

Geschwister - Liebe,
Streit + Eifersucht



-lich Willkommen

- Warum streiten sich Geschwister?
- Können wir Streitigkeiten minimieren?
- Wenns verbal + körperlich intensiv wird.
↳ Möglichkeiten?



Über mich ...

Céline

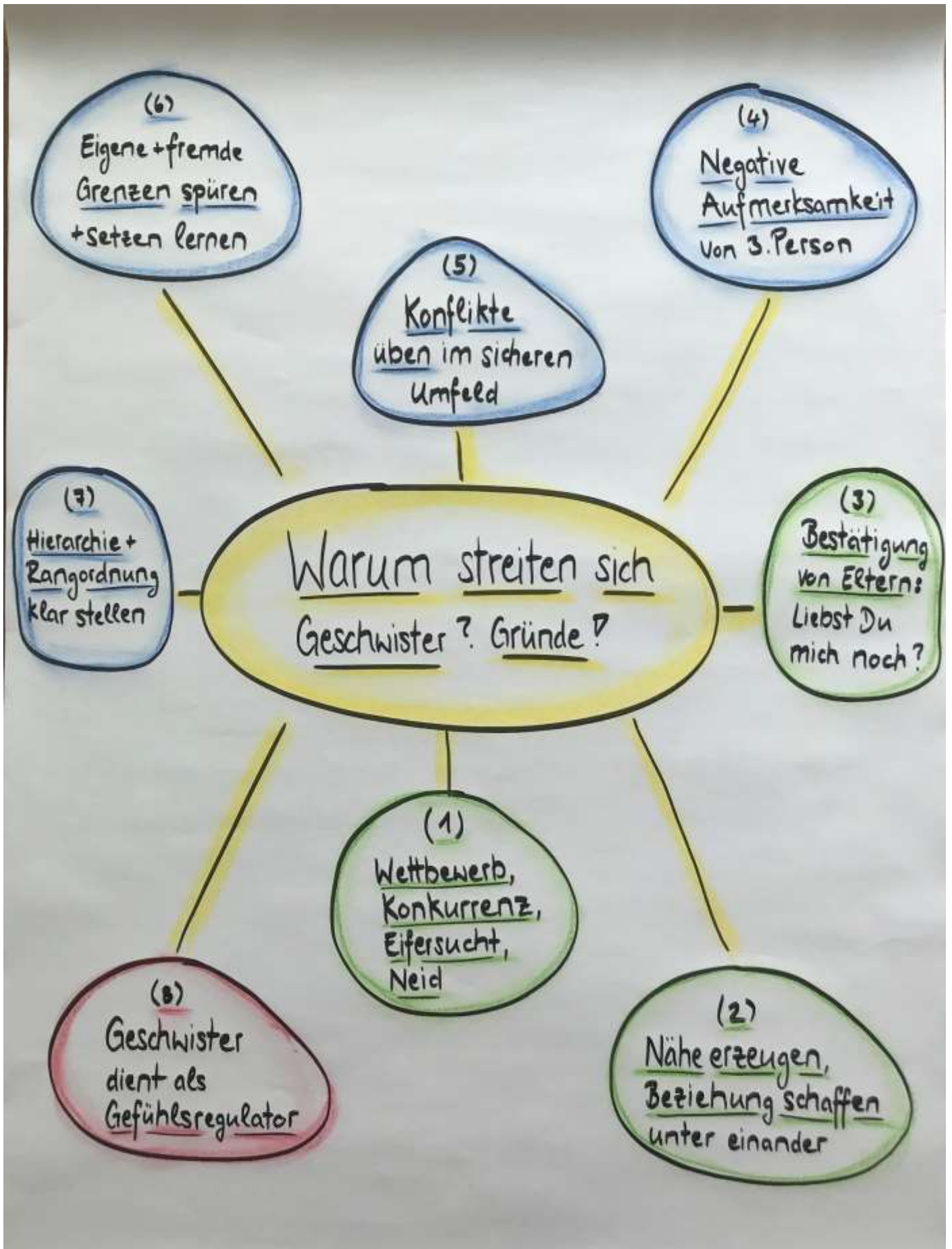
Individualpsychologischer Elterncoach +
Fachperson Erziehung (AAT-IP-Erziehung / SGIPA)

Mama 2-er Mädchen ♀♀

Coachings + Begleitung, Mamazeit, Workshops,
Kurse, Vorträge, Supervisionen,
Austausch, Transformation

für...

Eltern, Paare, Jugendliche, Kitas, Fachpersonen,
Frauen, Männer



Was ist ein Konflikt?



Beispiel: Beeren

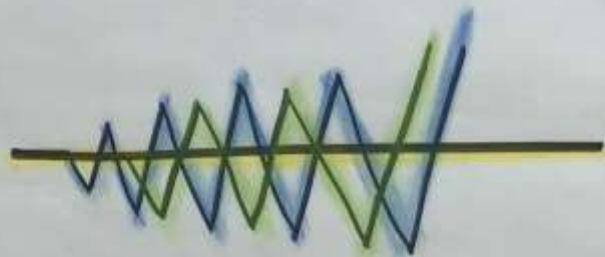
Sandra + Peter Müller

mit Laurin + Lara (3,5 + 1,5 J.)

- Hypothese?

↳ Gefühle / Bedürfnisse / Glaubenssätze / Gedanken

Was geschieht?

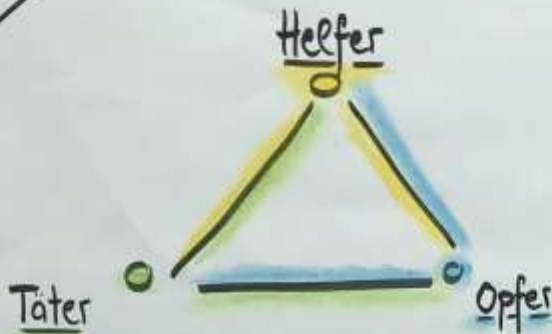


Eisberg



Phänomen Zahnpasta-Tube

3. Person im Konflikt



Dreieck entsteht!

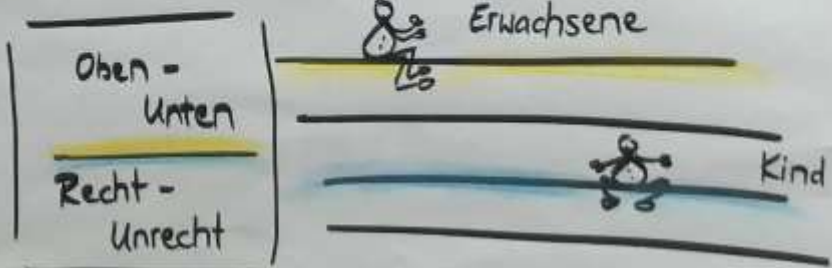


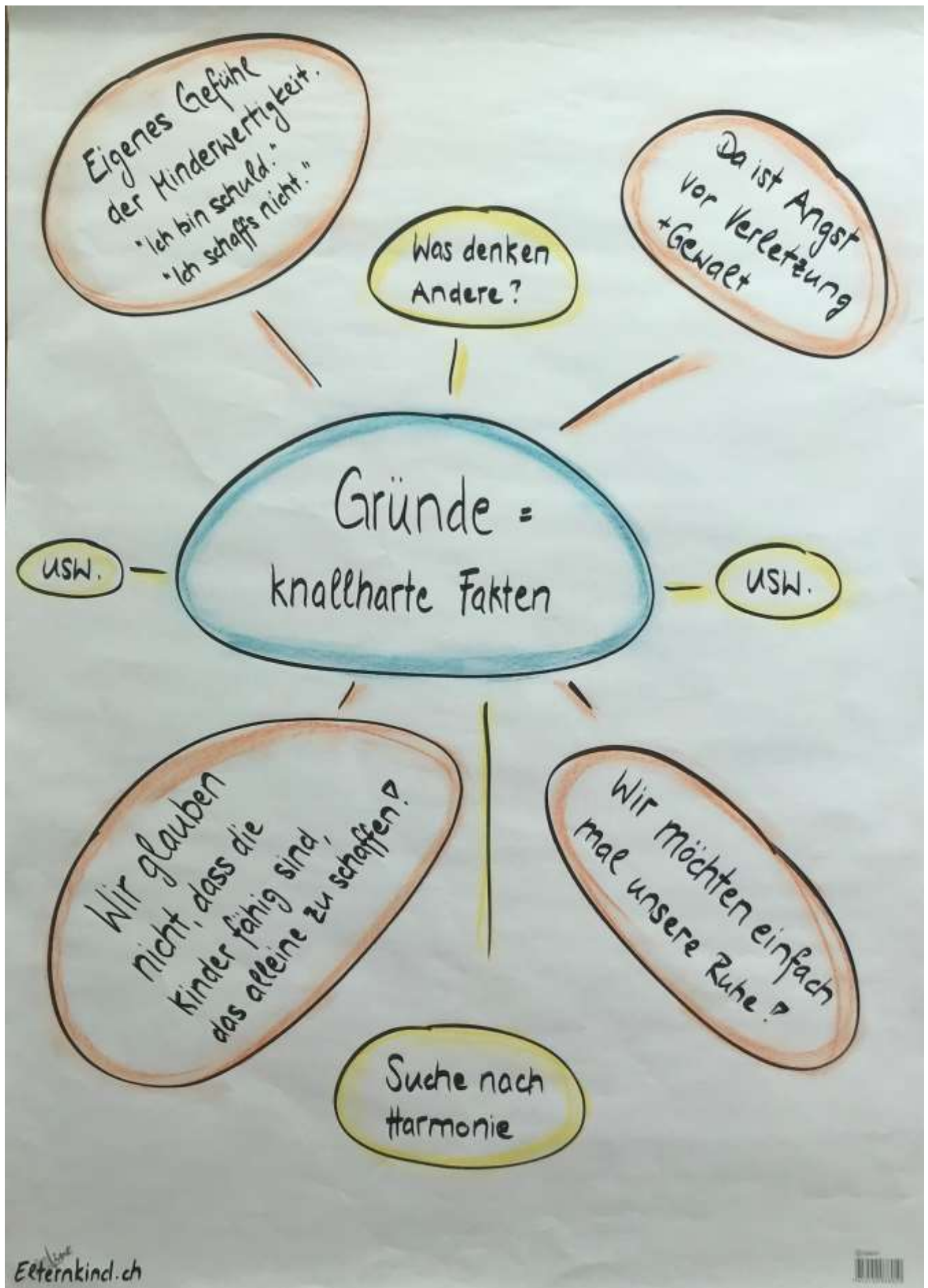
Richter = Helfer oder Täter ?



Hand aufs Herz

-Wem ist das noch nie passiert?





Oberstes Ziel, Devise

=

Wir halten uns raus !!!

$\frac{1}{2} - \frac{2}{3}$ der Streitigkeiten lassen sich
dadurch minimieren (sagen Fachkräfte)



It's not my business...

Freizeit

Pause



Ohm...



Das hilft...



Innere Fragen

- Wird es teuer?
- Gibt es Verletzte?
- Sind sie genügend Alt?
- Wie würde ich bei einem Erwachsenen reagieren?
- Geht es mich wirklich etwas an?

Innenschau

- Ich kümmere mich um mich + mein inneres Kind?
- Was halte ich kaum aus?
- Was für ein Film geht in mir ab?
- Wie kann ich mir helfen?

Ich-Botschaft / ♥-Botschaft

- ... Wenn ... (Geschehnis / Ist / Fakt)
- ... Dann ... ("Macht das mit mir")
- ... Wunsch ... (Sehne mich / Möchte / Bedürfnis)
- ... Bitte ... (Meine Bitte, Lösung, Idee, Einladung)

"Mir ist das zu laut, wenn Ihr so streitet. Ich sehne mich nach Ruhe. Ich möchte mich konzentrieren. Könnt Ihr bitte in Eurem Zimmer streiten?"

Beispiel

Elternkind.ch

Wie können wir als Mediator,
Streit-Schlichter unterstützen?

1



2

Streithähne trennen!



3

Abkühlen / runter fahren



4

Aktiv Zuhören / Erzählen lassen



→ Worum gehts? Ziele? Bedürfnisse? Gefühle? Gedanken? Wünsche?

5

Spiegeln - Perspektivwechsel - Ziel - Lösung?





Kampfarena mit Kampfregeln



Umlenken -
Positives

Code-Red

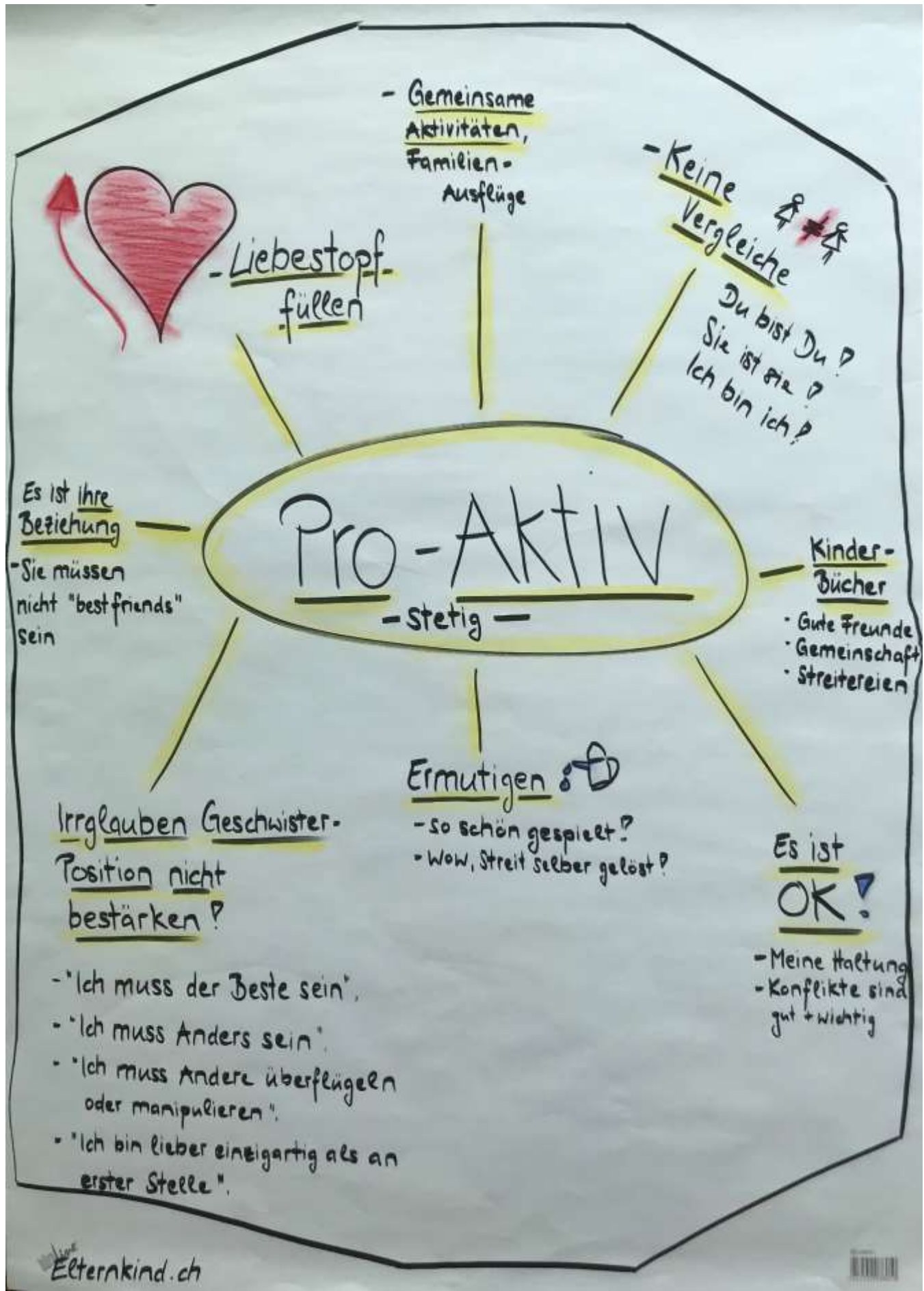


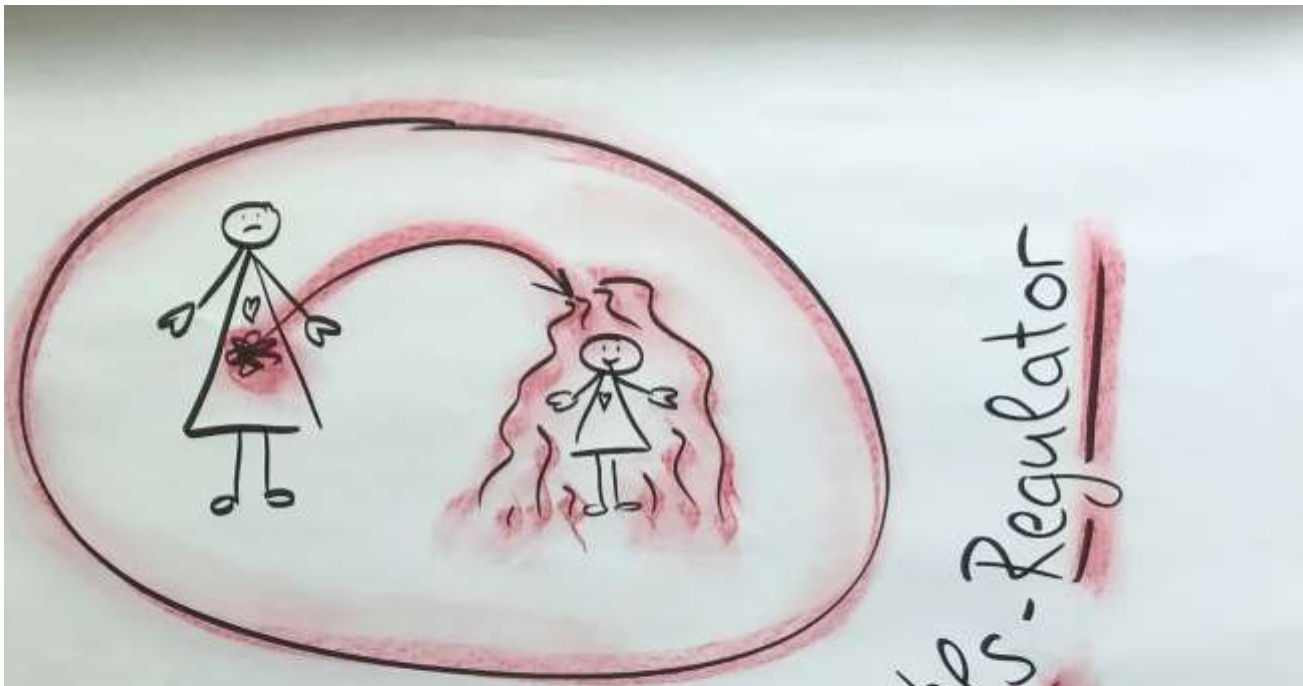
Pro-Aktiv ?
- stetig -

Hilft für...

- ♥ Konkurrenz - Gefühle
- ♥ Eifersucht
- ♥ Nähe
- ♥ Beziehung
- ♥ Liebst Du mich noch?







Geschwister als Gefühls-Regulator

Gefühls-Training

Stress-Abbau

Frustrations-Toleranz

Fazit

① Totale Harmonie
gibt es NICHT



② Geschwister streiten sich.
Das ist NORMAL



③ Was kann ich TUN
für mich

