

Vorbereitung ist das halbe Geschwisterleben

Ein zweites Baby kommt . . .

Vielleicht sind Sie eine jener Mütter, die gerade ihr zweites Baby erwarten. Sie erinnern sich noch an die Zeit, als sie Ihr erstes Baby bekommen haben, und ohne es vielleicht zu wollen, ziehen Sie bereits die ersten Vergleiche.

Wie war die erste Schwangerschaft, wie die ersten Momente mit dem Baby? Ihr Alltag ist jetzt ein ganz anderer. Sie haben schon ein Kind und wissen, was es bedeutet, Ma-

ma zu sein. Sie kennen die Abläufe bereits – mit einem Baby.

Die Frage, die Sie sich jetzt stellen, betrifft vielmehr die Veränderungen, die sich aus der neuen Situation ergeben. Wie wird ihr „Großes“ auf das neue Baby reagieren? Werden die beiden gut miteinander auskommen oder viel streiten? Was können Sie tun, um ihr älteres Kind auf das neue Geschwisterchen vorzubereiten?

Informieren Sie Ihr Kind altersgerecht von dem bevorstehenden Ereignis

Wie Sie Ihr Kind über das Baby informieren, das hängt sehr vom Alter ihres Großen ab. Kleineren Kindern erzählen Sie besser erst ein paar Monate vor dem Geburtstermin davon, sie können das Ausmaß noch nicht abschätzen. Kindern im Vorschul- bzw. Schulalter können Sie bereits am Anfang ihrer Schwangerschaft davon erzählen.

Achten Sie darauf, dass Sie Ihrem Kind keinen neuen Freund oder Spielkameraden versprechen. Ihr Großes wäre sehr enttäuscht, denn das kleine Baby wird zu Beginn fast nur schlafen, und so stellen sich Kinder keine Spielkameraden vor. Besser ist es, wenn Sie ihm erzählen, dass Sie sich eine größere Familie wünschen.

Reden Sie mit Ihrem Kind über kleine Babys

Es ist wichtig, dass Sie Ihrem Kind realistisch davon erzählen, wie das Leben mit einem Baby verläuft. Kleine Babys weinen, sie schlafen viel, sie können weder spielen noch herumlaufen. Sie können Ihrem Kind auch Fotos zeigen, wie es selbst als Baby ausgesehen hat. Wenn Sie Freunde mit einem Baby



Mag. Mag. Manuela Oberlechner

Psychologin, Trainerin, Begründerin
www.family-support.net

haben, dann könnten Sie diese besuchen und Ihr Kind könnte ausprobieren, wie man mit einem Baby umgeht. Vielleicht darf es einmal ein Baby halten, und Sie könnten es loben, wie gut es das schon macht.

Binden Sie Ihr Großes ein

Sie können Ihr größeres Kind einbinden, indem Sie gemeinsam ein Geschenk für das Baby basteln. Eine gute Idee ist auch, wenn das Baby für das größere Geschwister ein Geschenk mitbringt – etwas, das Sie organisieren könnten, um diese neue Beziehung von Anfang an positiv zu gestalten.

Beginnen Sie rechtzeitig mit Veränderungen im Tagesablauf

Es ist sehr wichtig, dass Veränderungen im Tagesablauf rechtzeitig geplant werden, damit das große Geschwister sich nicht benachteiligt fühlt. So sollten Sie ihm den Hochstuhl nicht dann wegnehmen, wenn das Baby gerade auf die Welt gekommen ist oder zu sitzen beginnt, sondern schon lange bevor es auf die Welt kommt. Ebenso verhält es sich mit dem Eintritt in den Kindergarten oder dem Ausziehen aus dem elterlichen Schlafzimmer. Alles, was Ihrem älteren Kind das Gefühl gibt, dass man es loswerden will, sollten Sie tunlichst vermeiden.



Foto: Shutterstock