

## Schattenkinder



Geschwister von behinderten Kindern entwickeln oft ein starkes Verantwortungsbewusstsein. Foto: istockphoto.com/SolStock

### Wie Geschwister von Kindern mit Behinderung ihre Bedürfnisse artikulieren können

#### *Christiane Jendrich*

**Geschwister von Kindern mit Behinderung stehen oft im Schatten ihrer Brüder und Schwestern. Auf ihnen lastet viel Druck. Sehr früh müssen sie sich an herausfordernde Umstände anpassen, weshalb es ihnen oft auch später schwerer fällt, ihr eigenes Befinden zu erkunden und ihr Leben nach eigenen Vorstellungen zu gestalten.**

Von außen betrachtet hatte Charlotte\* ein gutes Leben. Wohlsituierte Eltern mit einem großzügigen Eigenheim in der Nähe von München, liebevolle Großeltern, frühe Förderungen im Bereich der Musik und Bewegung. Charlotte wünschte sich ein Geschwisterchen, die Eltern wollten auf jeden Fall ein zweites Kind und fünf Jahre nach Charlottes Geburt kam Philipp zur Welt.

Im Rückblick sagte Charlotte, dass mit dieser Geburt ihre glückliche und unbeschwerte Kindheit endete. Diese Aussage war ihr erst im jungen Erwachsenenalter möglich. Ihre kindliche Welt änderte sich zwar schlagartig und nachhaltig, aber

da der Alltag eben immer da war und auch nicht in diesem Alter reflektiert wurde, passte sie sich – wie auch ihre Eltern – den Umständen an. „Wir lebten dann halt so.“

#### **Eine familiäre Hiobsbotschaft**

Philipp kam mit einem Fragilen-X-Syndrom (verzögerte Entwicklung, verminderte Intelligenz, Lernschwierigkeiten und Verhaltensauffälligkeiten) zur Welt. Sehr früh war klar, dass er geistig zurückbleiben würde, körperlich eingeschränkt bliebe und niemals ein selbstbestimmtes eigenständiges Leben führen könnte.

Für die Eltern eine Hiobsbotschaft; keiner der üblichen Entwicklungszyklen würde greifen: Philipp würde älter werden, pubertär, vom Alter her adolescent, dann erwachsen und immer abhängig von ihnen bleiben. Das verantwortliche Elternsein würde nie aufhören.

\* Name geändert.

Philipp bekam frühzeitig jedwede mögliche Förderung, von der sich die Eltern Erleichterung versprochen (Sprech- und Sprachtraining, Ergotherapie, Krankengymnastik). Der Alltag der Familie veränderte sich. Die hochbelasteten Eltern konzentrierten sich auf die Therapie für Philipp und hatten nur noch wenig Ressourcen für „Philipps große Schwester“. Für Charlotte begann eine neue Zeit.

### Was ist anders als in anderen Familien?

Eine so frühe Erfahrung von familiärem Leid, für das es nur so wenig „Heilungsmöglichkeiten“ gibt, hinterlässt Spuren. Die Eltern sind in Sorge, fühlen sich überfordert und reagieren mit Stress auf die neue Situation. Die Beziehung der Eltern zu den Geschwisterkindern verändert sich, es gibt neue organisatorische Abläufe, die sich erst etablieren müssen, es herrschen Unsicherheit und mangelnde Routine vor.

Und für alle gibt es unterschiedliche Entwicklungs Herausforderungen. Für die Eltern bedeutet es eine Neuorientierung ihres Lebens (die lebenslange Verantwortung für das Kind), für die Geschwister werden Anpassungsleistungen notwendig, die abhängig von der Geschwisterfolge sind.

Überforderte, hilflose und gestresste Eltern zu erleben, verunsichert Kinder in bestimmten Altersstufen in hohem Maße, und in der Regel suchen sie sich dann Strategien aus, von denen sie sich Linderung versprechen. Diese „kindlichen Eigenaufträge“ („Ich muss etwas tun/unterlassen, damit meine Eltern wieder werden wie früher!“) werden in der Regel nicht kommuniziert, können von daher auch kein elterliches Korrektiv bekommen.

Charlotte entwickelte schnell ein hohes Verantwortungsbewusstsein für ihre Familie: die Eltern zu trösten, Philipp immer wieder zu beruhigen, im Haushalt zu helfen und je nach Situation immer munter oder unsichtbar zu sein. Wenn es nicht so gut lief, suchte sie die Gründe bei sich selbst und versuchte herauszufinden, woran es gelegen haben könnte.

Die Familie war nicht an eine sozialpädagogische Familienhilfe angebunden, sondern wollte selbst mit ihren Problemen fertig werden. Dazu mussten dann eben alle auch „zusammenhalten“. Damit trifft Bedürftigkeit auf Bedürftigkeit.

### Frühe Lehren

Jedes Familiensystem ist auf „Überleben“ ausgerichtet. Es entwickelt sich eine fra-

gile Balance, wo Verzicht, Überforderung, Stress, Bedürftigkeit einander die Hand reichen. Welchen Platz können dann noch Befriedigung eigener Bedürfnisse, Unbeschwertheit, Spiel- und Lebensfreude, Vertrauen in die Zukunft, eigene Entwicklung (sich auszuprobieren) bekommen, wenn das mit der „Familienverantwortung“ kollidiert?

„Gesunde“ Geschwisterkinder entwickeln meist frühe Lehren:

– Ich darf meinen Eltern keine Sorgen machen.

– Ich muss meine Eltern unterstützen, sonst bricht unsere Familie auseinander und ich weiß nicht, wohin.

– Ich muss sehr gut aufpassen, was ich wann bei wem tue oder sage.

– Ich muss so tun, als wäre alles ok.

– Ich muss meine Bedürfnisse zurückdrängen und sie für mich behalten.

– Ich bin gesund, also muss ich zurückstecken. Und das muss ich gerne tun.

Dabei sind es oft gar keine ausgesprochenen Sätze, sondern Glaubenssätze, die mangels einer Meta-Kommunikation („Wir reden jetzt darüber, was Philipps Krankheit mit uns als Familie und mit den einzelnen Familienmitgliedern macht und wie wir am besten alle damit umgehen können.“) nicht korrigiert werden und damit immer mehr Gültigkeit bekommen.

Hier beginnt oft eine Entfremdung von der eigenen Persönlichkeit. Wer bin ich als Geschwisterkind denn noch, wenn ich so vieles beachten und immer auf der Hut sein muss, keine vermeintlichen „Störungen“ einbringen darf, nicht viel ausprobieren darf, von dem der Ausgang nicht absehbar ist? Wer bin ich denn als Person und unabhängig von meiner „Funktion“? Wo kann ich meine Sicherheit im eigenen Selbstverständnis entwickeln?

### Was bedeutet das für die Geschwisterbeziehung?

Wir entwickeln uns ja immer in einer Sozialisation, in einem Kontext. Und so spielt es immer auch eine Rolle, an wievielter Stelle ich in dieses Familiensystem hineingeboren wurde. Bin ich „Thronfolger“ oder Zweite? Welche Rollen sind schon besetzt und wo kann ich meine Nische finden, wenn ich drittes oder viertes Kind bin? Bin ich als Älteste „Vorbild“ für meine Geschwister? Dann kann es sein, dass sie mir nacheifern und mich je nach Altersunterschied einzuholen versuchen. Sind wir als Geschwister gleichen Geschlechts und

nicht weit auseinander, kommen wir vielleicht in Rivalitäten. Fast immer tarieren Geschwister Rivalität und Loyalität aus: der Kampf um die elterliche Aufmerksamkeit, der Zusammenhalt gegen die Eltern, das „Adlerauge“ bei der Verteilung (bekommt einer mehr?).

Das alles trifft bei einem Geschwisterkind mit lebens einschränkender Behinderung nur sehr bedingt zu.

Die älteren Kinder stehen früh in der Rücksichtnahme, dürfen ihr „Weitersein“ nicht ausspielen; die natürliche Überlegenheit zu zeigen ist nicht angebracht. Eher soll liebe- und verständnisvolle Zuwendung erfolgen. Damit werden konstruktive Streitkulturen behindert: wer schon am Boden liegt, darf nicht bedrängt werden.

Die jüngeren „gesunden“ Geschwister holen auf bzw. überholen. Das ist dann aber kein „Triumph“, der gefeiert werden könnte, sondern eine „Naturgegebenheit“. Und in dieser Überholung liegt dann auch schon die Verkehrung der Rollen: die Jüngere mutiert zur Älteren.

In beiden Fällen ist dann schon der Grundstein für eine mit den Eltern geteilte Verantwortung gelegt: Wer ist eigentlich verantwortlich und wie lange? Gibt es für das Kind ohne sichtbare Behinderungen eine Verantwortungsübergabe der Eltern im Falle ihres Todes? Also ein „Erbe“ im Hinblick auf die möglicherweise lebenslange Fürsorge für das Geschwister? Wieviel Verantwortung ist denn angemessen? Und, unabhängig von der Frage der angemessenen Verantwortung, wieviel Verantwortung ist für die nächste Generation tragbar? Wie werden mögliche Forderungen kommuniziert und gerechtfertigt? Das wirft viele ethische Fragen auf und lenkt den Blick auf die Wertevermittlung in den jeweiligen Familien. Um es vorwegzunehmen: eine zumindest empfundene subtile Verantwortungsübergabe ist bei den meisten Fällen zu sehen. Manchmal wird diese aber auch sehr klar formuliert: „Es ist deine Aufgabe, dich um dein Geschwister zu kümmern, wenn wir einmal nicht mehr sind.“ (Verbunden mit dem Hilflosigkeit auslösenden Gedanken: „Sonst ist doch keiner mehr da!“)

Das ist dann oft verbunden mit dem Hinweis auf schon getroffene finanzielle Vorsorgen. Es ist ja meist die Hilflosigkeit der Eltern, deren Lebenszeit begrenzt, deren Verantwortungsgefühl aber über ihre Lebenszeit hinaus empfunden wird. Es geht um ihre seelische Entlastung in der

Fürsorge für ihr Kind und der finanziellen Entlastung für das andere Kind.

### Aspekte einer familialen Funktionsfähigkeit

Gehen wir aber noch einmal zurück und betrachten Familiensysteme und ihre Dynamiken.

Was sollte denn in einem Familiensystem gewährleistet sein, damit sich jede:r einigermaßen „gesund“ entwickeln kann? Und was ist bei den „Schattenkindern“ auf der Strecke geblieben?

In der Theorie zu Familiendynamiken<sup>1</sup> gibt es mehrere Aspekte, die beachtet werden können. Dazu gehören u.a.

1. eine Werteordnung mit zuträglichen Werten, Normen und Regeln, die untereinander kompatibel sind und als gerecht angesehen werden,
2. eine ausgewogene Balance von Geben und Nehmen,
3. Wissen der Mitglieder übereinander: Bedürfnisse, Befinden und Erleben der Angehörigen sowie wichtige Vorkommnisse in der Familie,
4. eine sinnvolle und klare Rollen- und Aufgabenverteilung, die auf die internen Anforderungen zugeschnitten ist,
5. klare Grenzen nach außen und zwischen den Subsystemen (Generationsgrenzen!),
6. konstruktive Kommunikations-, Entscheidungs- und Steuerungsstrukturen, die einen lebendigen, sensiblen und kreativen Umgang ermöglichen,
7. konstruktive Beziehungen und verlässliche Bindungen,
8. funktionsfähige Subsysteme mit kompetenten Angehörigen und
9. zuträgliche Modellvorstellungen über familiale Kulturen (Lebensstile, Modelle, Rollenerwartungen, Leitmotive, Lebenskonzepte).

Geschwisterkinder von Kindern mit Behinderungen können meist sehr genau formulieren, wo etwas auf der Strecke geblieben ist, weil das Familiensystem es nicht hergab. Die Aufmerksamkeit und die Alltagsgestaltung in solch belasteten Familien richten sich ja meist nach dem schwächsten Glied im System und da werden Grenzen oft aufgeweicht, das Wissen untereinander ist geringer (da das System ja nicht zusätzlich belastet werden darf).

Diese frühen Lehren sind verinnerlicht und je selbstverständlicher der eigene Verzicht ist, desto später kommt er erst zur Reflexion: „Muss das wirklich alles so sein?“

### Hypotheken und verborgene Geschenke

Es ist oft Abstand zum eigenen Werdegang nötig, um über Maximen, Leit- und Glaubenssätze aus dem Herkunftssystem nachzudenken und ihre vermeintliche Gewissheit in Frage stellen zu können. Bevor das passiert, wird meist ein hoher Leidensdruck erlebt: das Gefühl, irgendwie nicht richtig zu leben bzw. kein eigenes Leben zu führen. Im Rückblick sollen erlernte Verhaltensweisen nicht diffamiert werden, eher geht es um das Verstehen. „Ich bin so geworden, weil ...“ Dann können diese belastenden Verhaltensweisen Schritt für Schritt auf ihren jetzigen Sinn hin untersucht werden, Glaubenssätze modifiziert und neue Leitsätze formuliert werden. Dazu bedarf es großer Geduld: was wir in 20 Jahren verinnerlicht haben, können wir nicht in 20 Tagen verändern.

Und es gilt die in der Hypothek verborgenen Geschenke zu bewahren: Verantwortungsübernahme, Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Bescheidenheit und das Ganze im Blick haben zu können sind schöne und bewahrenswerte Tugenden. Es ist wie eigentlich immer – das Maß ist das Entscheidende. Und das kann man lernen. Charlotte hat sich vor zwei Jahren auf den Weg gemacht. ■

1 Kaiser, P. (2022): Systemische Mehrebenenanalyse der familialen Lebensqualität – Hinweise und Kriterien zur praktischen Arbeit mit Familien. In: Sulz, S.K.D./Heekerens, H.P.: Familien in Therapie. Grundlagen und Anwendung kognitiv-behavioraler Familientherapie. Gießen: Psychosozial-Verlag, S. 51–75.

### Wann fühlen Sie sich zuhause?

„Wenn ich verbunden bin mit mir lieben Menschen, in einer Umgebung, wo ich sein kann wie ich bin und wenn ich im Einverständnis mit mir und anderen bin.“

### Christiane Jendrich



ist Systemische Familientherapeutin, Systemische Kinder- und Jugendlichen-therapeutin und Lehrende Therapeutin am Kölner Institut für Beratung und Therapie (KIS).  
Christiane.Jendrich@t-online.de

**Caya**<sup>®</sup>  
Contoured  
diaphragm

Anatomisch geformte  
Einheitsgröße



**Caya**<sup>®</sup>  
Table Display



Registrieren Sie sich als  
Hebamme online im  
Diaphragma-Finder unter  
[www.diaphragma.de](http://www.diaphragma.de)



Medintim