

Brüderlein und Schwesterlein – Innige Verbundenheit und Streit bis aufs Blut. Was Geschwister-Forscher heute über die längste Beziehung in unserem Leben wissen und wie Familienkonflikte bewältigt werden können

von Ulrike Bartholomäus



Ulrike Bartholomäus
ulrikebartholomaeus.de

Sie streiten miteinander bis aufs Blut und helfen im nächsten Moment dem anderen liebevoll. Sie kennen die Schwachpunkte des anderen und nutzen diese mitunter gnadenlos aus. Das Verhältnis unter Geschwistern ist häufig ambivalent. Brüder und Schwestern können eine wichtige Resource sein, Verbündet und Seelenverwandte. Streiten sie dauerhaft, kann dies aber auch der Familienfrieden belasten und alle Beteiligten zermürben.

„Zu niemanden haben wir eine so lange und unauflösliche Beziehung wie zu unseren Geschwistern,“ weiß die Erziehungswissenschaftlerin und Psychotherapeutin Inés Brock-Harder. Die Vorsitzende des Bundesverbandes für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie forscht seit vielen Jahren zu dem Thema. Sie lehrt an der Diploma Hochschule MEU im Masterstudiengang Klinische Psychologie in Magdeburg.

„Ich habe selbst vier Söhne und bin seit einiger Zeit Großmutter. Mich hat wissenschaftlich interessiert, was ich täglich zu Hause beobachtet habe,“ so die 58-jährige Forscherin. In ihrem Buch „Geschwister verstehen. Professionelle Begleitung von Kindern und Erwachsenen“ (Reinhard Verlag) beschreibt sie die verschiedenen Entwicklungsphasen von Geschwistern.

„Grundsätzlich wissen wir heute, dass ein günstiger Altersabstand zwischen drei bis vier Jahren zwischen den Kindern ist. Dann konkurrieren diese nicht so stark miteinander.“ Sei der Abstand kleiner als eineinhalb Jahre, sprechen Forscher von Pseudozwillingen. Dies sind Geschwister, die sich in der gleichen Entwicklungsphase befinden. Wenn Kinder in einer Familie einen geringen Altersabstand haben, wetteifern sie stärker um die Aufmerksamkeit der Eltern. Ein älteres Geschwisterkind könne Aufgaben übernehmen und mit einem Kleinkind spielen oder ihm die Flasche geben. Gleichalterige vermögen dies nicht.

Lange gingen Wissenschaftler davon aus, dass die Geburtsreihenfolge einen entscheidenden Einfluss auf die Persönlichkeit eines Kindes hat. „Dies gilt inzwischen als überholt und wir wissen, dass andere Faktoren wie das Verhalten der Eltern entscheidender sind,“ Brock-Harder.

Der Arzt und Psychotherapeut Alfred Adler, der als zweites von sieben Kindern geboren wurde, postulierte in den 20er Jahren, dass sich die Geschwisterposition in bestimmten Charaktereigenschaften niederschlägt. Der oder die Älteste bekomme zwar viel Aufmerksamkeit, leide aber unter einem „Entthronungstrauma“, sobald ein Geschwisterkind zur Welt kommt. „Sandwichkinder“ hätten die geringsten Vorteile. Nur das „Nesthäkchen“ dürfe sich sicher fühlen und werde besonders stabil und sozial.

In den 1990er-Jahren entwickelte der US-Psychologe Frank Sulloway die „Nischentheorie“. Demnach seien Erstgeborene dominanter und konservativer, jüngere Geschwister müssten erst ihre Nische suchen und seien experimentierfreudiger, offener und rebellischer.

„Wir wissen heute, dass es sehr auf das Verhalten der Eltern ankommt, wie ein Geschwisterkind aufgenommen wird,“ sagt Inés Brock-Harder. Kleinkinder etwa sollten eigene Kisten und Regale mit Spielsachen erhalten, damit sie nicht alles teilen müssen. Sie benötigen Rückzugsorte zum Träumen und Alleinsein. Wichtig wären, dass sie das Recht haben, mit ihren Freunden allein zu sein und eigenen Hobbies und Aktivitäten nachzugehen.

Wer positiv auf die Geburt einer Schwester oder seines Bruders vorbereitet wird und danach auch viel Aufmerksamkeit erhalte, müsse nicht so starke Eifersucht entwickeln. Eine vermeintliche Entthronung fällt aus. Dreht sich das Familienleben allerdings hauptsächlich um das Neugeborene und das erstgeborene Kleinkind bleibt im Schatten, könnte dies seine Wut auf den Eindringling befeuern. Hier kommt dem Vater eine besondere Bedeutung zu, denn er ist nicht mit Stillen und Regeneration nach der Geburt beschäftigt. Wenn er sich vermehrt um das Kleinkind kümmert, fühlt dies sich nicht so vernachlässigt.

Bereits im Alter von 18 Monaten nach der Geburt entsteht eine unabhängige Beziehung zwischen Brüdern und Schwestern. Sie verbringen jetzt schon mehr Zeit miteinander als mit den Eltern. Bereits als kleine Kinder fangen sie an, ihre Konflikte selbst zu regulieren. „Eltern sollten die Geschwister ihre Streitereien größtenteils selbst aushandeln lassen und nicht als Schiedsrichter auftreten,“ ist Brock-Harder überzeugt. „Die Grenze sei allerdings, wenn es zu Gewalt kommt. Dann sollten Eltern natürlich einschreiten.“

„Wer Geschwister hat, lernt, im frühen Kindesalter, wie man Kompromisse schließt, sich durchsetzt, wie man streitet. Sie lernen, sich zu identifizieren und abzugrenzen. Diese Ressource fehlt Einzelkindern, berichtet Brock-Harder.

Eltern verzweifeln manchmal an den Auseinandersetzungen um Lego, verschiedene ins-Bettgeh-Zeiten und dem Streit um die vermeintliche Bevorzugung eines Geschwisterteils.

„Eltern sagen zwar, dass sie ihre Kinder alle gleich lieben, doch das ist ein Irrtum. Es gibt einfach Kinder, die ihnen aufgrund der Persönlichkeit näher sind. Das ist ganz normal,“ verrät Brock-Harder. Es komme sehr häufig vor, dass Geschwister sich zurück gesetzt fühlen, meinen, ihr Bruder oder die Schwester würde bevorzugt. „Das ist von den Eltern nicht bewußt intendiert.“ Vielmehr spiele es eine große Rolle, welche Position unter den Geschwistern die Eltern gehabt hätten. „Wer mit einem dominierenden Bruder aufgewachsen ist, achtet bei seinen eigenen Kindern unbewußt darauf, dass so ein Überhang an Macht unterbunden wird,“ sagt Brock-Harder.

Wer als älteste Tochter von drei Kindern geboren wurde und so die Oberhand über die Geschwister hatte, identifiziert sich unbewußt mit seiner ältesten Tochter und nicht den jüngeren Geschwistern. Diese Prägung kann ein mächtiges Programm darstellen. „Man sieht es bei Familienfesten. Egal wie erwachsen die Geschwister sind, nach 20 Minuten greifen wider die alten psychologischen Strukturen, ähnlich wie bei Abitreffen.“

Eltern sollten sich hier nicht schuldig fühlen, denn es trifft sie keine Schuld. „Entscheidend ist, dass sie sich diese Zusammenhänge bewußt machen und die Situation reflektieren. So können sie den alten Mustern etwas entgegen setzen und sie auflösen,“ weiß die Erziehungswissenschaftlerin, die eine Beratung für erwachsene Geschwister anbietet, die ihre konflikthafte Beziehung klären oder verbessern möchten.

Eine aktuelle Studie von der Universität Antwerpen hat untersucht, welchen Einfluss Geschwister aufeinander haben, wenn sie von zu Hause ausziehen. Der Übergang ins Erwachsenenalter verläuft heute mit einer größeren Verzögerung als noch vor 30 Jahren, da viele junge Erwachsene Zeit für ihre berufliche Orientierung benötigen.

Die Forscher kamen zu der Erkenntnis, dass der Zeitpunkt für den Auszug von zu Hause bei Geschwister ähnlich verläuft, wenn diese introvertiert sind. Da Introvertierte von ihrer Persönlichkeit her Entscheidungen eher zögerlich fällen, dient der ältere Bruder oder die ältere Schwester als Vorbild. Extrovertierte junge Erwachsene benötigen keinen Verbündeten zu Hause, um den Schritt raus in die Welt zu gehen.

Im frühen und mittleren Erwachsenenalter gibt es insgesamt weniger Berührungspunkte unter den Geschwistern. Dann herrsche ein lockerer Kontakt, mehr Distanz entsteht. „Im Alter, wenn die eigenen Kinder aus dem Haus sind, entstehen wieder größere Gemeinsamkeiten zwischen Brüdern und Schwestern,“ erzählt die Psychotherapeutin.

Besonders ab dem Alter von 70 Jahren aufwärts können wieder engere Bande entstehen, da die Lebensumstände dies begünstigen. Geschwister vermögen sich bei Krankheitsfällen zu unterstützen, sie haben viel Zeit, die sie sinnvoll gemeinsam verbringen können, zum Beispiel, wenn der Ehepartner gestorben ist.

Ein besonderes Augenmerk legen Forscher auf die große Zahl der Stiefgeschwister in Patchwork-Familien. Dies sind Kinder, die nicht leiblich miteinander verwandt sind, sondern die nach einer Trennung durch neue Beziehungen zur Familie gekommen sind.

Dabei kommt die Forschung zu dem Schluss, dass die große glückliche Patchwork-Familie (meine Kinder, deine Kinder, unsere Kinder) aus dem Samstagabend-Wohlfühlprogramm eher die Ausnahme ist. Im Gegenteil: Nach Trennungen und Scheidungen entsteht ein Konfliktpotential zwischen Eltern und Geschwistern, die das Familienleben empfindlich stören können. Dabei spielt eine entscheidende Rolle, ob die getrennten Eltern und neuen Partner gut miteinander auskommen oder sich jahrelang bekämpfen.

Ähnlich wie bei leiblichen Geschwistern kennzeichnet diese Verbindung, dass die Kinder, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen sie mit ihnen nicht gewählt haben. Der Psychologe

und Geschwister-Forscher Hartmut Kasten ist davon überzeugt: „Die Beziehung zu Stiefgeschwistern fällt leichter, wenn der Kontakt zu beiden Elternteilen gut ist.“

Gibt es jedoch Streitigkeiten der Eltern um Umgangs- und Sorgerecht, fällt es den Kindern schwerer, gute Kontakte zu den Stiefgeschwistern aufzubauen. „In der Übergangs- und Anpassungsphase, die mehrere Jahre dauern kann, sind Spannungen und Belastungen zwischen den Stiefgeschwistern an der Tagesordnung,“ so der Psychologe. Dabei haben Jungen häufiger Schwierigkeiten und Konflikte im Umgang mit ihren neu hinzu gewonnen Brüdern und Schwestern als Mädchen. Sie zeigen ihre zunächst ablehnende Haltung auch offener als Mädchen. Diese neigen eher zum Rückzug.

„Geringe Altersabstände, Gleichgeschlechtlichkeit und direktives, forderndes autoritäres Verhalten der Eltern wirkt sich negativ auf die Stiefgeschwister-Beziehung aus,“ ist Kasten überzeugt. Hier helfen Feingefühligkeit und ein Erziehungsstil, der Respekt, Zuhören und Kompromisse garantiert.

„Ein größerer Altersabstand zu nachgeborenen Geschwistern ist ebenfalls nachteilig, da es den Älteren häufig nicht gelingt, eine emotionale Brücke zum kleinen Halbgeschwister aufzubauen,“ weiß Kasten. Lediglich bei einem mittleren Altersabstand von drei bis sechs Jahren besteht eine günstige Ausgangssituation, da die Stiefgeschwister gefühlsmäßig eher über das kleine Geschwisterkind miteinander in Kontakt kommen.

Die gute Nachricht ist, dass wenn sich nach etwa zwei Jahren die Stiefgeschwister aneinander gewöhnt haben, sich die Beziehungen in der Familie stabilisieren und verbessern. Dies gilt zumindest für Kinder, die im gleichen Patchwork-Haushalt aufwachsen.

Ab jetzt gelten die gleichen Regeln wie für leibliche Geschwister. Nähe und Rivalität herrscht zwischen den gleichgeschlechtlichen Stiefgeschwistern mit geringem Altersabstand. Weniger Eifersucht und Konflikte sowie eine größere Distanz existieren zwischen Stiefbrüdern und -Schwestern mit einem größeren Altersabstand von fünf bis mehr Jahren. Wenn es Eltern gelingt, in diesem Chaos der Gefühle langfristig ein ausgeglichenes Familienklima zu schaffen, werden die Kinder Zeit ihres Lebens davon profitieren. „Wissenschaftler sprechen von posttraumatischem Wachstum, also der Fähigkeit aller Menschen, nach einer überwundenen Krise einen große Entwicklungsschritt zu machen, erklärt Inés Brock-Harder. „Wir sind Traumabewältigungswesen,“ sagt Brock-Harder. Jeder bewältigte Familien-Konflikt kann eine Ressource sein.