







Stephanie Schneider

DER KLEINE STREITBERATER

Familienkonflikte lösen mit
Herz und Verstand

Mit Illustrationen von Kai Pannen

Kösel





Es geht nicht darum, nie mehr zu streiten.
Es geht darum, immer klüger zu streiten.

Inhalt

Vorwort	4	Trotzen ist nicht streiten	19
Streit ist normal	6	Streiten ist gut	20
Starke Kinder streiten	7	... Eskalation ist schlecht	21
Streiten ist das Gegenteil von		Helfen Sie Piet	22
Gleichgültigkeit	8	Die Auszeit	24
Streiten Sie nicht mit jedem!	9	Verzichten Sie auf Kanzlerduelle	26
Erwarte ich zu viel ?	10	Zettelwirtschaft	27
Streicheleinheiten für Streithammel	12	Geschwister streiten	28
Wenn zwei sich streiten,		Macht das unter euch aus!	30
machen alle mit	13	Meine Streitschlichter-Taktik für	
Die Urlaubsübung	14	Mamas und Papas	32
Was kann ich tun, damit es dir		Schwamm drüber	36
besser geht?	16	Versöhnung feiern	38
Drücken Sie die Pausentaste	18	Der nächste Streit kommt bestimmt	40

Vorwort

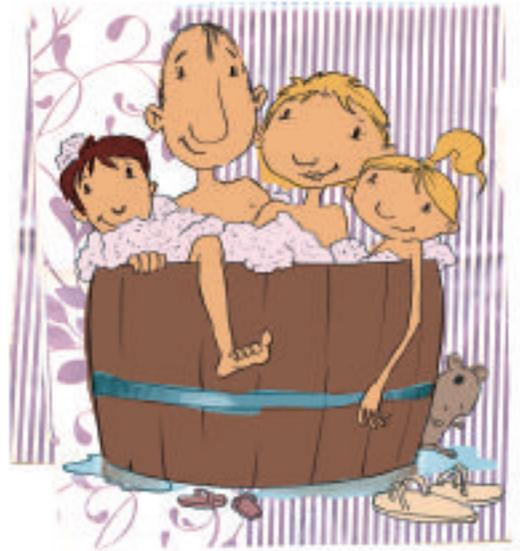
Nein, nicht alle Familien streiten sich. Angeblich gibt es irgendwo in München ein paar Menschen, die sich noch nie ein böses Wort an den Kopf geworfen haben. Und auch in Karlsruhe, so erzählt man sich, wohnt eine solch außergewöhnliche Familie.

Aber alle anderen tun es. Die einen mehr und die anderen weniger. Bei den einen bleibt es bei harmlosen Alltagsreibeien, andere sehen sich bitter enttäuscht vor dem Familienrichter. Und die große Mehrheit liegt wahrscheinlich irgendwo dazwischen.

Meine eigene Familie würde ich auch irgendwo dort einordnen. Meine Familie, das sind mein Mann Jens, meine Kinder und ich. Wir geraten uns seit Jahren in schönster Regelmäßigkeit in die Haare und die ersten pubertären Anwendungen lassen nicht darauf hoffen, dass es in den nächsten Jahren ruhiger bei uns wird.

Wir vier streiten uns mit großer Leidenschaft und Ausdauer. Das heißt aber nicht, dass es uns Spaß macht. Oh nein. Eigentlich ist es jedes Mal aufs Neue schrecklich.

In solchen Situationen, in denen es bei uns hoch her geht, hätte ich gerne einen Berater. Jemanden, der mich an die Hand nimmt und mich an all die nützlichen Gedanken und Tricks



erinnert, die ich im Eifer des Gefechts so leicht vergesse. Einen kleinen Streitberater eben. Dieses Buch wird Ihnen wohl kaum dabei helfen können, sich nie mehr zu streiten. Aber es möchte ...

- ... Sie trösten und daran erinnern, dass Sie mit diesem Problem nicht alleine, sondern in guter Gesellschaft sind.
- ... Ihnen dabei helfen, etwas Abstand zu bekommen.
- ... Sie immer wieder daran erinnern: Ihr Streit hat nichts mit Ihrer Qualifikation als Vater oder Mutter zu tun. Gute Mütter und Papas streiten, und zwar alle!
- ... Ihnen ein paar Denkanstöße liefern und konkrete Tipps geben.

Jede Familie ist besonders und streitet anders. Probieren Sie aus, was Ihnen gefällt. Vielleicht finden Sie in dieser Sammlung genau jenen Tipp, der Ihnen und Ihrer Familie gut tut.

Ihre **Stephanie Schneider**



Streit ist normal

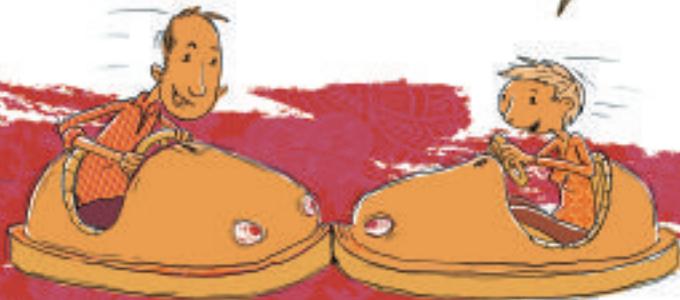
Früher haben Jens und ich uns bemüht, dass niemand die ewigen Streitereien zwischen uns und den Kindern bemerkt. Was haben wir für einen Aufwand betrieben! Unter dem Vorwand, uns seien die Heizkosten zu hoch, haben wir sogar den Vermieter überredet, die Außenfassade zu dämmen. Dabei sollte in Wahrheit nur nicht immer die ganze Nachbarschaft mitbekommen, wenn unserer Sprösslinge mal wieder lautstark »Ich tue was, was du nicht willst« miteinander spielten.

Aber lohnt sich das, so viel Energie zu investieren, nur um den schönen Schein zu wahren und anderen Friede-Freude-Eierkuchen vorzuspielen?

••••• Streit ist ganz normal. •••

Statt uns also im Supermarkt extra hinter die Kühltheke zu verkriechen, um uns wegen Emmentaler oder irgendeinem anderen Käse anzumachen, haben wir inzwischen lieber das Motto gewechselt. Mit der Einstellung »Sorry, aber wir sind nun mal so!« läuft es im Alltag deutlich besser.

»Seit wir nicht mehr so viel Zeit und Kraft auf den schönen Schein verwenden, haben wir viel mehr davon übrig, um uns zu einigen.«



Starke Kinder streiten

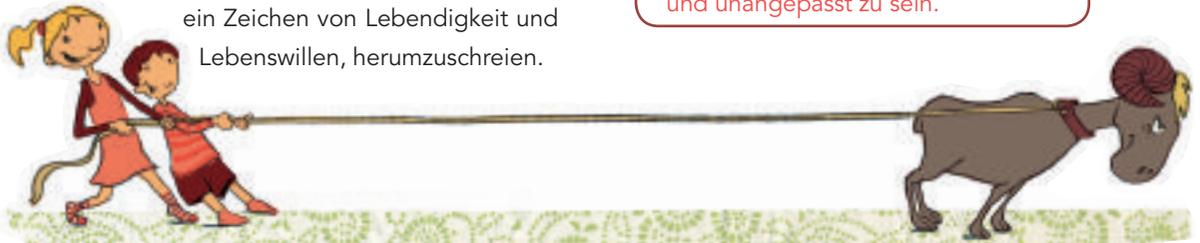
Ich geb's ja zu: Manchmal würde ich selbst meine heißgeliebte rosa Handtasche dafür geben, um aus meinen Kindern ein paar pflegeleichte Musterexemplare zu machen: reibungslos funktionierende Drittklässler, die bei bestem Freibadwetter die Lebensdaten von Picasso büffeln, statt die berechtigte Frage »Wozu soll das gut sein?« mit mir zu diskutieren. Oder sanftmütige Engel, die sich höflich bei der Oma für das geblümete Stirnband bedanken, statt heulend darauf zu verweisen, dass sie sich ausdrücklich das Sammelalbum zur nächsten Fußball-WM gewünscht haben.

Gott sei Dank geht nicht jeder meiner Wünsche sofort in Erfüllung. Denn was macht ein Kind als Erstes, wenn es auf die Welt kommt? Es schreit. Und alle Anwesenden freuen sich darüber. Zu Recht, denn in dem Moment ist es ein Zeichen von Lebendigkeit und Lebenswillen, herumschreien.

Manchmal ist Randalie einfach das Gegenteil von Resignation und Schwäche. Starke Kinder kuschen nicht oder verfallen in Lethargie. Sie lassen sich nicht alles gefallen, sondern engagieren sich und hauen auch mal mit der Faust auf den Tisch (und mit dem Fuß gegen das Schienbein der großen Schwester), wenn ihnen etwas ungerecht vorkommt.

Das ist ganz schön anstrengend. Allen Familien, die trotzdem nicht jeden Streit gleich abügeln, gebührt deshalb der goldene Streithammel am Bande.

Eltern, die Streit aushalten können, sind unbezahlbar! In der Welt unserer Kinder gibt es wenige Orte, an denen sie ermutigt werden, laut und unangepasst zu sein.



Streiten ist das Gegenteil von Gleichgültigkeit

Sie regen sich auf, weil Ihre beste Freundin so wenig Zeit für Sie hat? Es ärgert Sie, dass Ihr Sohn sich immer noch nicht um einen Praktikumsplatz gekümmert hat? Sie werfen Ihrer Frau vor, dass sie Ihren Hochzeitstag vergessen hat? Und Sie glauben, die Tatsache, dass Sie sich streiten, sei ein sicheres Zeichen dafür, dass sich Ihre Beziehung momentan in einer Krise befindet? Von wegen! Die echte Krise fängt da an, wo Ihnen das gleichgültig ist.

All diese nervigen Vorwürfe und Klagen veraten dem Gegenüber: »Du bist mir so wichtig, dass ich mich aufrege. Wenn ich für etwas kämpfe, dann zeigt das, dass es mir nicht egal ist.« Wenn Sie und Ihre Liebsten also immer wieder in Streit geraten, dann heißt das nicht automatisch, dass Sie eine unsympathische, herzlose Familie sind. Ganz im Gegenteil. Eigentlich streiten wir uns immer wieder, weil uns viel aneinander liegt. Oder um es mit den

klugen Worten der Schauspielerin Anna Thalbach zu sagen:



In innigen Beziehungen wird auch innig gestritten.

Sind Sie jemand, der leicht ins Diskutieren kommt? Herzlichen Glückwunsch. Vermutlich gehören Sie zu jenen Persönlichkeiten, die Anteil nehmen am Leben der anderen. Denken Sie nur an Nelson Mandela oder Pippi Langstrumpf, die sind ja auch nicht gerade dafür bekannt geworden, dass sie Konflikten und großen Gefühlen aus dem Weg gegangen sind.