



Familienschule Fulda

Wir machen die Familie stark.

Geschwister werden

Stell dir vor, Du kommst abends von der Arbeit nach Hause und Dein Mann sitzt mit einer fremden Frau im Arm auf dem Sofa und sagt liebevoll zu Dir: „Hallo Schatz, das ist die Andrea, meine neue Zweitfrau, sie wohnt ab heute bei uns und ich habe euch beide gleich lieb!“ So oder ähnlich fühlen sich Erstgeborene eventuell nach der Geburt ihres Geschwisterchens.

Aber: es gibt viele Möglichkeiten, erstgeborenen „Einzelkindern“ den Weg ins Geschwisterleben zu erleichtern:

Vorbereitung des Geschwisterkindes in der Schwangerschaft

Kind an Vorbereitungen für Geschwisterchen beteiligen:

- o beim Aufbauen des Bettchens helfen
- o seine alten Babysachen für das Geschwisterchen heraussuchen helfen
- o ein Bild für den Wickeltisch malen
- o einige abgelegte Baby-Spielsachen als Geschenk für das Baby heraussuchen
- o Wickeln an Puppe üben
- Kontakt zu Familien mit Säuglingen suchen, um das Kind an den Umgang mit Babys zu gewöhnen
- Mit werdenden großen Schwester oder Bruder an Babypuppen Wickeln, Waschen, Füttern üben
- Von der Zeit erzählen, als es selbst in Mamas Bauch gewachsen ist und ein Baby war, Fotos zeigen
- Strampelndes Baby im Bauch streicheln, Kind ermuntern mit Baby im Bauch zu reden
- Mamas Bauch eincremen
- Ab ca. 4 Jahren ist auch das Mitnehmen zur Ultraschalluntersuchung sinnvoll
- Jetzt schon Vater, Oma, Opa, Tante, Onkel, Freundin vermehrt einbeziehen-> Erstgeborene gewöhnen sich schon mal daran und Mama hat mal eine Verschnaufpause

Betreuung des Geschwisterkindes während der Geburt

- Kind vorbereiten, dass Mama, wenn die Geburt ansteht, einige Zeit von zu Hause weg sein wird, aber auf jeden Fall wiederkommt!
- Mit Geschwisterkind schon mal die Wochenstation im Krankenhaus besuchen, aber nicht mit zur Kreißsaal-Führung nehmen!
- Betreuungsperson sollte einigermaßen vertraut sein -> mind. 4 Wochen vorher eingewöhnen!
- Neues spannendes Spiel-, Bastelzeug besorgen, dass die Betreuungsperson während der Geburt bereithält:
 - o Knetepresse
 - o Bunte Maisklebesteine
 - o Neues Lego- oder Playmobilteil
 - o Puppe o Malzeug



Familienschule Fulda

Wir machen die Familie stark.

Der erste Kontakt

- So früh wie möglich, sobald Ihr Euch einigermaßen fit fühlt.
- Schön, wenn Ihr vor Geburt ein eigenes Geschenk mit dem Geschwisterkind besorgt, bastelt, herausucht, dass es beim ersten Besuch des Babys mitbringen kann.
- Das Streicheln, Küssen des Babys ist erlaubt! Fragen, ob das Kind das möchte! Nicht traurig sein, wenn nicht, es wird selber irgendwann damit beginnen.
- Mama oder Papa setzen sich breitbeinig aufs Bett/Sofa, den Rücken angelehnt, Geschwisterkind zwischen den Beinen, dann kann es mit Unterstützung das Baby halten. o Geschwister auch wickeln lassen, sofern schon möglich, beim Baden assistieren lassen
- Entthronungs-Schock für Erstgeborene! Es möchte vielleicht auch wieder klein sein, damit es auch so viel Aufmerksamkeit bekommt wie das Baby.
- Nicht an Selbstständigkeit und Vernunft des größeren Kindes appellieren!
- Zur Geburt des Babys dem Geschwisterkind eine lebensechte Babypuppe schenken mit Puppenwagen und / oder Tragetuch. Es hat auch ein Baby, um das es sich kümmern kann. Das es auch stillen kann, wenn die Mama das Baby stillt.
- Die Eltern sollten auf Eifersucht verständnisvoll und nachsichtig reagieren. Auch wenn Ihr Euch in diesem Moment über das Kind ärgert, nehmt es in dem Arm, versucht ihm einen Moment ungeteilte Aufmerksamkeit zu schenken.
- Das erstgeborene Kind sollte jetzt möglichst viel Aufmerksamkeit vom Vater oder Großeltern bekommen.
- Prinzen- / Prinzessinnenstunde: ½ Stunde am Tag oder 1 – 2 Stunden in der Woche nur mit Mama oder Papa etwas machen – ohne Baby!
- Besondere Privilegien des älteren Kindes deutlich machen: länger aufbleiben als das Baby, Fahrrad fahren, Pommes und Eis essen dürfen, Fernsehen, Messer & Gabel benutzen. □ Einbeziehen in Vieles was das Baby betrifft, ist das A & O der Gewöhnung! Auch Zweijährige mal um Rat fragen: „Was meinst Du, sollen wir dem Baby heute einen roten oder einen gelben Strampler anziehen?“
- Viel Verständnis für die Nöte großer Geschwister zeigen!
- Nicht zu früh, nicht zu viel! Also frühestens nach drei Wochen.
- Habt nicht den Anspruch, perfekte Gastgeber/in zu sein.
- Wichtig: Erinnert euren Besuch vorher daran, das Erstgeborene genauso zu beachten, wie das Baby! Also auch zuerst begrüßen und dann erst das Baby.
- Bittet den Besuch, nicht speziell etwas für das Baby zu schenken, sondern für Euch Eltern, das ist auch für das Geschwisterkind leichter zu verkraften. Oder bittet darum, auch Eurem Erstgeborenen ein kleines Geschenk mitzubringen.



Familienschule Fulda

Wir machen die Familie stark.

Nach der Geburt - Die Geschwister

Besuch

- Geschenke: Gutschein für eine Mittags-Mahlzeit, Kuchen, Sekt, Blumen, Entspannungs-CD, Babysitting-Gutschein, Sauna-Gutschein, Gutscheine aus Babyfachgeschäften.
- Geschwisterkind darf dem Besuch das Baby zeigen: steht als Wegweiser im Mittelpunkt.
- Besuch bitten, mit dem Geschwisterkind etwas zu spielen oder zu basteln.
- Bastelkiste mit Material für diesen Fall vorbereiten: Fensterbilder fürs Baby-Zimmer oder eine Art Mobile: Nehmt einen Stab, bringt ein Band an beiden Enden an. Jeder Besucher bastelt jetzt mit dem älteren Kind ein Teil aus Filz, Moosgummi, bunter Pappe etc. das mit einem Faden an den Stab geknotet wird, so wächst ein schönes Mobile für den Wickeltisch.
- Stillen: Ältere Kinder können ins Stillen einbezogen werden: z.B. Utensilien (Hocker, Spucktuch...) holen lassen, erklären wie das Baby beim Stillen richtig liegt und es dann fragen, ob das Baby so richtig liegt.
- Beim Stillen dem Kind etwas vorlesen, oder Lieblingskassette hören lassen, dann fühlt es sich nicht ausgeschlossen.
- Zu Stillzeiten Kekse, Obst, Getränke für das große Kind bereitstellen oder etwas ausräumen lassen etc..
- Kind vorschlagen, Teddy oder Puppe zu stillen, Teddy Seite wechseln lassen, aufstoßen lassen, Bauch massieren, Windeln wechseln.

Denk daran, dass du als Mutter/Vater von mehreren Kindern auch Erholung nötig hast!!

Literatur- & Internet-Tipps:

Ratgeber

- Hilsberg, Regina: „Wenn das zweite Kind kommt – Schwangerschaft, Geburt und erstes Lebens-jahr“ Velber-Verlag, 2003, 12,90€
- Schaeffler, Stefanie: „Was mit dem Zweiten anders wird...“ Südwest-Verlag, 2003, 7,95€
- Bleier, Bianka & Schilling, Birgit: „Besser einfach – einfach besser. Das Haushalts-Survival-Buch“, R. Brockhaus Verlag, 12,90€
- Nilsson, Lennart: „Ein Kind entsteht“ Bilddokumentation über die Entwicklung des Lebens im Mutterleib, 1999, Mosaik-Verlag

Kinder-Bilderbücher

- „Ein Baby für uns alle“, Gunilla Hansson, Ravensburger Buchverlag
- „Conny und das Neue Baby“ Pixi-Buch Nr. 931



Familienschule Fulda

Wir machen die Familie stark.

- „Süße Milch für Jules Bruder“. Das Stillbüchlein von Uta Fischer, Beate Wollmann, Sabine Friese-Berg. Pixi-Format, Mabuse-Verlag 2018, ISBN: 9783935964272
- „Die Taufe von Niels“ Pixi Buch Nr. 1082
- „Fossie bekommt ein Geschwisterchen“ Muppet-Press, Ehapa Verlag
- „Ein Baby für Klara“ Gunilla Hansson, Ravensburger Buchverlag
- „Klara will spielen“ Gunilla Hansson, Ravensburger Buchverlag
- „Das sind wir“ Eva Scherbarth, Ravensburger Buchverlag
- „Babygeschichten vom Franz“ Christine Nöstlinger, Oetinger-Verlag
- „Busi sagt Henriette – Eine Geschichte vom Stillen“ Edith Seitz, Edition Buntehunde
- „Ich will auch Geschwister haben“ Astrid Lindgren, Oetinger-Verlag
- „Hallo Baby“ Mick Manning + Brita Grandström, Brunnen Verlag
- „Woher die kleinen Babys kommen“ Wieso-weshalb-warum-Aufklappbuch, Ravensburger-Verlag