

Die Familie wächst

Liebe Eltern,

herzlichen Glückwunsch, freudig durften wir erfahren, dass eure Familie wächst. Das ist großartig, spannend und ganz wunderbar. Sicherlich kreisen in eurem Kopf viele Gedanken zum Thema.

Auch für den älteren Bruder oder die große Schwester wird es Veränderungen geben, die viele Fragen und Gefühle mit sich bringen. Gerne unterstützen wir euch in dieser sensiblen Lebensphase. Sprecht uns einfach an, wir freuen uns diesen besonderen Abschnitt in eurem Leben ein Stück begleiten zu dürfen.

In diesem kleinen Handout findet ihr ein paar praktische Tipps und Anregungen, um euch zusammen auf die Ankunft des neuen Familienmitgliedes vorzubereiten. Download?

Herzlichst euer Team vom Kinderhaus Wulle

1. Wie könnt ihr euer älteres Kind begleiten?

- Offen und altersgerecht sprechen.
- Erzählt zu gegebener Zeit von der Schwangerschaft und bezieht das Kind mit ein (z.B. beim Streicheln des Bauches oder beim Ausschauen von Babysachen).
- Lest altersentsprechende Bücher über Geschwister und sprecht über das Baby. Gemeinsam lesen hilft die neue Situation zu verstehen. Entsprechendes Material wie Bilderbücher und Geschichten könnt ihr gerne bei uns ausleihen.

2. Positive Verstärkung - Emotionen begleiten

- Betont, dass das ältere Kind eine wichtige Rolle als großer Bruder oder große Schwester hat und weiterhin geliebt und gebraucht wird.
- Bewusst Zeit schenken:
Plant bewusst Zeit ein, kleine Rituale mit dem „großen Geschwisterkind“. Auch wenn es nur ein paar Minuten sind. Exklusive Mama- oder Papa-Zeit ist wichtig.
- Vermeidet es, das große Kind zu „dem Großen“ zu machen – es darf weiterhin noch klein sein und Aufmerksamkeit bekommen.
- Gefühle zulassen:
Es ist völlig normal und wichtig, dass gemischte Gefühle auftreten. Freude, Wut und Unsicherheit liegen eventuell nah beieinander. Nehmt diese Gefühle ernst und gebt ihnen Raum darüber zu sprechen.

3. Alltag mit mehreren Kindern organisieren

- Helferrolle anbieten:

Lasst euer Kind Aufgaben übernehmen: z.B. Windeln holen, beim Wickeln helfen oder lasst es etwas vorsingen. Das stärkt das Selbstwertgefühl und vermittelt vor allem gebraucht zu werden.

5. Eifersucht!?

Der Familienzuwachs steht oft im Mittelpunkt des Geschehens, dadurch hat „das ältere Kind“ nicht mehr eure ungeteilte Aufmerksamkeit, da sich Alltagsroutinen gravierend verändern.

- Ein paar Tipps hierzu:
Bitte nicht vergleichen! Jedes Kind ist einzigartig und wunderbar.
Versucht Sätze wie: „Schau mal, das Baby ist so lieb“ oder „Sei leise, das Baby schläft gerade“ zu vermeiden, bietet Alternativen an, wie z.B. „Das Baby schläft gerade, lass uns etwas spielen.“
- Geduld haben und Gemeinsamkeiten schaffen:
Schenkt eurem Kind positive Aufmerksamkeit, seid stolz und lobt.
- gutes Verhalten („Danke, dass du mir die Windel geholt hast. Du bist mir eine große Hilfe.“)

6. Äußere Einflüsse und wie ihr damit umgehen könnt

- Jeder hat eine Meinung dazu, wie man ein Baby „richtig“ versorgt. Auch in den sozialen Medien gibt es unzählige Meinungen und Darstellungen von der perfekten Familie. Diese Bilder und Filme vermitteln schnell ein unrealistisches Bild und können somit den Perfektionsdruck erhöhen.
- Tipp:
Seid aufmerksam und versucht herauszufiltern, was für euch, in eurer individuellen Situation passt. Ihr seid die Eltern – ihr kennt euer Baby und eure Familie am besten. Lasst euch nicht verunsichern, hört auf euer Bauchgefühl und setzt Grenzen, wenn es euch zu viel wird.

7. Kindergartenalltag

Ob das ältere Geschwisterkind nach der Geburt des Babys sofort in die Kita gehen sollte oder eine Pause sinnvoll ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab. An erster Stelle steht eure Familie. Gebt euch Zeit zum Kennenlernen und gestaltet euren neuen Alltag gemeinsam.

Ein sanfter Übergang in die Kita ist wichtig. Vielleicht ist es euch möglich euer „großes Kind“ ein paar Tage zu Hause zu lassen, oder es auch mal früher abzuholen.

So hat euer Kind die Möglichkeit sich schrittweise an die neue Familiensituation zu gewöhnen. Wenn es an der Zeit ist, besucht gemeinsam mit dem Baby die Kita und zeigt dem „großen Kind“, dass beide Welten verbunden sind.

Fazit:

Es gibt nicht „die Lösung“ – es kommt darauf an, was für eure Familie am besten passt. Wichtig ist, dass das ältere Kind sich weiterhin geliebt und eingebunden fühlt, egal ob es in die Kita geht oder zu Hause bleibt.