichtiger war es mir jedoch, diese Ablehnung vor meinem Gott zu bekennen und im Gebet Buße zu tun.

Der richtige Platz für Rebekka

Bevor ich Rebekka neu annehmen konnte, sprach Gott in mein Herz. Er sagte: »Damaris, sie ist nicht dein drittes Kind! Sie ist dein VIERTES Kind!« Ich war kurz verdutzt. Doch bevor ich darüber nachdenken konnte, kamen ganz schnell Erinnerungen in mir hoch. Ich erinnerte mich, wie mein Mann und ich dieses dritte Kind geplant hatten und Gott um seinen Segen gebeten hatten. Tatsächlich wurde ich sofort schwanger und wir freuten uns sehr! Gott hatte unseren Plan gesegnet! Was sollte da noch schief gehen? Doch kurz darauf verlor ich dieses Kind. Das konnte ich nicht verstehen und meine Trauer war groß. Gott hatte doch unseren Plan gesegnet. Ich war verwirrt. Mein Mann und ich beschlossen



Unsere Empfehlung

Teen-Age – mehr als ein Alter

Die Teenagerjahre sind eine bedeutsame Entwicklungsstufe im Prozess Heranwachsender. In diesem Seminar erfährst du, wie du deine Kinder in dieser besonderen Lebensphase prägen und gut begleiten kannst. Bereits in der Vorpubertät, aber auch in den Teenagerjahren, können Eltern die Weichen für einen respektvollen Umgang und ein gutes Miteinander stellen. Hierzu gibt es im Seminar brauchbares »Handwerkszeug«, gute Ideen, praktikable Lösungsvorschläge und echte Ermutigung.

72555 Metzingen

Sa. 04.03.2023

📍 Ev. Kirchengemeinde
👤 Carol und Friedhelm Winkler mit Team
☎ 23 331 51

08223 Kottengrün/Vogtland

Fr. 10.03. bis So. 12.03.2023

📍 Bibelheim Kottengrün
👤 Heidi und Eckhard Goseberg, Uta Kuhnert mit Team
☎ 23 331 71

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Unsere Empfehlung

Mama und ich

Eine gute Beziehung zur Mutter ist für die Entwicklung und Identität der Tochter als auch des Sohnes wichtig. Durch Zeit für Gespräche, viel Spaß und Kreativität wird dieses Wochenende ein unvergessliches, nachhaltiges Erlebnis und eure Beziehung zueinander bereichern und stärken.

75378 Bad Liebenzell

Fr. 24.02. bis So. 26.02.2023

Mutter-Tochter-Wochenende (7–10 Jahre)

📍 Christliche Gästehäuser Monbachtal
👤 Esther Münch mit Team
☎ 23 421 51

29342 Wienhausen

Fr. 09.06. bis So. 11.06.2023

Mutter-Tochter-Wochenende (11–13 Jahre)

📍 Seminarzentrum Oase
👤 Katharina Bachmann mit Team
☎ 23 421 21

Weitere Termine online unter www.team-f.de



Damaris Fritschle (Jahrgang 1979) ist verheiratet, Mama von vier Kindern und arbeitet als Hebamme.

daraufhin, unsere Planung mit dem dritten Kind auf den Zeitpunkt zu verschieben, wenn unsere zweite Tochter Johanna in den Kindergarten käme. Sie war da ein Jahr alt.

Im nächsten Zyklus war ich jedoch sofort wieder schwanger. Nach Hoffen, Freude und Trauer brauchte ich einige Wochen, um mich nun auf dieses Kind einlassen zu können. Und so war Rebekka mein drittes Kind. Als Gott mich daran erinnerte, verstand ich plötzlich, dass sie eigentlich mein viertes Kind ist. Ich jedoch hatte sie viele Jahre innerlich als mein »drittes, falsches« Kind gesehen. Nun sagte Gott mir, dass sie mein »viertes, richtiges« Mädchen ist. Sie ist in Ordnung und nicht falsch.

Dies traf mich sehr.

Endlich kam Licht in mein Dunkel und damit auch noch Ruhe in mein Herz.

Meine Einstellung zu diesem Kind veränderte sich von jetzt auf gleich schlagartig. Mir wurde bewusst, dass Rebekka vielleicht nicht so anstrengend gewesen wäre. Aber von der Schwangerschaft an spürte sie meinen Widerwillen, den ich selber gar nicht wahrgenommen hatte. Und sie musste schon von klein auf »kämpfen«. Und ich habe meinen Teil zu unseren Machtkämpfen beigetragen.

Eine herzliche Mutter-Tochter-Beziehung

Mittlerweile sehe ich keine »glänzende Vier« mehr über ihr, die ich in den ersten Tagen immer wieder über ihrem Kopf sah, mit der mich Gott liebevoll an diese Offenbarung erinnerte. Seit diesem Erlebnis sind einige Jahre vergangen. Ich bat Rebekka damals um Entschuldigung für all mein Schimpfen und Schreien. Alle meine Töchter wissen nun auch über das Geschwisterchen bei Gott Bescheid. Rebekkas und meine Beziehung hat sich sehr verändert. Sie ist sehr herzlich, aber immer noch von klarer Führung geprägt. Rebekka zeigt mir sehr stark ihre Liebe und ich liebe sie von ganzem Herzen, ohne innere Ablehnung. Ich bin froh, dass sie mein drittes lebendes Kind ist. Ich kann in ihr viele wundervolle Seiten entdecken, die bei ihren Schwestern nicht so ausgeprägt sind. Und wie gerne benenne ich ihr dies gegenüber und freue mich mit ihr!

Ich habe Rebekka gefragt, ob ich diesen Text für die Öffentlichkeit schreiben darf. Rebekka hat ohne Zögern zugestimmt. Sie hat ein großes Herz! Ich bin Gott sehr dankbar! ■

für deinen Lebensweg

Unsere Beratersuche für Lebens-, Paar- und Erziehungsberatung

Wenn Menschen bei den Herausforderungen des Lebens an Grenzen stoßen, ist Seelsorge oder Beratung eine hilfreiche Möglichkeit, diese Grenzen zu überwinden und ein Leben in Freiheit zu gestalten. Auf unserer Homepage findest du die »Beratersuche«.

Unsere Berater und Beraterinnen sind professionell ausgebildet und erleben immer wieder, wie durch die Beratung Vergebungsprozesse in Gang kommen, Bitterkeit aufweicht, Menschen freigesetzt und die Wiederherstellung von Beziehungen möglich werden. Mach auch du dich auf den Weg!

Finde
einen Berater
in deiner Nähe!



Auf einmal ist ein neues Baby da!

von Sonja Brocksieper

Die Geburt eines kleinen Geschwisterchens ist nicht nur für die Eltern, sondern auch für ein Kind ein bedeutsamer Einschnitt. Wie können Eltern diese besondere Zeit einfühlsam begleiten?

Als Finn seine kleine Schwester Emma zum ersten Mal im Arm hält, ist er richtig stolz. Zärtlich streichelt er ihr über das weiche Bäckchen. Aber nach einer Weile kommen zu diesen Glücksgefühlen ganz neue Erfahrungen dazu. Ständig wird das Baby von Mama und Papa gefüttert, getragen, gewickelt, umsorgt und sie trösten ihn immer öfter: »Warte, nicht jetzt. Ich muss mich erst noch um Emma kümmern.« Auch wenn Finn sich wirklich auf das neue Baby gefreut hat, kommen nun richtig doofe Gefühle dazu – Frust und Enttäuschung. Mama und Papa haben viel weniger Zeit. Der Alltag ist ganz anders geworden – nicht mehr so schön wie früher, als Mama abends immer Zeit hatte, mit ihm zu kuscheln. Für Finn fühlt sich alles gar nicht gut an. Wütend malt er dunkle Striche an die Wohnzimmerwand, als Mama gerade die kleine Emma badet.

Dieser Einschnitt wird gerne als Entthronung bezeichnet, weil die Geburt des Geschwisterchens von Erstgeborenen genau so empfunden wird. Bisher saß das Kind allein auf dem »Thron der Familie«. Jetzt ist da noch jemand, der die Aufmerksamkeit der Eltern braucht und einen Anspruch auf diesen Platz hat. Genau das kann sehr bedrohlich wirken. Nicht selten fühlen sich die Großen zurückgesetzt und übersehen. Und weil sie Kinder sind, sind sie natürlich noch nicht in der Lage, ihre Bedürfnisse zu formulieren oder ihre innere Not angemessen zum Ausdruck zu bringen. Sie sind mit der neuen Situation und den dazugehörigen Gefühlen schlicht überfordert und wissen gar nicht, wie ihnen geschieht. So zeigen sie durch unbewusste Reaktionen, dass es ihnen nicht gut geht.

Nicht alle, aber viele Kinder erleben diese Zeit als eine schwere Krise.

In ihrem Geschwisterbuch schreiben die Erziehungsratgeberinnen Danielle Graf und Katja Seidel: »Die nachgeburtliche Krise ist die erste große emotionale Krise unseres Erstgeborenen – es hat Liebeskummer. Es ist so verletzt wie nie zuvor in seinem Leben. Unser Kind will uns nur mitteilen – auf seine ganz individuelle Art –, dass es Herzschmerz hat und dass es uns braucht. Unsere Aufmerksamkeit. Unsere Zuwendung. Unsere Liebe. Unseren Trost.«

Kinder zeigen ihren Schmerz ganz unterschiedlich:

Trotz und Aggressivität: Nachdem zu Beginn das neue Baby mit Küsschen und Streicheleinheiten in Empfang genommen wurde, kann sich das Blatt mit der Zeit wenden. Aus den liebevollen Zuwendungen werden kleinere oder größere Übergriffe. Das Baby wird gekniffen, gebissen oder gehauen, sodass man das Baby vor dem großen Bruder oder der großen Schwester immer wieder in Sicherheit bringen muss. Auch den Eltern gegenüber gehen die Großen in Opposition, indem sie weniger kooperativ sind. Es gibt Theater beim Zähneputzen, Schlafen gehen oder Anziehen. Bereiche, die eigentlich schon funktionierten, werden zur Bühne für Machtkämpfe. Bei Finn war es so, dass er seinen Frust an den Wohnzimmerwänden ausgelassen hat. Das ist für die Eltern nicht schön und zeitweise auch sehr



anstrengend. Aber es sind ganz normale Reaktionen, mit denen das Kind zum Ausdruck bringt, dass es die Veränderungen in der Familie verarbeitet.

Regression: Auch der Rückfall in frühkindliche Verhaltensweisen ist nichts Ungewöhnliches. Nicht selten nuckeln große Kinder in einer nachgeburtlichen Krise wieder am Daumen oder wollen aus dem Fläschchen trinken. Ich erinnere mich noch gut, dass einer meiner Jungs auf einmal wieder in die Hose machte, obwohl er doch eigentlich schon trocken war. Erst war mir der Zusammenhang gar nicht bewusst und ich reagierte genervt, wenn er schon wieder mit einer nassen Hose vom Spielen aus dem Garten kam. Aber schnell wurde mir zum Glück klar, dass das eine Reaktion auf das neue Baby war. Ohne viele Worte habe ich ihm dann immer geholfen, wenn das Malheur passiert war und nach einiger Zeit entspannte sich das wieder. Auch durfte sich unser Sohn wieder sein altes Fläschchen aus dem Schrank holen und hin und wieder gemütlich auf der Couch seinen Tee nuckeln – einfach weil es schön war, nochmal ein bisschen Baby sein zu dürfen.

Rückzug: Und dann sind da noch die Kinder, die nicht so offensichtlich zeigen, dass etwas nicht stimmt. Sie laufen einfach weiter mit, beschäftigen sich mit sich selbst und ecken nicht groß an – eine Situation, die für Eltern sehr angenehm ist. Allerdings könnte es sein, dass diese Kinder trotzdem einen Schmerz in sich tragen. Deswegen ist es ratsam, genau hinzuschauen, ob es vielleicht doch kleine Anzeichen gibt: Nägeln kauen, Kratzen oder eine größere Anhänglichkeit könnten Zeichen für inneren Stress sein. Kurz nach der Geburt unseres zweiten Sohns machte unser großer Sohn als Vierjähriger bei einem Waldprojekt mit, worauf er sich sehr gefreut hatte. Aber dann beobachtete die Erzieherin, dass er in dieser Zeit immer passiver wurde. Er störte nicht, wirkte aber immer ruhiger. Wir merkten, dass diese Aktion nach den großen Veränderungen zu Hause einfach zu viel für ihn war und beschlossen, dass er erstmal ein paar Tage Kindergartenurlaub machen durfte.

Ist der Altersabstand zwischen den Kindern recht klein, wird diese Krise häufig als intensiver empfunden, weil jüngere Kinder weniger in der Lage sind, ihre Bedürfnisse zu äußern. Aber nicht nur Erstgeborene können von diesem besonderen Einschnitt herausgefordert werden, auch Zweitgeborene können eine nachgeburtliche Krise durchlaufen. Auch für sie verändert sich das Familiengefüge mit dem neuen Baby und das ganze Familiensystem muss sich neu sortieren – wie ein Mobile, das erstmal kräftig schaukelt, wenn eine neue Figur angebracht wird. Das Gleichgewicht ist nicht mehr da und es braucht eine Zeit, bis alles wieder ausgewogen ist und jeder seinen Platz gefunden hat. Dabei sind die ersten drei Monate die kritischste Phase und dann kann es je nach Kind und Umständen noch bis zu einem Jahr dauern, bis sich alles wieder entspannt hat.

Vorbereitung auf das neue Baby

Um diese Krise zu entschärfen, kann man schon vor der Geburt auf einige Kleinigkeiten achten, die es dem Kind leichter machen, mit den Veränderungen umgehen zu können. Auch wenn damit sicherlich nicht alle Gefühle von Neid und Eifersucht vermieden werden können, ist es hilfreich, wenn das große Kind nicht völlig unvorbereitet in diese neue Lebensphase geht. Gemeinsam kann man das neue Kinderzimmer einrichten und neue Spielsachen für das Baby kaufen. Wir haben sehr bewusst unseren großen Sohn bei den Vorsorgeuntersuchungen einbezogen. Wenn die Hebamme zu uns nach Hause kam, durfte er dabei sein. Äußerst spannend fand er es, als er mit dem Stethoskop die Herztöne seines kleinen Bruders hören durfte.



Sehr gut kann man Kinder auch durch Bücher auf die neue Lebensphase vorbereiten. Es gibt schöne Kinderbücher, die die Ankunft eines Babys thematisieren. So kommen Eltern und Kind ganz natürlich ins Gespräch, was besonders für ältere Kinder hilfreich ist.

Viel Verständnis nach der Geburt

Die Sozialwissenschaftlerin Nicola Schmidt erklärt: »Ob und wie sehr ein Erstgeborenes darunter leidet, plötzlich nicht mehr das einzige Kind zu sein, scheint [...] davon abzuhängen, in welchem Alter das Geschwisterchen kommt, wie gut die Familie das erste Kind unterstützen kann und wie verfügbar die sekundären Bezugspersonen neben der Mutter sind.«

Eltern sind dieser Krise also nicht hilflos ausgeliefert, wenn sie diese aktiv gestalten und sich der Gefühlswelt ihres Kindes bewusst sind.

Dabei können sie folgendes beachten:

- Anwesenheit des Papas während des Wochenbetts
- nicht nur Geschenke für das Neugeborene, sondern auch für die Großen
- große Kinder beim Baden und Wickeln helfen lassen
- besondere Fähigkeiten der Großen hervorheben
- einen sicheren Platz für die Spielsachen der Großen einrichten
- besondere Vorrechte und nicht zu viel Verantwortung für die Großen
- viel Körperkontakt und Kuschelzeiten



Gerade wenn sich das Kind daneben benimmt und unangenehme Verhaltensweisen zeigt, braucht es Zuwendung und Verständnis und keine Strafen. Ja, Kinder müssen grundlegend lernen, dass es nicht in Ordnung ist, Wände zu beschmieren oder die kleine Schwester zu kneifen. Aber in einer akuten Krise, in der ein Kind innere Not empfindet, hat das nicht die oberste Priorität. Dann gilt es, tief durchzuatmen, das Baby aus der Gefahrenzone zu nehmen und möglichst zeitnah den emotionalen Tank des großen Kindes zu füllen. Bei all den Veränderungen in der Familie brauchen Kinder wie Finn die Sicherheit, dass ihre Stellung nicht gefährdet ist. Sie müssen sich der Liebe und Fürsorge der Eltern sicher sein, auch wenn diese nun mit einem anderen Menschen geteilt werden muss. Mit viel Sensibilität und einer großen Portion Empathie können Eltern dafür sorgen, dass kleine Geschwister nicht als Bedrohung, sondern als Bereicherung erlebt werden können.

Damit all das gelingen kann, möchte ich Eltern sehr ans Herz legen, gut auf sich selbst zu achten. Kinder zu begleiten kostet gerade in den ersten Jahren viel Kraft.

Eine gesunde Selbstfürsorge ist überlebenswichtig.

Zeit für sich allein, in der man nicht geben muss, sondern empfangen kann, ist eine wesentliche Grundlage für gelingende Elternschaft. »Aber die auf den Herrn hoffen, gewinnen neue Kraft; sie heben die Schwingen empor wie die Adler, sie laufen und ermatten nicht, sie gehen und ermüden nicht.« Jesaja 40,31 Dieser Vers und das Bild des fliegenden Adlers hat mich in meinem Alltag mit den Kindern immer wieder ermutigt. Mit Gott an meiner Seite bekomme ich neue Kraft für meine Kinder – egal in welcher Lebensphase wir gerade stecken. ■



Sonja ist Mutter von drei Söhnen. Sie und ihr Mann leiten schon seit einigen Jahren diverse Erziehungsseminare bei team-f. Außerdem leitet Sonja den Studiengang »Familie und Erziehung« an der team-f-Akademie. Sie hat selbst schon schwierige Erziehungsphasen voller Anspannungen erlebt, aber auch einen Weg gefunden, diese Spirale zu durchbrechen – davon berichtet sie in ihrem Buch »Mit Liebe bewaffnet – Wie wir unsere herausfordernden Kinder annehmen«.



Buchempfehlung

Mit Liebe bewaffnet von Sonja Brocksieper

Ein Buch für alle Eltern, die sich eine neue Herzensbeziehung zu ihren Kindern wünschen. In diesem Buch macht Sonja Brocksieper Mut, an den Herzen der Kinder dranzubleiben, auch wenn sie herausfordernd sind.

Erhältlich im team-f-Shop

Preis: 14,99€

Ich wollte doch nur gesehen werden!

Wenn der Bruder das Lieblingskind ist

von Hans-Ludwig Hase

Als ich am 21.06.1957 geboren wurde, war schon ein Bruder vor mir da. Er war ein Jahr alt. Und es sollten noch fünf weitere Geschwister folgen (zwei weitere Brüder und drei Schwestern). Ihr könnt euch vorstellen, bei uns war immer etwas los. Aber der Reihe nach!

Eine unspektakuläre Kindheit?

Ich war definitiv nicht das »Lieblingskind«. Meine Kindheit verlief zunächst unspektakulär. Zumindest war ich bis ins Erwachsenenalter davon überzeugt, dass sie unspektakulär war. Im zarten Alter von ca. drei Jahren »verließ« ich meine Ursprungsfamilie und lebte bis zum sechsten Lebensjahr bei meinem Onkel und seiner Frau. Die beiden konnten keine eigenen Kinder bekommen und so fand ich dort einen Platz. Meine Mutter, auf diesen Umstand angesprochen, sagte mir immer wieder, dass ich es so gewollt hätte. Ich hätte mich dort sehr wohlfühlt. Ich erlebte dort allerdings häufig häusliche Gewalt mit, da mein Onkel alkoholabhängig war und seine Frau ihn deshalb oft »züchtigte«. Sie war eine starke Frau.

Auf der Suche nach Anerkennung

Zurück in meiner Ursprungsfamilie musste ich erleben, dass mein älterer Bruder derjenige war, der »gesehen« wurde. Schnell war klar, dass er in die »höhere« Schule gehen und später studieren sollte. In dieser Phase meines Lebens (sechs bis zwölf Jahre) lief ich in der Familie so »nebenher«. Man beachtete mich nicht besonders, es sei denn, ich war krank. Diese Zeit fand ich selbst gar nicht so tragisch. Ich konnte viel mit meinen Klassenkameraden durchs Dorf ziehen. In der Pfalz würde man sagen: »Des is en richdiger Gassebu!« (Das ist ein richtiger Gassenjunge!)

Das änderte sich allerdings, als ich ins Teenageralter kam. Dass mein Bruder der »Sonnenschein« war, ging mir doch irgendwie richtig gegen den Strich.



Er war das »Lieblingskind«, ich stand **im Schatten.**



Da Leistung bei meinen Eltern hoch angesehen war, machte ich für mich eine unbewusste Festlegung. Ich wollte ab jetzt alles besser machen als mein Bruder, einfach auch, um mal den Status »Lieblingskind« einnehmen zu können. Ab diesem Zeitpunkt war Schule nicht mehr Nebensache. Fußball spielen konnte ich sowieso schon viel besser als er.

Ich entwickelte mich zu einem Perfektionisten, habe meinen Bruder in allen Schulklassen bis zum Abitur notenmäßig deutlich geschlagen (was meine Mutter heute mit 89 Jahren zu der Bemerkung hinreißen ließ: »Wir hätten den Hans auch studieren lassen sollen!«). Allerdings hatte ich das Gefühl, dass nicht meine Leistungen in der Schule, sondern mein fußballerisches Können dazu führten, dass ich mich eine Zeit lang als »Lieblingskind« fühlte.

Der Einfluss auf meine Ehe

Diese Sucht nach dem »gesehen werden«, diese Anstrengungen, den Platz »Lieblingskind« einzunehmen, hatten jedoch sehr unschöne Auswirkungen. Ich habe meinen Perfektionismus mit in meine Ehe übernommen. Ihr könnt euch vielleicht vorstellen, welche Folgen das hatte. Meine Frau konnte nichts richtig machen. Immer war ich der Meinung: »Da geht noch was!« Bei Streitigkeiten kam häufig dieses Gefühl »Sie sieht mich nicht!« so stark hoch, dass eine normale Kommunikation oft nicht möglich war. Das war für mich und meine Frau besonders schwierig.

Der Wendepunkt

Er kam für mich urplötzlich und mit voller Wucht auf dem Seminar »Versöhnt Leben – Beziehungen klären« von team-f. Gefragt nach meiner Ursprungsfamilie und meiner Geschichte, erzählte ich so beiläufig von meinem Aufenthalt bei meinem Onkel und dessen Frau, worauf der Mitarbeiter konterte: »Mein Lieber, das war knallharter Missbrauch!«

Damit musste ich erst einmal fertig werden. Es führte auch dazu, dass ich hartnäckig bei meiner Mutter nachfragte, ob ich wirklich so aus freien Stücken Teile meiner Kindheit bei meinem Onkel verbrachte. Irgendwann sagte sie mir, dass ich dort gewesen sei, um diese kinderlose Ehe zu retten!

Da wurde mir einfach noch einmal vieles sehr klar und ich konnte einen Weg der Aufarbeitung gehen und Vergebung bei meiner Frau erlangen. Diese Erkenntnisse habe ich bei unseren eigenen Kindern so umgesetzt, dass der Status eines »Lieblingskindes« nicht vergeben wurde. Das führe ich auch heute bei meinen zahlreichen Enkeln so weiter. Es gibt keinen »Lieblingsenkel«.

PS: Mein Bruder hat tatsächlich studiert. Ich folgte einer anderen Berufung, war 42 Jahre Polizeibeamter, immer im Außendienst nah bei den Menschen! ■



Hans-Ludwig ist seit 44 Jahren verheiratet mit Erika. Beide sind im Leitungsteam der Region Rhein-Main-Pfalz bei team-f und sind langjährige Seminarleiter von »Die Liebe vertiefen«.

Unsere Empfehlung

Versöhnt leben – Beziehungen klären, Teil 1

Schwierige Erfahrungen oder Verletzungen aus der Kindheit und Jugend belasten häufig die Erwachsenenbeziehungen, manche zerbrechen daran. In diesem Seminar ist Zeit und Raum, deine Erlebnisse in die heilsame Gegenwart Gottes zu bringen, echtes Verständnis und Trost zu erfahren und einen Neuanfang zu wagen. Geschulte Mitarbeiter begleiten dich mit Seelsorge und persönlichen Gebeten. Vergebung, Umkehr, erneuertes Denken – das ist der Weg, den Gott uns zu einem geheiligten und befreiten Leben weist und der zu einer veränderten Lebensperspektive führt.

78479 Reichenau

So. 29.01. bis Do. 02.02.2023

- 📍 Haus Insel Reichenau
- 👥 Semra und Thomas Jäkel mit Team
- ☎ 23 621 52

34516 Vöhl-Asel

Do. 23.02. bis So. 26.02.2023

- 📍 Seminarzentrum Edersee
- 👥 Marion Glöckner mit Team
- ☎ 23 621 31

57299 Burbach/Siegerland

Mi. 08.03. bis So. 12.03.2023

- 📍 Familien-Ferienstätte Holzhausen
- 👥 Ekkehard Kosiol mit Team
- ☎ 23 621 11

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Unsere Empfehlung

Die Liebe vertiefen

Eure Beziehung war einmal eine besondere! Ihr wolltet nicht zulassen, dass ihr im Alltagstrott und Mittelmäßigkeit versinkt – und dann trifft oft genau das ein, was man fürchtet. Möchtet ihr die guten Seiten eures Partners neu entdecken? Eure Beziehung stärken? Wir unterstützen gerne Paare, die eingefahrene Gleise verlassen und neuen Schwung in ihre Beziehung bringen möchten oder auch einen Weg aus einer ernsthaften Krise suchen und ihrer Beziehung noch eine Chance geben möchten.

67691 Hochspeyer

Fr. 12.05. bis So. 14.05.2023

- 📍 Pfälzerwald-Jugendherberge
- 👥 Erika und Hans-Ludwig Hase mit Team
- ☎ 23 211 91

73527 Schwäbisch Gmünd

Fr. 06.10. bis So. 08.10.2023

- 📍 Freizeit- und Erholungszentrum Schönblick
- 👥 Gabi und Wilhelm Bachmann mit Team
- ☎ 23 211 52

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Lieblingskinder – Vorsicht Falle!

Die große Verantwortung von uns Eltern

von Cornelia Arnold

Jeder von uns Eltern muss sich irgendwie mit dieser Problematik auseinandersetzen. Es gibt dabei verschiedene Situationen, die von uns verlangen in jedem Fall unparteiisch zu bleiben. Da ist z. B. das Kind, das so toll Klavier spielt (Papas einziger Stolz) oder das verständige, hilfsbereite Kind (ganz die Mama) oder das süße kleine Nesthäckchen ...



Wir sind wählerisch veranlagt

Als ich mich selbst prüfte, ob ich denn auch ja kein Lieblingskind hätte, stellte ich mit Erstaunen fest, das ich zwar kein Kind bevorzugte, aber ich hatte eines, dass mir nicht so leicht erziehbar erschien und ich habe es nicht immer geschafft, es in seiner für mich anstrengenden Art zu verstehen und anzunehmen. Wahrscheinlich auch, weil es mir meine eigene Begrenztheit und Schwäche spiegelte. Es wurde für mich zum schwarzen Schaf, ohne dass ich es wollte, einfach so. Und so waren die anderen mir lieber, weil sie sich angepasster verhielten.

Wir Menschen neigen dazu, zu klassifizieren, herauszusuchen, was uns gefällt und unzufrieden zu sein mit dem, was uns zu anstrengend erscheint. Wir sind alle sehr wählerisch veranlagt. Vielleicht betont deshalb die Bibel, dass es bei Gott kein Ansehen der Person gibt. Das heißt, er liebt alle gleich und wählt sich keinen Liebling aus, bloß gut!

Vorsicht!

Sobald wir anfangen zu vergleichen und auszuwählen welches Kind das schönste, begabteste, beste und liebste ist, steht unsere Familienidylle auf wackligen Beinen. Ein giftiger Stachel, der Eifersucht, Hass und Neid hervorbringt und Machtkämpfe auslöst, gräbt sich oft so tief ein, dass Einheit, Freude, Annahme und gegenseitige Wertschätzung langfristig zerstört werden. Hier können Disharmonien entstehen, durch die sich Geschwister entzweien, die Zugehörigkeit schwindet, sodass man sich sogar manchmal bis an das Lebensende aus dem Weg geht oder dauerhaft unterschwellig aufeinander wütend ist.

Wir als Eltern haben hier eine große Verantwortung.

Wir sollten Einheit und Ausgleich schaffen und uns nicht von Vorlieben und guten Gefühlen bestimmen lassen. Es geht um bedingungslose Liebe und Annahme für jedes einzelne Kind: »Du bist ok, auch wenn dein Verhalten gerade nicht so angemessen war.« Die Person von der Sache zu trennen, schafft emotionale Verbindung und Klärungsmöglichkeiten bei strittigen Fragen.

Das ist etwas, was keiner von uns einfach so kann – ich auch nicht. Wir sollten uns darum bemühen, ohne Ansehen der Person zu lieben und die spezifischen Eigenschaften des Kindes zu entdecken, zu akzeptieren und zu fördern. Wenn wir unsere Verantwortung in diesem Bereich schleifen lassen, entstehen zwischen Eltern und Kindern falsche Erwartungshaltungen, die zur Unzufriedenheit der Bevorzugten und der Benachteiligten führen.

Auswirkungen auf die Kinder

Die Lieblingskinder leiden oftmals an Selbstüberschätzung, wollen immer etwas Besonderes sein und denken häufig egozentrisch, aber trauen sich oft nicht aus dem vertrauten Kreis der Eltern-Kind-Beziehung heraus. Die anderen Kinder sind oftmals sauer auf die »Lieblinge« und stürzen sich wie Spatzen auf den Wellensittich. Sie lassen ihre Eltern spüren, dass sie sich benachteiligt fühlen und

begegnen sich untereinander reserviert, angriffslustig und verurteilend.

Alle Kinder wollen im tiefsten Inneren ihren Eltern gefallen und geliebt werden. Werden sie nicht so geliebt, wie sie es sich vorgestellt haben, wollen sie wenigstens bewundert werden. Werden sie nicht bewundert, wollen sie gefürchtet werden. Werden sie nicht gefürchtet, wollen sie wenigstens gehasst und missachtet werden.

Wir alle wollen ein Gefühl in unserem Mitmenschen auslösen, ganz gleich, um welches es sich dabei handeln mag.

Wir als Eltern sollten aufmerksam auf das Gleichgewicht unter unseren Kindern achten. Scheinbar schwierige Kinder spiegeln uns ganz oft nur, dass wir sie eventuell übersehen, sie zu wenig Zeit und ungeteilte Aufmerksamkeit von uns bekommen oder unser (christlicher) »Anspruch« eventuell auch manchmal zu hoch ist und nicht ihrer Lebensrealität entspricht.

Und wie ging es weiter mit unserem herausforderndem Kind?

Mein Mann und ich haben immer wieder bewusst die Entscheidung getroffen, dieses willensstarke Kind so anzunehmen, wie es ist und ihm einen Weg zu bahnen.

Wir haben regelmäßig das Gespräch mit ihm gesucht, es darin ermutigt, für sich einzustehen, aber auch erklärt, wie es bei anderen ankommt. Ebenso haben wir mit den Geschwistern gesprochen, um mehr Verständnis für das Kind zu schaffen und die Herzen zu weiten.

Mittlerweile geht unser willensstarkes Kind sicher seinen Weg und wir haben eine entspannte und innige Beziehung zu ihm. ■



Cornelia gehört seit 12 Jahren zum Leitungsteam von team-f mit ihrem Mann Stephan. Sie ist Mutter von sechs erwachsenen Kindern und ist als Beraterin tätig.

Unsere Empfehlung

Das Kind in mir entdecken und verstehen

Wir wollen in diesem Seminar unserem »inneren Kind« nachspüren, es entdecken und verstehen lernen. Die Bereitschaft, die bedürftigen Anteile in uns mit Jesus anzuschauen, bringt Stück für Stück Ordnung in unser Gefühlsleben. Gottes heilende Nähe kann dir eine Hilfe sein, um kindliche Verletzungen zu überwinden und zu einem gesunden Erwachsensein zu gelangen.

98596 Brotterode

Fr. 17.03. bis So. 19.03.2023

📍 Haus am Seimberg

👤 Cornelia Arnold mit Team

☎ 23 623 81



Geschwister

Lerne in unseren Fernkursen der team-f-Akademie mehr über ihre besondere Bedeutung für das Leben

»Aussuchen können wir uns nicht, mit wem wir aufwachsen. Und wir können uns von unseren Geschwistern auch nicht scheiden lassen. Aus dieser angeborenen Bindung kommt man sein Leben lang nicht mehr heraus. Selbst wenn sich Geschwister nicht mehr verstehen oder sogar Funkstille eingetreten ist, bleiben sie Teil der Familie. Wir können mit unseren Schwestern und Brüdern eine tiefe Verbundenheit erfahren und an die Grenzen unserer Macht stoßen, wenn sie uns in unserer Entwicklung behindern oder unterdrücken.«

Martina Hinz: Geschwister, Psychologie heute 10/2018, Seite 21

Es lohnt sich also, hier etwas genauer hinzuschauen. Genau das machen wir in unserem Studiengang »Familie und Erziehung« in zwei Fernkursen zum Thema Geschwister:



Fernkurs

Geschwister-rivalität

Geschwisterstreit gibt es wahrscheinlich in jeder Familie. Auch wenn dieser oft nervig und anstrengend ist, ist er normal und für Kinder auch eine wichtige Möglichkeit, soziales Verhalten und Konfliktlösung zu trainieren. Sich auseinanderzusetzen, unterschiedliche Standpunkte auszutragen, sich zu behaupten, zu gewinnen und zu verlieren, sich zu vertragen und zu versöhnen – all das lernen Kinder am besten in der Familie. Es kann aber auch passieren, dass aus den normalen Reibereien zwischen den Geschwistern handfeste Rivalitäten werden. Besonders dann, wenn Kinder um die Aufmerksamkeit der Eltern kämpfen müssen und eine ungerechte Behandlung erfahren, kann es zu großen Spannungen, Neid und Eifersucht kommen. In diesem Fernkurs wird eine hilfreiche Strategie vorgestellt, wie man das vermeiden und stattdessen die Geschwisterbeziehungen stärken kann.



Fernkurs

Geschwister-konstellationen

Der Individualpsychologe Alfred Adler entwickelte in den 1920er Jahren die Lebensstilanalyse, in der die Geschwisterkonstellationen eine wichtige Rolle für die Persönlichkeitsentwicklung spielen. In diesem Kontext beschrieb Adler »typische Kennzeichen« der verschiedenen Positionen, z.B. den ehrgeizigen Erstgeborenen, das diplomatische Mittelkind oder das charmante Nesthäkchen, das immer für Spaß sorgt. Auch wenn die jüngere Forschung solche absoluten Stereotype mittlerweile relativiert hat, sind die Beschreibungen der verschiedenen Geschwisterpositionen durchaus hilfreich. Sie können Eltern dafür sensibilisieren, die besonderen Herausforderungen, die mit einer bestimmten Position verknüpft sind, im Blick zu behalten. Auf diese Weise können Eltern ihr Kind besser verstehen und fördern und Rivalitäten vermeiden.

In beiden Kursen wird fachliches Hintergrundwissen vermittelt, das ganz praktisch mit dem alltäglichen Familienleben in Verbindung gebracht wird. Die Auseinandersetzung mit den Erfahrungen in der eigenen Herkunftsfamilie, Fragen zu den Geschwisterbeziehungen und praktische Aufgaben zu Familiengesprächen sind sowohl hilfreich für eine entspannte Familienatmosphäre als auch für die Seminar- und Beratungsarbeit mit Eltern.

Erkenntnisse aus den Fernkursen von Studentinnen

Loredana Lippert: »Mir hat besonders die »Respektregel für Familien« einen Impuls gegeben, da ich mir besonders in Konfliktsituationen oft nicht klar war, wer denn nun angefangen hat oder wie ich damit umgehen soll. Die Respektregel für Familien kategorisiert falsches Verhalten jetzt nur noch in zwei Bereiche, nämlich respektvoll und respektlos. Am Ende zählt nicht, wer angefangen hat oder was genau passiert ist, sondern wie die Kinder sich während des Konfliktes verhalten haben. Das finde ich sehr hilfreich und auch praktisch umsetzbar.

Außerdem fand ich es sehr hilfreich, mir noch einmal bewusst zu machen, dass auch unsere Familiengespräche für die Kinder spannend sein müssen und durch kleinere Aktivitäten, die allen Familienmitgliedern Spaß machen, aufgepeppt werden können.«

Anne Storch: »Da ich nach knapp 30 Jahren schon fast am Ende meiner Erziehungszeit bin, muss ich etwas allgemeiner und eher aus der Rückschau antworten. Während des Lesens habe ich oft gedacht, wie Recht Todd Cartmell (Autor der Fernkurslektüre, Anmerkung der Redaktion) hat und fand mich in vielem bestätigt, was ich im Laufe der Jahre gelernt habe. Hätte ich das Buch vor 25 Jahren gelesen, wäre ich sicherer und geschickter im Umgang mit meinen drei ersten Kindern gewesen!

Besonders hat mir gefallen, dass das Buch zur Selbstreflexion auffordert, was das eigene Verhalten betrifft. Als junge Eltern erwartet man soziale Kompetenzen von den Kindern, die man ihnen oft gar nicht vorlebt. Das Problem ist, dass einem das nicht bewusst ist. Todd Cartmell versucht auf nette Art, den Eltern klar zu machen, wie sehr ihr gutes Vorbild auf die Kinder abfärbt und das Familienklima verbessert. Und das ist ein wichtiger Gedanke, der auch im Umgang mit fast erwachsenen Kindern zählt.«

Wenn du Interesse hast, als Gaststudent oder Gaststudentin diese Kurse einzeln zu bearbeiten, kannst du dich gerne an unsere Akademie-Sekretärin Beate Radix-Schöne wenden. Ebenso freuen wir uns über alle, die Interesse daran haben, sich den Studiengang »Familie und Erziehung« vorzunehmen und viele wertvolle Familienthemen tiefgehend und praxisnah bearbeiten möchten – für das eigene Familienleben und die Begleitung von Eltern.

Melde dich dafür gerne bei unserer Akademie-Sekretärin Beate Radix-Schöne
✉ b.schoene@team-f-akademie.de
☎ 02351 985948-25

Ich freue mich, dich bei uns willkommen zu heißen!



Sonja Brocksieper
Leitung Studiengang »Familie und Erziehung«



Sebastian Trommer
Akademieleiter (seit Sommer 2022)

An dem Einblick in einen unserer Studiengänge durch unsere geschätzte Dozentin Sonja Brocksieper wird deutlich, was uns als Auftrag und Ziel der team-f-Akademie gilt und was wir unseren Studentinnen und Studenten weitergeben möchten. Und zwar eine sinnvolle Kombination aus:

- **Praxisnähe** (konkrete Hinweise für gelingende Lebens- und Beziehungsführung aus über 35 Jahren Seminarätigkeit und Beratung von Menschen)
- **Professionalität** (Berücksichtigung hilfreicher Studien und Aufsätze, fachspezifisches Hintergrundwissen)
- **Persönlichem Interesse** (enger Austausch mit unseren Studentinnen und Studenten und gegenseitiges Lernen)

Letztendlich soll das Lernen bei uns zum wahren Erlebnis werden, das uns im gesamten Leben weiterbringt. Als Mitarbeiterteam haben wir uns vor kurzem neu aufgestellt und treffen uns noch regelmäßiger, um Antworten auf Fragen wie diese zu finden:

- Welche Themen sind zurzeit und für die **Zukunft** relevant?
- Wie können wir unsere Inhalte **weiterentwickeln** und möglichst attraktiv aufbereiten?
- Welche **technischen Möglichkeiten** können beim Studieren helfen?
- Wie können wir unsere Studentinnen und Studenten möglichst gut **begleiten**?

Was motiviert uns, das zu tun?

Wie im Energiesektor aktuell Ressourcenmangel herrscht und neue Perspektiven gesucht werden, gibt es diesen Mangel im zwischen- und innermenschlichen Bereich schon lange. Wir sehen die team-f-Akademie dabei als eine Art Beziehungskraftwerk, an dem Ressourcen zugeführt und neue Perspektiven aufgezeigt werden.

Außerdem glauben wir, dass die team-f-Akademie ein Ort der Multiplikation ist. Dabei wünschen wir uns, dass nicht nur das Leben unserer Studentinnen und Studenten geprägt und gestärkt wird, sondern auch das derjenigen, mit denen sie in Kontakt kommen. Kurz gesagt: Wir lehren und trainieren unsere Studenten, damit sie wiederum andere unterstützen und weiterbringen. Ob in der eigenen Familie, in der Nachbarschaft, im Beruf, im Coaching oder der Beratung. Unser Traum ist, dass sich lebensförderndes Beziehungs-Knowhow und Identitätsstärkung weitläufig ausbreiten.



hör mal rein!

Bei den »beziehungshelden« geht es um dich und deine Beziehungen. Simona und Team berichten aus eigenen Erfahrungen und diskutieren spannende Themen rund ums Mit- und Füreinander.

 bei Spotify und Co.

Einzelkind oder Geschwisterkind?

Vorteile und Nachteile

von Andrea Wettstein

Ein Einzelkind zu erziehen, konnte ich mir bei bestem Willen nicht vorstellen. Die gängigen Vorurteile gegenüber Einzelkindern und ihren Eltern, die sich bis heute, entgegen wissenschaftlichen Studien, hartnäckig in den Köpfen unserer Gesellschaft halten, kenne ich nur zu gut: Einzelkinder sind verwöhnt, erwachsenen-orientiert, überbehütet, intellektuell und einsam¹. Doch es sollte anders kommen ...

Meine Kindheit mit zwei Schwestern

Ich selbst wuchs in einer Familie mit zwei jüngeren Schwestern auf. Die Beziehung zu meiner mittleren Schwester war oft von Streit geprägt. Für die Jüngste war ich wie eine zweite Mutter. Doch heute pflege ich eine innige und vertraute Beziehung zu beiden Schwestern. Geschwister zu haben war für mich die Normalität und ich war und bin sehr dankbar über diese Erfahrung!

Unerfüllter Kinderwunsch

Als ich mit 22 Jahren die Ehe mit einem Mann einging, der mir vor der Hochzeit sagte, dass wir ein Leben lang kinderlos bleiben würden, konnte ich die Konsequenz nicht abschätzen. Unter anderem litt ich häufig unter der Kinderlosigkeit während unserer 17-jährigen Ehe.

Nach dem Scheitern meiner Ehe war ich dankbar, dass Gott meinen Kinderwunsch nie erfüllt hatte. Aber ich war auch überzeugt: Der Zug für eine eigene Familie ist für mich abgefahren.

Eine neue Chance

Zwei Jahre später lernte ich meinen Mann Tobias kennen und als ich von seinem Kinderwunsch erfuhr, sagte ich ihm mit aller Deutlichkeit: Such dir eine junge Frau! Doch er war überzeugt, dass Gott uns mit einem Kind beschenken möchte und wenn nicht, würde er uns helfen, mit der Kinderlosigkeit klarzukommen. Wir heirateten und das Wunder geschah! Ich habe mit 43 Jahren einen gesunden Jungen entbunden.

Nicht nur die Umstellung mit Anfang vierzig Mutter zu werden, sondern auch ein Land- und Kulturwechsel (von Zürich nach Frankfurt) und der Aufbau einer zweiten Ehe, kosteten viel Kraft. Für uns beide war klar, dass Joshua ein Geschenk ist, dass es jedoch bei einem Kind bleiben würde.

Einzelkind – Vorurteile und Vorteile

Während der letzten Jahre kämpfte ich jedoch immer wieder mit Schuldgefühlen, weil unser sechs Jahre alter Sohn keine Geschwister hat.

Meine Befürchtung war, er könnte sich einsam fühlen, die Klischees von Einzelkindern erfüllen und verpassen, was ich in einer großen Familie erlebt habe: einen Zusammenhalt unter Geschwistern, immer jemanden zum Spielen haben, Wegbereiter für die Jüngeren zu sein etc.

Die intensive Beschäftigung mit neuen wissenschaftlichen Studien wie z.B. im Buch von Brigitte Blöchliger »Lob des Einzelkindes« oder dem Buch des deutschen Familienforschers Hartmut Kasten »Einzelkinder und ihre Familien«² halfen mir, mich mit unserer Situation als Kleinfamilie zu versöhnen, den alten Vorurteilen gegenüber Einzelkindern aufzuräumen und die vielen Vorteile zu genießen, die Kinder ohne Geschwister haben.



Noch bis in die 1980er Jahre herrschte die Meinung vor, dass Einzelkinder nicht »normal« aufwachsen, wenn sie keine Geschwister haben und ein einsames Dasein fristeten. Studien haben jedoch gezeigt, dass sich viele Einzelkinder im Allgemeinen nicht einsamer fühlen als Geschwisterkinder.³ Sich mit sich selbst beschäftigen zu können und in die Ruhe zurückzuziehen, lernen Einzelkinder gezwungenermaßen. In der Schule und im späteren Leben kommt es ihnen zugute.

Der Einfluss von Geschwistern auf die Persönlichkeitsbildung wurde in der Gesellschaft wie in der Wissenschaft überschätzt.⁴ Klar beeinflussen Geschwister einander, aber die Vorteile sind auch ambivalent. Die Rivalitäten

und der Streit unter Geschwistern, das Verglichenwerden von den Eltern, ungerechte Rollen zugeteilt bekommen, kennt unser Sohn nicht. Das macht ihn andererseits aber auch weniger konfliktfähig in Gruppen. Da haben Geschwisterkinder einen Vorsprung, da sie täglich herausgefordert sind, mit ihren negativen Emotionen einen Lösungsweg zu finden.⁵

Dafür sind Zweierfreundschaften die Stärke von Einzelkindern, sagen neueste Studien und das kann ich bestätigen. Mit seinem Cousin in der Schweiz, der nur einen Monat älter ist als er, pflegt er eine enge Freundschaft. Einzelkinder sind laut Studien auch oft extrovertierter als Geschwisterkinder, da sie sich um Freundschaften bemühen müssen, wenn sie nicht allein sein wollen.⁶

Interessant ist, dass den stärksten Einfluss auf den Charakter eines Kindes nicht die Geschwister, sondern der Erziehungsstil und der Umgang der Eltern miteinander haben.⁷ Da sind wir als Eltern gefragt, ein aufrichtiges und veröhntes Miteinander vorzuleben.

Darauf sollten Eltern achten

»Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen«, so lautet ein afrikanisches Sprichwort. Weil keine Geschwister da sind, sind wir umso mehr gefragt, unseren Sohn immer wieder Zeiten mit anderen Familien, das Spielen mit Kindern aus der Nachbarschaft, KiGa-Freunden und Urlaube mit meiner Familie in der Schweiz (viele Cousins und Cousinen) zu ermöglichen, um einen Ausgleich zwischen Erwachsenen- und Kinderwelt zu schaffen. Hier lernt er in Gruppen und engen Freundschaften mit anderen Kindern emotionale Lernprozesse. Das bedeutet für mich zwar Organisationsaufwand und manchmal auch ein Opfer, wenn ich anstatt eines ruhigen Nachmittages mit meinem Sohn ein Treffen mit einer anderen Familie durchführe. Wenn ich dann aber abends in die strahlenden Kinderaugen blicke, macht mich das glücklich.

Der bedeutendste Vorteil, den ein Einzelkind genießt, ist meiner Meinung die ungeteilte Aufmerksamkeit der Eltern. Wir können unseren Sohn in seinen Interessen und Stärken individuell fördern und auf seine Bedürfnisse eingehen. Ressourcen wie Aufmerksamkeit, Zeit und Finanzen müssen nicht auf

mehrere Kinder aufgeteilt werden. Mein Mann erlebt z.B. solche Exklusivzeiten mit unserem Sohn, wenn die beiden ihre Mountainbike-Trails fahren und abends einen Besuch beim Italiener machen. Mit mir erlebt er wieder eine andere Welt; die der Museen, der Kunst und Literatur. Daraus entsteht eine enge Beziehung, die positive wie negative Seiten hat. Sprachlich, intellektuell und was Reife und Selbstbewusstsein anbelangt, wertet die Autorin von »Lob des Einzelkindes« als positiv. Negativ würden sich die zu hohen elterlichen Erwartungen an das einzige Kind auswirken.⁸ Überzogene Erwartungen kennen wir auch und da müssen wir uns als Eltern immer wieder absprechen und auch gegenseitig korrigieren.

Egal, ob Einzelkind oder Geschwisterkind, was wir uns wünschen ist, dass Joshua weiß, dass er bedingungslos geliebt ist. Auch wenn er unser einziges Kind ist, hat er keinen »Sonderstatus«, sondern ist eines von drei Familienmitgliedern. Er darf sich und seine Bedürfnisse einbringen und lernen, verantwortungsbewusst mit sich und anderen umzugehen. Wir wollen ihn in seiner Selbstständigkeit fördern und bewusst Kontrolle und ein überbehütendes Verhalten loslassen.



Jedes Kind ist ein Geschenk und ein einzigartiges Individuum, das nicht auf Stereotype reduziert werden darf.

Unser Sohn wird als Einzelkind keine schlechte Familienkonstellation erleben. Er genießt sogar viele Vorteile, die Geschwisterkinder nicht haben. Aber auch Geschwister zu haben, hat viele schöne Seiten. ■



Andrea (49) lebt mit ihrem Mann und ihrem Sohn in Friedberg (Hessen) und ist Historikerin, Coach und in der Weiterbildung zur christlichen Lebensberaterin an der team-f-Akademie

Unsere Empfehlung

Wintersportwoche für Familien

Bei den Familienurlaubsangeboten habt ihr und eure Kinder die Möglichkeit, neue Bekanntschaften zu machen. Ein Mix aus spannenden, kreativen und geistlichen Angeboten wird kombiniert mit viel Zeit zur freien Verfügung und Entspannung! Impulsreferate und authentische Erfahrungsberichte der Mitarbeiter geben Impulse für die Beziehungen in der Familie.

5741 Neukirchen (Österreich)

So. 19.02. bis Sa. 25.02.2023

- 📍 Alpengasthaus Venedigerhof
- 👤 Meike und Matthias Piro mit Team
- ☎ 23 441 42

Unsere Empfehlung

Familien stark machen – das gemeinsame Wochenende

Familie ist ein Team. Damit ein Team gut funktioniert, muss und kann jedes Teammitglied seinen Beitrag leisten. Jeder ist wichtig, egal ob groß oder klein, egal ob jung oder alt.

An diesem gemeinsamen Familien-Wochenende werden grundlegende Bausteine des bewährten team-f-Familienhaus-Konzeptes vermittelt und mit aktiven Erlebnissen für die ganze Familie kombiniert. Nutzt diese wunderbare Möglichkeit, euer Familienteam zu stärken und den Alltag zu entspannen.

67705 Trippstadt

Fr. 05.05. bis So. 07.05.2023

- 📍 Gemeinschaftszentrum
- 👤 Kerstin Seidel mit Team
- ☎ 23 442 91

¹So beschreibt Blöchlinger in ihrem Buch: Lob des Einzelkindes die fünf gängigsten Vorurteile gegenüber Einzelkindern. Die alle aus Studien des 19.Jahrhunderts kommen. Blöchlinger, Brigitte. Lob des Einzelkindes. Das Ende aller Vorurteile. Frankfurt a.M., 2008. S.23.

²Kasten, Hartmut. Einzelkinder und ihre Familien. Göttingen, 2007.

³Blöchlinger, S.80.

⁴Ebd. S.136/7.

⁵Berk, 2005. In Blöchlinger, S.146.

⁶Blöchlinger, S.137.

⁷Poston & Falbo, 1993. S.32. In Blöchlinger, S.136.

⁸Blöchlinger, S.77.

Geschwister in einer Patchworkfamilie

Zwei Familiensysteme treffen aufeinander

von Mirjam Fichtelberger

Vor 17 Jahren begann unser Leben als Patchworkfamilie. Ein aufregendes, herausforderndes Leben, wie ich es aus heutiger Sicht beschreiben würde.

Der Wunsch nach einer glücklichen Familie

Mein Mann Bernd und ich waren beide verwitwet. Ich war sieben Jahre alleinerziehend und hatte zwei Söhne. Mein Mann war zwei Jahre alleinerziehend und hatte drei Kinder. Plötzlich hatten wir zusammen fünf Kinder im Alter von 12, 15, 15, 17 und 21.

Natürlich hatten wir uns im Vorfeld gefragt, wie die Kinder diese neue Situation wohl miteinander meistern würden, aber wir waren hoch motiviert und glaubten, nun wieder eine komplette Familie zu sein. Wir wollten mit ihnen gemeinsam Leben gestalten, Unternehmungen starten und zusammenwachsen. Recht bald wurden wir aber eines besseren belehrt, denn unsere Kinder wollten das keineswegs.

Auf dem Boden der Tatsachen

Der 17-Jährige hatte in meinem Heimatort eine Ausbildung begonnen und wollte diese auch dort beenden. Er ist also gar nicht mitgekommen, sondern hat mit meiner Patentante zusammen in meinem Haus gewohnt. Wir sind dann die erste Zeit jedes Wochenende 270 Kilometer gefahren und haben meist den Jüngsten meines Mannes und meinen jüngsten Sohn mitgenommen und den 17-Jährigen besucht. Die zwei ältesten Kinder meines Mannes wollten zuhause bleiben.

Unsere Illusion einer normalen Familie verflug daher schnell.

Wir haben dann versucht, uns darauf einzustellen und die Wünsche unserer Kinder zu akzeptieren, denn nicht sie hatten sich verliebt, sondern wir.

Dennoch haben wir mit vier Kindern den Alltag gemeistert und uns gefreut, dass sie ganz gut miteinander klar kamen, da wir von keinem unserer Kinder erwarteten, eine Freundschaft mit den Kindern des neuen Partners leben zu müssen. Ich glaube, gerade deshalb ist dann aber etwas Positives unter ihnen entstanden. Die zwei 15-Jährigen schlossen recht schnell trotz ihrer Unterschiedlichkeit Freundschaft. Der 12-Jährige hat zu seinem neuen Stiefbruder in kürzester Zeit aufgeschaut und ihn als älteren Stiefbruder akzeptiert und das hält bis heute an.

Inzwischen wohnen sie 400 Kilometer voneinander entfernt und immer wieder besucht er seinen älteren Stiefbruder.

Bernds 21-jährige Tochter und mein 15-jähriger Sohn hatten am meisten Konflikte miteinander, da sich mein Sohn absolut gar nichts von ihr hat sagen lassen und sie öfters mit Tatsachen konfrontiert hat. Wir als Eltern haben uns da meist nicht in die Diskussionen mit eingeschaltet, weil wir festgestellt haben, dass sie es recht gut allein miteinander regeln konnten.

Jede Patchworkfamilie braucht individuelle Lösungen

Unsere Gespräche als Paar am Anfang unserer Beziehung drehten sich zu 80 Prozent um die Kinder. Nicht, weil die Kinder miteinander Schwierigkeiten hatten, sondern eher ich mit den Kindern meines Partners.

Unsere Herkunftsfamilien und auch unsere Erwartungen an ein Miteinander waren sehr unterschiedlich und so waren Konflikte vorprogrammiert.

Ein Buch, das uns bei der Bewältigung unserer Situation sehr geholfen hat, ist das Buch »Stieffamilien« von Hans Jellouschek. Jede Stieffamilie hat ihre eigene Struktur und da ist es wichtig, auf die ganz spezielle Form dieser Stieffamilie einzugehen. Man kann da überhaupt keine Allgemeinaussagen machen, weil es einen Unterschied macht, ob die Kinder im Kleinkindalter sind, wenn sie eine Patchworkfamilie werden oder so wie bei uns Teenies.

Abschließend möchte ich alle ermutigen, die diesen Schritt miteinander wagen. Denn wahrhaft lieben lernt man nur in Konflikten und daran wachsen wir und werden zu reifen Persönlichkeiten. ■



Mirjam (60) und ihr Mann Bernd (60) leiten schon seit einigen Jahren bei team-f u. a. das Seminar für Patchworkfamilien und geben dort bewährte Tipps für das Zusammenwachsen zweier Familien.

Seminarempfehlung

Als Patchworkfamilie miteinander leben

Mit einer neuen Partnerschaft stecken wir plötzlich mitten in einer bunten Patchworkfamilie und wollen es besser machen als zuvor.

Zu den ganz normalen Problemen eines Familienalltags summieren sich die besonderen Herausforderungen einer neuen Familie mit Trennungserfahrungen im Hintergrund, dem Aufeinandertreffen zweier bisher eingespielter Familiensysteme und Kindern in gewachsenen Geschwisterkonstellationen ...

Erfahrungen der Vergangenheit wollen bewältigt werden, eine neue Partnerschaft sowie verletzte Kinder fordern Aufmerksamkeit – das Zusammenwachsen von zwei Familien zu einer neuen braucht einen Plan, einen gemeinsamen Kurs und viele konstruktive Gespräche.

90617 Puschendorf

Fr. 10.11. bis So. 12.11.2023

📍 Diakoniegemeinschaft

👤 Mirjam und Bernd Fichtelberger mit Team

☎ 23 521 41



Meine Geschwister von anderen Eltern

Wenn Pflegekinder in die Familie kommen

Amelie (Name von der Redaktion geändert) ist in einer Familie aufgewachsen, in der Pflegekinder aufgenommen wurden. Uns hat interessiert, wie sie das erlebt hat und welches Fazit sie daraus zieht. Das Interview führte Lena Knaack.

Lena Knaack: Wie war eure Familienkonstellation? Wie alt warst du, als die Kinder kamen und wie alt waren sie?

Amelie: Ich habe drei Geschwister und bin die Jüngste von uns vieren. Als ich zwölf Jahre alt war, kam das erste Pflegekind zu uns. Das Kind war zu diesem Zeitpunkt drei Jahre alt. Ca. zwei Jahre später kam ein weiteres hinzu. Es war auch ca. drei Jahre alt. Das dritte kam etwas später in unsere Familie. Als die Pflegekinder kamen, waren mein großer Bruder und ich noch zu Hause. Die beiden anderen größeren Geschwister waren bereits ausgezogen oder fast nie zu Hause.

Lena Knaack: Die Geschwisterreihenfolge wurde also nie verändert?

Amelie: Die Reihenfolge hat sich nicht verändert. Alle Kinder, die zu uns kamen, waren jünger als ich. Ich kann mich erinnern, dass eine Zeit lang auch ein Mädchen bei uns gewohnt hat. Sie war allerdings so alt wie ich und es hat gar nicht gut in der Familie funktioniert. Wir haben auch viel gestritten und meine Eltern haben sich schlussendlich dazu entschieden, das Mädchen wieder abzugeben.

Lena Knaack: Wie haben deine Eltern euch Geschwister darauf vorbereitet? Wurdet ihr gefragt?

Amelie: Ich kann nur beantworten, wie meine Eltern mich darauf vorbereitet haben. Meine Eltern haben mich damals gefragt, wie ich es finden würde, wenn noch weitere Kinder bei



uns wohnen würden. Ich fand die Idee schön und konnte es mir erstmal vorstellen, mit kleineren, »neuen« Geschwistern gemeinsam zu Hause zu wohnen. Sie haben mir erklärt, dass es den Kindern in ihrem derzeitigen Zuhause nicht gut geht und sie daher ein neues brauchen.

Lena Knaack: Wie war für dich die Ankunft der Kinder und wie hat sich euer Alltag verändert?

Amelie: Der Alltag wurde natürlich ziemlich auf den Kopf gestellt. Ich kann mich noch gut daran erinnern, wie das erste Pflegekind zu uns kam. Ich durfte den kleinen Jungen mit abholen und war total aufgeregt. Er war wirklich süß und ich mochte ihn sofort. Im Alltag drehte sich natürlich jetzt viel um den neuen Familienzuwachs. Beim ersten war es irgendwie noch aufregender als bei den anderen beiden.

Es war jedoch nach einer längeren Zeit für mich belastend, dass sich viel um die »neuen« Kinder drehte.

Diese Kinder benötigten – aufgrund ihrer Erlebnisse in den ersten Jahren – viel Zuwendung und auch viel Zeit für die individuelle Förderung (wie z. B. Ergo- oder Reittherapie) oder Termine mit dem Jugendamt – diese Zuwendung hat mir an manchen Stellen von meinen Eltern gefehlt.

Lena Knaack: Wie hast du dich gefühlt?

Amelie: Ich konnte mich gut auf die neuen Geschwister einstellen. Ich mochte (und mag sie immer noch) sehr. Jedoch habe ich mich in meiner Teenagerzeit oft von meinen Eltern nicht beachtet gefühlt. Häufig war ich auch genervt von den Besuchen des Jugendamtes.

Mir ist es wichtig, zu sagen, dass ich nicht genervt von den Kindern war, sondern eher von den Dingen, die dazugehörten. Besuche des Jugendamtes bei uns zu Hause. Immer jemand anders. Und der Druck in mir, zu funktionieren, freundlich zu sein und Ordnung zu schaffen bevor der Besuch kam.

Lena Knaack: Wie war und ist deine Beziehung zu den Pflegekindern?

Amelie: Die Beziehung zu den Kindern ist und war immer gut. Ich mochte alle drei sehr und habe auch heute noch zu allen Kontakt. Ich weiß, dass mich die drei auch sehr mögen. Oft sind sie zu mir gekommen, wenn sie etwas bedrückt hat – auch als wir alle älter waren. Wenn wir uns heute treffen, reden wir oft darüber, was wir »früher« so gemacht haben und ich scheine im Leben dieser Kinder ein wichtiger Bestandteil zu sein. Das freut mich natürlich total und ich hab sie auch einfach total lieb!

Lena Knaack: Welche schönen Momente sind dir in Erinnerung geblieben?

Amelie: Die Gemeinschaft mit den Kindern. Mit ihnen Zeit zu verbringen, ihnen bei den Hausaufgaben zu helfen, mit ihnen Playmobil zu spielen oder in den Wald zu gehen. Außerdem finde ich es schön, dass sie zu mir gekommen sind, wenn sie etwas beschäftigt hat. Wir hatten sehr viel Spaß zusammen.

Lena Knaack: Was sind negative Erinnerungen?

Amelie: Tatsächlich hat es mich belastet, was die Kinder zum Teil in ihrer Ursprungsfamilie erlebt haben und was das für Folgen für sie hatte. Bestimmte Verhaltensweisen haben mich geschockt und sind mir auch heute noch in Erinnerung. Mir tat es furchtbar leid, zu sehen, wie sie unter dem, was passiert war, litten und dies auch teilweise immer noch tun. Außerdem drehte sich einfach sehr viel im Alltag um diese Thematik – Besuchskontakte, Termine, »Probleme«, die man mit den Kindern hatte.

Lena Knaack: Würdest du selber Pflegekinder aufnehmen?

Amelie: Hier muss ich ein ganz klares Nein loswerden. Ich würde nie Pflegekinder aufnehmen. Nicht, weil ich keine Kinder aufnehmen möchte. Ich würde gerne anderen Kindern helfen und ihnen ein zu Hause geben. Ich habe aber auch immer die andere Seite gesehen – man nimmt Kinder auf, die ein ziemliches Päckchen zu tragen haben und das ist alles andere als einfach. Weder für die Pflegeeltern noch für die Kinder. Außerdem wäre mir der ganze organisatorische »Kram« mit dem Jugendamt einfach



zu viel. Zuletzt würde ich es einfach meinen eigenen Kindern nicht zumuten, so etwas mitzutragen, denn man trägt automatisch etwas mit, weil man Teil von diesem neuen Alltag ist.

Lena Knaack: Welche Kompetenzen oder Werte konntest du durch das Zusammenleben mit deinen Pflegegeschwistern mit ins Leben nehmen?

Amelie: Wenn mir Menschen schwierige Dinge aus ihrem Leben erzählen, bin ich aufmerksamer und verurteile sie nicht direkt. Ich packe Menschen nicht sofort in eine Schublade. Mir liegen Menschen sehr am Herzen und mir ist es wichtig, sie zu unterstützen.

Lena Knaack: Welche Tipps würdest du Pflegeeltern geben, damit es gut gelingen kann?

Amelie: Ich finde es wichtig, bewusste Zeiten mit den leiblichen Kindern einzuplanen, da die Pflegekinder einfach sehr viel Aufmerksamkeit benötigen. Damit die eigenen Kinder nicht untergehen, sollten Eltern versuchen, auch ihnen gesonderte Beachtung zu schenken und auch regelmäßig nachzufragen, wie es ihnen mit der besonderen Familiensituation geht. Es gibt ja auch viel belastendes, was Kinder im Alltag mitbekommen.

Generell würde ich sagen, dass man Pflegekinder (und auch allen anderen Kindern) mit Liebe begegnen sollte. Und dazu zählt für mich unter anderem auch, die Kinder ernst zu nehmen – ihnen auf Augenhöhe zu begegnen und ihnen zuzuhören und für sie da zu sein.

Wenn man diesen Kindern das Gefühl gibt, ernst genommen zu werden, hat man schon einiges erreicht.

Diese Kinder benötigen jemanden der sie für »voll« nimmt, da ist und ggf. behutsam auf sie eingeht. Und vor allem auch dann für sie da ist, wenn im Leben auch mal etwas schief läuft. Keine Verurteilung sondern bedingungslose Liebe. Egal was passiert.

Lena Knaack: Vielen Dank, Liebe Amelie, dass du uns so einen ehrlichen Einblick gegeben hast. Ich denke, dass Pflegeeltern einen sehr wertvollen Job machen und es dabei aber sehr wichtig ist, die Bedürfnisse der leiblichen Kinder nicht aus den Augen zu verlieren. ■



Unsere Empfehlung

Papa und ich

An einem ermutigenden Wochenende bekommen Väter und Kinder die Gelegenheit, gemeinsam Abstand vom Alltag zu bekommen, Schönes zu erleben und ein tieferes Verständnis füreinander zu entwickeln.

98596 Brotterode

Fr. 05.05. bis So. 07.05.2023

Vater-Tochter-Wochenende (9–13 Jahre)

📍 Haus am Seimberg

👤 Stefan Haase mit Team

23 411 81

34260 Kaufungen

Fr. 05.05. bis So. 07.05.2023

Vater-Sohn-Wochenende (8–12 Jahre)

📍 Islandpferdegestüt Mittelthalhof

👤 Johannes Weiglein mit Team

23 411 31

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Unsere Empfehlung

Mama und ich

Eine gute Beziehung zur Mutter ist für die Entwicklung und Identität der Tochter als auch des Sohnes wichtig. Durch Zeit für Gespräche, viel Spaß und Kreativität wird dieses Wochenende ein unvergessliches, nachhaltiges Erlebnis werden und eure Beziehung zueinander bereichern und stärken.

87736 Böhlen

Fr. 05.05. bis So. 07.05.2023

Mutter-Tochter-Wochenende (7–10 Jahre)

📍 Jugendhaus Waldmühle

👤 Franziska Köbsch-Lorenz mit Team

23 421 41

95336 Mainleus

Fr. 16.06. bis So. 18.06.2023

Mutter-Sohn-Wochenende (9–12 Jahre)

📍 Ev. Jugendhaus Weihermühle

👤 Meike Piro mit Team

23 421 43

Weitere Termine online unter www.team-f.de

Unsere Empfehlungen für Dauerpflegefamilien

von Hedwig und Christof Matthias

»Nie hätte ich gedacht, dass unser Leben so schön ist mit unseren Pflegekindern. Und nie hätte ich gedacht, dass es so schwer ist.«

Dieser Satz unserer Bekannten klingt mir im Ohr, wenn wir über die besonderen Herausforderungen mit Pflegekindern nachdenken ... Zusammen mit ihrem Mann nahm sie fünf Kinder auf, wohl wissend, dass dies eine außerordentliche Berufung, Ausnahme und Herausforderung ist. Auch bei uns fanden über die Jahre einige Kinder vorübergehend ein warmes Plätzchen in Haus und Herz. Das »letzte« blieb mehr als 15 Jahre – ein kleiner, mehrfach schwerbehinderter Junge mit einem goldenen Herzen.

Auch dies ist eine besondere Geschichte, die Handschrift Gottes ... Wie bei allen anderen auch!

Die Möglichkeiten sehen und sich der Grenzen bewusst sein

Jede Familie, jedes Kind ist besonders und einzigartig, unvergleichlich mit allen Chancen und Risiken.

»Gehe immer von den Möglichkeiten aus, nie von den Defiziten!«

Dieser Leitspruch gilt für jeden Menschen, erst recht für Familien mit angenommenen Kindern. Er gilt sowohl für die angenommenen Kinder, als auch für die Familien selber, die Eltern und die leiblichen Kinder. Und trotzdem stellen sich viele Eltern immer wieder die Fragen: Wo sind die Entwicklungsmöglichkeiten, die wir nutzen können? Wann ist ein Defizit so groß, dass es trotz aller Förderung, pädagogischem Geschick und Gebet bleibt? Ich finde, das genau beschreibt die Spannung, eine Ambivalenz, die nicht aufzulösen ist. Damit das Familienleben mit Pflegekindern trotzdem in weiten Teilen gut gelingen kann, sind folgende Tipps hilfreich.

Ein paar Eckpunkte, die es abzuklären gilt, und hilfreiche Tipps:

- Familien, die bereit sind, Kindern auf Dauer eine neue Heimat zu bieten, sollten sich vorab **umfassend informieren**. Sowohl andere Familien, die bereits langjährige eigene Erfahrungen haben, als auch Vereine wie der »PFAD« oder die »Stiftung zum Wohl des Pflegekindes«, sind gute Adressen.
- Es ist hilfreich, die **Geschwisterfolge** zu belassen. Damit es nicht zu einer unnatürlichen Geschwisterrivalität kommt, sollte möglichst kein Kind, das älter als alle anderen Kinder ist, in die Familie kommen.
- Eine unbedingte Voraussetzung ist das uneingeschränkte **»JA« aller Familienmitglieder**. Ein »dir zuliebe, weil du dir das (ein) Kind so sehr wünschst« ist keine gute Basis.
- Mit entscheidend für ein segensreiches, langjähriges Zusammenleben als Familie sind die euch zur Verfügung stehenden **Ressourcen**. Genau wie Amelie es im Interview auf den vorherigen Seiten beschreibt, ist die Pflege und Erziehung eines Kindes, das i.d.R. aus einem dysfunktionalen Hintergrund kommt, überhaupt nicht vergleichbar mit der Erziehung eines leiblichen Kindes und auch nur ein Teil der Aufgabe. Zum individuellen Förderbedarf kommen regelmäßige Dokumentationen, Gespräche mit dem Jugendamt, den Trägern und ggf. auch die Treffen mit den leiblichen Eltern. Das kostet Zeit und Energie.

- Ohne regelmäßige **Reflexionen** individueller Entwicklung und der sich verändernden Familiendynamik durch Supervision geht es nicht! Leider wird das nicht immer und automatisch vom Jugendamt empfohlen und bezahlt und muss daher eingefordert und in Anspruch genommen werden.
- »Meißelt« **unverrückbare Qualitätszeiten** in den Kalender! Für euch als Paar und für eure leiblichen Kinder. Ihr als Partner und eure Kinder müsst euch darauf verlassen können, dass ihr »dran kommt«, dass es Zeit und Raum für Begegnung gibt, die nur euch gilt. Die kleinen, feinen Rituale schaffen Sicherheit und begegnen dem Gefühl, an den Rand gedrängt zu werden. So ein Kinderherz und so ein Eheherz verkraften viel mehr, wenn sie sich geliebt wissen und das auch spüren.
- **Raus aus der Exklusivität!** Was meinen wir damit? So wie ein erkranktes Familienmitglied eine Weile vermehrt Aufmerksamkeit bekommt (und auch braucht), kommt irgendwann die Zeit, wo der »Patient« entweder gesund wird oder die Pflege in den Alltag integriert wird. Familie leben heißt Gemeinschaft leben. Dass der Unterstützungsbedarf unterschiedlich ist, versteht sich von selbst – aber eben unterschiedlich, nicht exklusiv.
- Sucht euch **Verbündete, Freunde, eine »Klagemauer« außerhalb der Familie**. Dieser Tipp gilt für alle gleichermaßen, und ganz bestimmt für Pflegefamilien.

Wir wünschen allen Familien einen frohen, gelassenen, ehrlichen, achtsamen und vor allem gnädigen Blick auf sich selbst. Vieles gelingt, anderes misslingt. Wir feiern Erfolge und betrauern Scheitern. Wir bitten um Vergebung, gewähren sie und nehmen sie für uns selber an ...

Bleibt behütet! ■



Hedwig und Christof haben drei leibliche Kinder und über die Jahre einige Kinder vorübergehend Zuhause aufgenommen. Ein mehrfach schwerbehinderter Junge blieb mehr als 15 Jahre. Gemeinsam leiten sie die Region Hessen und diverse Seminare. Christof ist darüber hinaus Teil der team-f-Leitung.

team-f zeigt Gesicht

Tamara und Sebastian Trommer (Regionalleitung Nordost) mal ganz persönlich.

Die Fakten

Wann und wie seid ihr zu team-f gekommen?

Wir sind durch eine befreundete team-f-Mitarbeiterin 2016 dazu gekommen. Wir haben dann in ein »Start in die Ehe«-Seminar reingeschnuppert und waren auch schon beim nächsten Mal Mitarbeiter.

Welche Aufgaben übernehmt ihr bei team-f?

Sebastian: Als Ehepaar leiten wir die Region Nordost (Mecklenburg-Vorpommern, Berlin, Brandenburg). Außerdem habe ich seit dem Sommer 2022 die Leitung für die team-f-Akademie übernommen.

Tamara: Neben der Regionalleitung arbeite ich an der team-f-Akademie als Tutorin für unsere Studenten und Studentinnen im Bereich Familie und Erziehung mit.

Das verbindet ihr mit team-f

Worauf freut ihr euch am meisten bei Seminaren?

Sebastian: Gemeinsam als Paar Vorträge zu halten.

Tamara: So viele jung-verliebte Paare zu sehen, die es ernst meinen. Das motiviert besonders aus der heutigen Sicht des gesellschaftlichen Kontexts, wo der Wert der Ehe scheinbar nicht mehr viel bedeutet. Hier sind wir privilegiert, eine gute Basis legen zu dürfen.

Was war euer schönster team-f-Moment?

Der Moment, als das ganze Mitarbeiterteam aus unserer Region für uns gebetet und uns für die neue Aufgabe, Teil des Regionalleitungsteams zu sein, gesegnet hat. Das war ein sehr bewegender Moment.

Wie würden eure Kinder erklären, was ihr bei team-f macht:

Tochter (7): arbeiten, Meetings halten, aufbauen, mithelfen.

Sohn (5): essen, Predigt halten, mit anderen Menschen reden.

Persönlich nachgefragt

Welche Tipps würdet ihr frischgebackenen Eltern mitgeben?

Sebastian: Genieße die Zeit in vollen Zügen und lass dich anregen, auch mal wieder Kind zu sein.

Entdecke das Wertvolle in deinem Kind und sag es ihm, wann immer es geht. Damit kann man schon ganz früh anfangen.

Tamara: Vertraue auf deine Intuition. Du kennst dein Kind am besten. Das, was du für dein Kind tust, ist von unschätzbarem Wert. Du machst einen sehr wichtigen und tollen Job!

Gelingt es euch im Familienalltag noch, euch Zeit für Ehe zu nehmen? Wie klappt das?

Tamara: Wir haben täglich eine sogenannte Kaffeezeit, die wir uns als Paar freihalten. Es sind oft nur fünf bis zehn Minuten, in denen wir unsere Arbeit unterbrechen und die Kinder gerade spielen. Aber diese qualitative Zeit ist für uns als Paar sehr wichtig. Und einfach die Momente nutzen, die da sind.

Sebastian: Wir versuchen, wöchentliche Dates zu ermöglichen. Diese Verabredung steht fest im Kalender, wie andere Termine auch. Es muss nicht immer Großes geplant werden, unser Baby ist auch mit dabei, wenn es nicht schlafen möchte, aber es ist eine besondere Zeit für uns.

Was macht ihr, um eure eigenen Batterien aufzuladen?

Sebastian: Sport und Ruhe. Ein kleiner Ausflug in den Wald oder Gartenarbeit.

Tamara: Achtsam mit mir selbst sein. Das heißt, meine Grenzen wahrzunehmen und mir auch mal ab und zu eine Mittagspause zu gönnen, wenn die Kleinen schlafen, und Haushalt sein zu lassen. Und mit Freunden treffen.

Was sind die Topstreitthemen unter euren Kindern:

1. Meins vs. Deins
2. Wer schläft wo? (Eigentlich hat jeder sein eigenes Bett, aber die Frage stellt sich immer wieder.)
3. Wer darf als erstes schaukeln?

»Ich beobachte es gerne, (...) wie sie als Team harmonieren.«

Welche schönen Momente beobachtet ihr unter den vier Geschwistern?

Sebastian:

1. zu beobachten, dass sie einen besonderen Zusammenhalt haben, sich gemeinsam etwas einfallen lassen und dabei Spaß haben
2. die Zeiten, in denen wir ihnen Geschichten vorlesen/erzählen (oft ergeben sich tiefe Gespräche durch ihre zahlreichen Fragen)

Tamara: Ich beobachte es gerne, wenn wir z.B. in einer neuen Umgebung sind oder sie eine gemeinsame Aufgabe haben, wie sie als Team harmonieren. ■

Das sind Tamara (28) und Sebastian (31) Trommer. Die beiden sind seit 2014 verheiratet und haben vier Kinder (zwei Jungen und zwei Mädchen) und wohnen in Blankenfelde (bei Berlin). Sebastian ist gelernter Handelsfachwirt und Theologe. Tamara ist zurzeit Vollzeit-Mama.



für dich und euch

Sinnvolles aus dem team-f-Shop

Online stöbern
und bestellen:
team-f.de/shop



Bestellen per Telefon:
02351 985948-0

Ausgewählte und bewährte Produkte rund um die aktive Gestaltung von Beziehungen und Lebenswegen:

Bücher



**Selbstwert
+ Gefühle**
Buch von
Claudia und
Eberhard
Mühlhan

In diesem Buch bekommen Eltern und Erzieher einen Leitfaden, wie sie das Selbstvertrauen und den Selbstwert eines Kindes fördern können. Denkanstöße, Fragebögen und Kommunikationsspiele leiten Kinder wie Eltern an, mit ihren oft widersprüchlichen Emotionen besser umgehen zu können.

Preis: 12,95 €

Geschenke



team-f-Liebesspiel
Grundpackung

Das kleinste und preiswerteste Eheseminar der Welt. Erweiterungen findest du im team-f-Shop.

Preis: 3,- €



Paarhandschuh
3-teiliges Handschuhset

Das Handschuhset (Paarhandschuh, plus linker und rechter Handschuh) besteht aus hochwertigem Flecematerial. Es ist in den Farben mittelgrau und dunkelblau erhältlich.

Preis: 15,95 €

Bekleidung

team-f-Hoodies und T-Shirts

IN PLANUNG



Unsere bequemen T-Shirts und Hoodies (Abbildung ähnlich)



... und vieles mehr

Du brauchst neuen Lesestoff? Bekommst du. Das sind unsere Buchempfehlungen:

Dr. Eberhard und Claudia Mühlhan



Bleib ruhig, Mama!

Die vielfache Mutter Claudia Mühlhan begleitet Sie als junge Mutter (oder jungen Vater) von der Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr Ihres Kindes.

Preis: 12,95 €



**Das große
Familienhandbuch**

Die mehr als 30 turbulenten Erziehungsjahre mit bis zu 13 Kindern (7 leibliche und 6 angenommene) haben den Blick von Claudia und Eberhard Mühlhan für das Wesentliche in der Erziehung geschärft, für das, was im Familienleben auf keinen Fall fehlen darf, wenn man sich wünscht, dass Kinder zuversichtlich heranwachsen.

Preis: 14,95 €

Dirk und Christa Lüling



**Trost finden – Scham
und Minderwertigkeit
überwinden**

Beschämung hat viele Gesichter und schlimme Folgen. Viele plagen sich mit unberechtigten Scham- und Minderwertigkeitsgefühlen, sie empfinden sich als »verkehrt« und meinen, nie zu genügen. Andere bemühen sich mit aller Kraft, ihre »Wertlosigkeit« durch Leistung und Status wettzumachen und zu verbergen. Was brauchen diese Menschen? Wie kann die blockierende Scham überwunden und die verlorene Würde wiederhergestellt werden? Anschaulich erklären Dirk und Christa Lüling in ihrem vierten Buch das Thema »Scham und Wiederherstellung von Würde« und Betroffene haben mit ihren persönlichen Erfahrungen beigetragen. Trost finden und heil werden ist möglich.

Preis: 14,- €

LIVE

**DEINEN KURS
FÜR'S LEBEN SETZEN**

Abenteuertouren für Männer
Angebote für Frauen
Beratung, HeartSync, Coaching, Intensivseelsorge

www.live-gemeinschaft.de

Jetzt Flyer
anfordern
für 2023!

Spring.

**Das einzigartige große Festival
für alle Christen und ihre Freunde**

6 Tage inspirierende Gottesdienste und Workshops mitten im Urlaubsgebiet. Mit Konzerten, Kleinbühnen und Gemeinschaft. Mit eigenem Programm für Kinder, Teens und Jugendliche. Und Kinderbetreuung ab 1 Jahr.



MR. JOY



VALERIE LILL

**Love
Wins**



JOANA
KARLGUTH



LOTTE
TELZER



JONNY VOM DAHL



SIBYLLE UND
STEFFEN BECK



SEBASTIAN
ROCHLITZER

10.-15. April 2023
in Willingen/Upland

Jetzt anmelden:
www.meinspring.de
Tel. 036741 21210

... UND NOCH VIELE MEHR!

SPRING
gehört zu:



Evangelische Allianz
Deutschland

Fotos: dethan/flickr.com; Bildnachweise: meinspring.de/programm

team-f braucht deine Spende

Mir fällt es schwer, nach Spenden zu fragen und ich weiß, dass es vielen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern von team-f genauso geht. Aber wir üben uns darin. Denn wie sollen unsere Freunde sonst erfahren, was team-f braucht?

Erst kürzlich kam wieder von einer Regionalleiterin die Frage, ob wir unsere Seminare nicht doch noch etwas günstiger anbieten könnten. Viele der Menschen in ihrem Umfeld schnalzen den Gürtel gerade enger und sparen an ihrer »Weiterbildung in Beziehungsfragen«.

Unser neues Programmheft ist gerade frisch gedruckt und alle Seminarhäuser haben die Preise erhöht. Leider gehen die Teilnehmerzahlen zurück. Außerdem melden die Teilnehmer sich äußerst spät an, sodass wir immer wieder dem Risiko begegnen, auf Stornogebühren sitzen zu bleiben.

Offen gesagt ist unsere Bilanz aktuell von Monat zu Monat negativ.

Das tut weh und muss gesagt werden. Im Leitungsteam und mit allen Mitarbeitern ringen wir um den richtigen Weg, machen neue Angebote und suchen nach neuen Wegen.

Dabei steht im Moment im Fokus, dass wir mit Hilfe neuer, junger und engagierter Mitarbeiter und der Digitalisierung noch sehr viel mehr Menschen mit der Guten Botschaft von Jesus und mit den team-f-Bildungsangeboten erreichen wollen. Aus dankbaren und im Herzen berührten Teilnehmern sind ja am Ende viele treue Spender geworden. Wir halten es für richtig,

jetzt nicht den Rotstift anzusetzen und zu sparen, sondern wir wollen mit voller Kraft weiter an der Digitalisierung arbeiten und unsere neu gewonnenen, jungen Mitarbeiter mit ihren Familien angemessen bezahlen.

Mich interessiert deine Meinung dazu. Ruf mich gerne an oder schreib mir eine E-Mail. Und, wenn dir die Arbeit von team-f am Herzen liegt und wenn es dir möglich ist, dann spende bitte für diesen wertvollen Dienst. ■

»Er kann euch so reich beschenken, ja, mit Gutem geradezu überschütten, dass ihr zu jeder Zeit alles habt, was ihr braucht, und mehr als das. So könnt ihr auch noch anderen auf verschiedenste Art und Weise Gutes tun.«

Korinther 9,8 HFA



Ulrich Menter

Geschäftsführer von team-f

Kontakt Geschäftsführung

☎ 0151 1515 2860
✉ u.menter@team-f.de

Spendenkonto

KD Bank eG Dortmund
DE66 3506 0190 2119 8950 17

Verwendungszweck:
Gute Botschaft

Jetzt einfach scannen und
bequem über PayPal oder mit
deiner Banking App spenden:



für beste Aussichten

Magazin fürs Füreinander
Ausgabe 01/2023



Weil Vorfreude die schönste Freude ist:
Das neue Magazin
»In Bewegung«
ist ab März 2023
erhältlich.

Es erwarten euch viele interessante Artikel rund um die Themen:

- Beziehungen in Bewegung
- biblische Ethik im Wandel der Zeit
- Wenn die Kinder aus dem Haus gehen
- Familie werden – Paar bleiben
- unerfüllte Lebenspläne – ausgebremst durchs Leben
- Veränderungsprozesse gut gestalten
- Übergänge im Leben von Kindern begleiten

Und weitere ...

Impressum

Herausgegeben von:
team-f e.V. – Christliche Seminare für
Einzelpersonen, Paare und Familien
Honseler Bruch 30, 58511 Lüdenscheld
T. 02351 98 59 48-0, F. 02351 98 59 48-10
info@team-f.de, www.team-f.de

team-f ist Mitglied der Evangelischen Allianz.
Seit dem 1. Juli 2011 ist team-f eine Partnerschaft
mit der Stiftung für Familienwerte eingegangen.

Redaktionsteam:
Sonja Brocksieper, Tanja Hutschenreuter,
Lena Knaack, Petra Miß, Sarah Schwarz,
Christian Siegling, Sebastian Trommer

Design und Prepress:
gobasil GmbH, www.gobasil.com

Druck:
medienzentrum süd, www.mzsued.de
Druck- und Satzfehler vorbehalten.

Fotos:
team-f, Istockphoto.com, alamy.com, unsplash.com:
Allen Taylor, Annie Spratt, Daria Mamont, Keren
Fedida, Nathan Dumlao, Eddie Kopp, Sincerely
Media, Daniel K Cheung, Andre Frueh, Kenny Krosky,
Brooke Cagle, Isaac Del Toro, Joshua Reddekopp,
Juliane Liebermann, Josue Michel, pexels.com:
Askar Abayev, Evgeniya Davydova, Jessica West,
Rodnae Productions, Henley Design Studio, Keira
Burton, Ready Made, Cottonbro, Jill Burrow, Ivan
Samkov, Lisa Fotios, Erik Mclean, Pavel Danilyuk,
Teresa Howes, Ron Lach, Elina Fairytale,
pixabay.com: kaboompics, mockupworld.co

Schutzgebühr: 2,80 €

für starke Familien

Entdecke unsere Seminarreihe »Familien stark machen«

Dieses Motto ist bei uns Programm, weil es uns nicht nur um starke Kinder, sondern um Familien insgesamt geht. In unseren Seminaren sprechen wir alle relevante Themen des Familienalltags an und gehen dabei flexibel auf die Bedürfnisse von Familien und Erziehungsverantwortlichen ein.



**Finde ein
passendes Seminar
in deiner Nähe:**



Unser Angebot für dich und deine Familie

Lerne unser abwechslungsreiches Programm kennen, das dir praxistaugliche Tipps für harmonische Beziehungen und einen entspannten Familienalltag bietet. Mit hilfreichen Erziehungsimpulsen möchten wir dir Sicherheit im Umgang mit Herausforderungen vermitteln und zu einem wertschätzenden Miteinander beitragen.

Ergänzend dazu findest du tolle Angebote, um die Beziehung zu deinen Kindern ganz praktisch an einem Wochenende zu stärken oder als Familie einen tollen Urlaub mit Erlebnis und Tiefgang zu erleben.