

Geschwister sind auch Angehörige

... wie die anderen auch, aber anders?

Biographischer Abriss ...

Aufwachsen mit einem psychisch
kranken Geschwister

Biographischer Abriss

- Gemeinsame Kindheit
- Erkrankung des Bruders - und Unsicherheiten
- Absetzen aus der Herkunftsfamilie
- Re-Intensivierung der Beziehung im Krankheitsverlauf
- unterschwellige Beschäftigung mit dem Thema -
- - wird später berufswahl-entscheidend

„Endlich kommen wir mal zu Wort!“

- Erfahrung, in der Familie keine angemessene Rolle bekommen zu haben
- zu oft „das unproblematische Kind“
„die kleine (schwache) starke Schwester“
- mit 50 Jahren müde und „alt“
- am Bruder, der Schwester „vorbei ziehen“ -
und sich dabei unwohl fühlen
- Angst, etwas falsch zu machen -
große Bereitschaft, sich zu verstellen

„Endlich kommen wir mal zu Wort!“

- Die ehemals gemeinsamen Erfahrungswelten driften auseinander
- Worüber reden?
Über die „Krankenwelt“ - oder das bunte Leben junger Erwachsener? Langeweile oder Kränkung
- Den Bruder am eigenen Leben teilhaben lassen - oder besser nicht?

„Endlich kommen wir mal zu Wort!“

- Viele Geschwister wählten den Weg, sich bewusst und aktiv aus der Herkunftsfamilie zu verabschieden,
- sie erzählen von Reisen in ferne Länder,
- Ausbildung oder Studium weit weg von zuhause,
- Heirat mit jemandem, den die Familie nicht kennt
- **dies alles rekonstruiert als Versuche, ein eigenständiges Leben möglich zu machen!**

Die Geschwister kommen zurück ...

- Es kommt der Tag, da wird von vielen die Beziehung zum kranken Geschwister re-intensiviert, aus freien Stücken
- und irgendwann dämmert es: das Leben ist endlich, wir Geschwister werden unsere Eltern voraussichtlich überleben
- Welche Verpflichten erwachsen daraus für mich?
- Muss ich ihn/sie einmal finanziell unterstützen und /oder betreuen?

Die Schuhe der Eltern tragen ...

- Welche Verpflichten erwachsen daraus für mich?
- Muss ich ihn/sie einmal finanziell unterstützen und /oder betreuen?
- Muss ich ihn/sie in unsere Wohnung aufnehmen?
- Will und kann ich Mutter und Vater ersetzen?
- **Ein großes Problem: mit vielen Eltern ist kein hinreichender Kontakt mit der Profi-Szene zustande gekommen!**

Belastungen

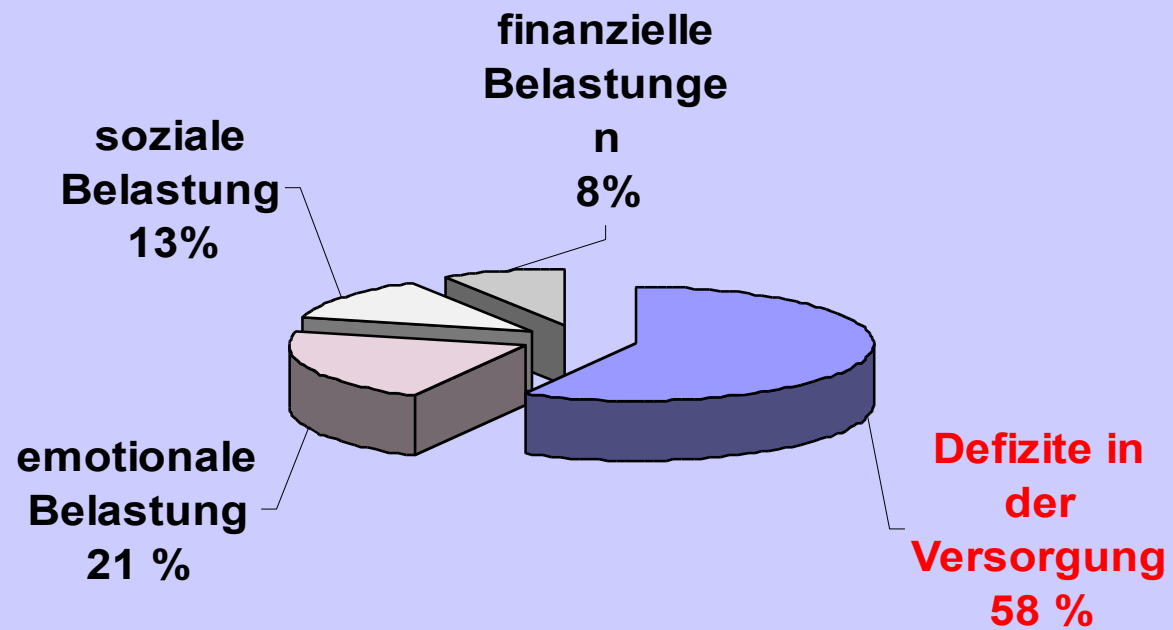
- aus Sicht aller Angehörigen (i.d.R. Eltern)
- aus Sicht der Geschwister

Belastungen

- aus Sicht aller Angehörigen

(i.d.R. Eltern)

(aus: Zukunftswerkstatt BApK 2000)



ausgewählte Belastungsfaktoren

Ergebnisse BApK-Tagung „Zukunftswerkstatt“ 2000

Belastungen

- aus Sicht der Geschwister



„Außen vor und doch mitten drin“ – Die Situation von Geschwistern schizophrener Erkrankter

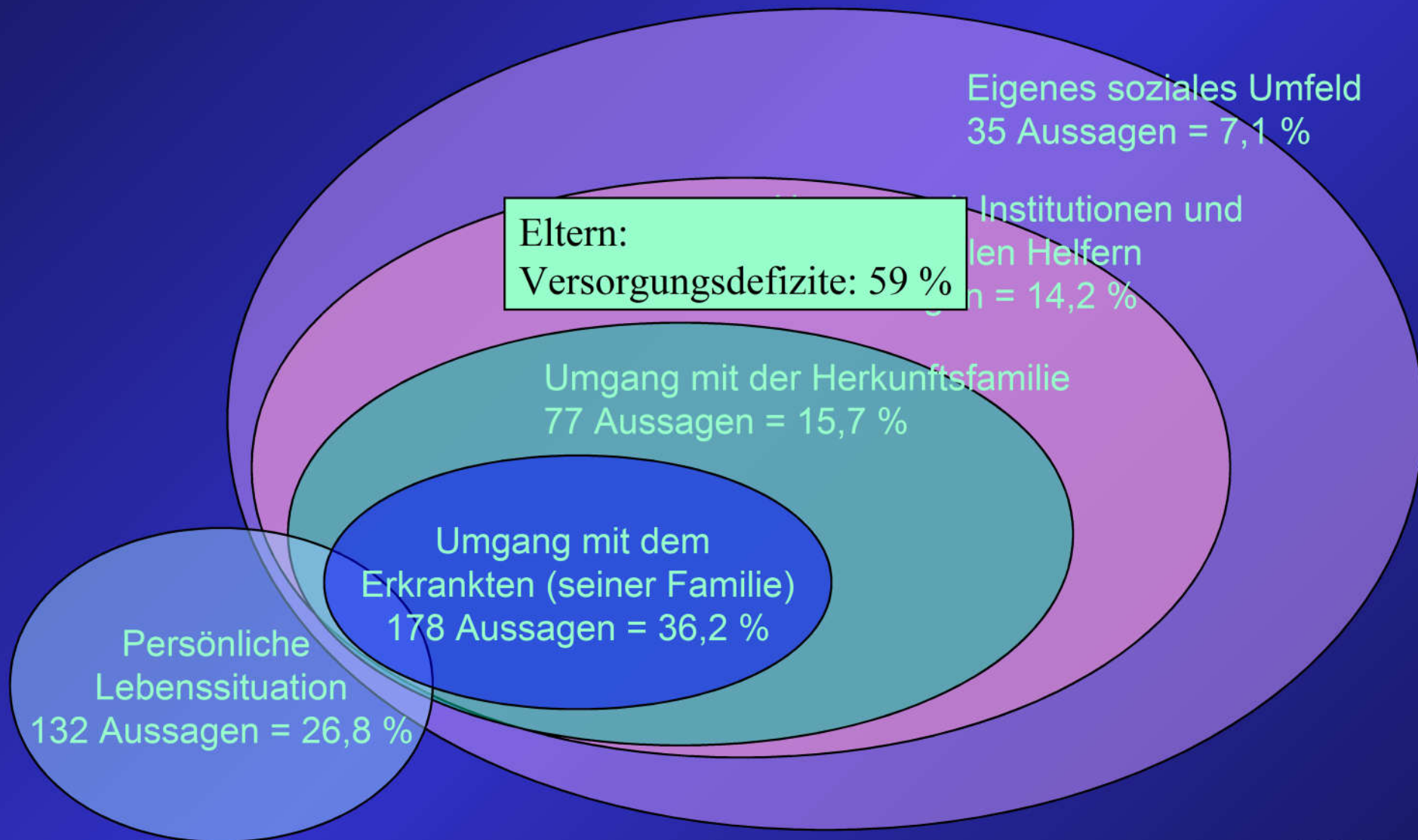
R. Schmid¹, T. Schielein², H. Spießl¹, C. Cording¹

**Es konnten mit 41,6 % der volljährigen Geschwister
an einem Stichtag Interviews durchgeführt werden**

¹Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
der Universität am Bezirksklinikum Regensburg

²Institut für Psychologie der Universität Regensburg

Ergebnisse: 5 Kategorien der Belastungen



n= 492 Aussagen

1. Belastungen für die persönliche Lebenssituation der gesunden Geschwister

Aussage	Häufigkeit (n) (%)	
Emotionale Belastungen	37	100,0
Zeitlicher / Organisatorischer Aufwand	27	73,0
Eigene gesundheitliche Belastungen	19	51,4
Belast. für die eigene Partnerschaft/Familie	18	48,7
Berufliche Belastungen	17	46,0
Finanzielle Belastungen	14	37,8

Mehrfachnennungen möglich, n= 37

Belastungen der persönlichen Lebenssituation – Textbeispiele

Schuldgefühle

„Eine Zeitlang habe ich Schuldgefühle und diese Schuldgefühle. Dass ich nicht helfen kann und die Anderen ... – halt Schuldgefühle haben: „Du musst das machen, ist doch deine Aufgabe.“ – Na ja, das war schon schwierig!“

Verursachungsschuld vs. Solidaritäts-Schuldigkeit

Hilflosigkeit und Ohnmachtgefühle

„Und das Schlimmste ist eigentlich die Hilflosigkeit. Dass man nicht weiß, wie man helfen kann. Da sitzt man dort und versucht ihr gut zuzureden, aber eigentlich kannst Du ihr gar nicht helfen!“

Angst vor eigener Erkrankung

„Ich habe dann auch immer Angst gehabt – ich bin dasselbe Sternzeichen wie mein Bruder – und na ja, selbes Sternzeichen – wer weiß, ob ich dann nicht auch so etwas kriegen könnte!“

Belastungen der persönlichen Lebenssituation – Textbeispiele

Schuldgefühle

„Eine Zeitlang habe ich Schuldgefühle gehabt, starke Schuldgefühle. Dass ich nicht helfen kann! Und die Anderen ... – halt Schuldgefühle eingeredet haben: ‚Du musst das machen, ist doch dein Bruder!‘ – Na ja, das war schon schwierig!“

Hilflosigkeit und Ohnmachtgefühle

„Und das Schlimmste ist eigentlich die Hilflosigkeit. Dass man nicht weiß, wie man helfen kann. Da sitzt man dort und versucht ihr gut zuzureden, aber eigentlich kannst Du ihr gar nicht helfen!“

Angst vor eigener Erkrankung

„Ich habe dann auch immer Angst gehabt – ich bin dasselbe Sternzeichen wie mein Bruder – und na ja, selbes Sternzeichen – wer weiß, ob ich dann nicht auch so etwas kriegen könnte!“

2. Belastungen im Umgang mit dem erkrankten Geschwister (und seiner Familie)

Aussage	Häufigkeit	
	(n)	(%)

Umgang mit der Krankheitssymptomatik	37	100,0
Unsicherheit in d. Einschätzung d. Belastbarkeit	30	81,1
Fehlende Krankheitseinsicht/mangelnde Compliance	29	78,4
Abgrenzungsprobleme	29	78,4
Umkehrung der normativen Geschwisterrollen	21	56,8
„Mad-or-Bad“-Problematik	17	48,7
Konflikte infolge Drogenkonsums des erkr. Geschw.	12	32,4
Konflikte mit Ehepartner/Kinder des erkr. Geschw.	3	8,1

Mehrfachnennungen möglich, n= 37

Belastungen im Umgang mit dem erkrankten Geschwister – Textbeispiele

Umkehrung der normativen Geschwisterrollen

„Der Hauptaspekt ist eigentlich der, dass man in eine Rolle hineinrutscht, unvorbereitet, ohne Rücktrittsrecht und wo man dann nicht mehr raus kommt!“

Abgrenzungsprobleme

„Eine Zeitlang habe ich gesagt, das ist mir scheiß egal, ich möchte jetzt nicht mehr ... Aber dann kommt wieder das ‚Nein, das kannst du nicht machen‘, also versuchst Du es wieder...“

Mad or Bad-Problematik

„... er nimmt sich dann auch sehr viele Sachen raus. Also ich denke, er zieht, wenn er kann, einen Nutzen daraus! ... das nagt auch an mir ziemlich stark!“

Belastungen im Umgang mit dem erkrankten Geschwister – Textbeispiele


Umkehrung der normativen Geschwisterrollen

„Der Hauptaspekt ist eigentlich der, dass man in eine Rolle hineinrutscht, unvorbereitet, ohne Rücktrittsrecht und wo man dann nicht mehr raus kommt!“

Abgrenzungsprobleme

„Eine Zeitlang habe ich gesagt, das ist mir scheiß egal, ich möchte jetzt nicht mehr ... Aber dann kommt wieder das ‚Nein, das kannst du nicht machen‘, also versuchst Du es wieder...“

Mad or Bad-Problematik

„... er nimmt sich dann auch sehr viele Sachen raus. Also ich denke, er zieht, wenn er  einen Nutzen daraus! ... das nagt auch an mir ziemlich stark!“

3. Belastungen im Umgang mit der Herkunftsfamilie

Aussage	Häufigkeit	
	(n)	(%)
Abgrenzungsproblematik gegenüber der Familie	16	43,2
Uneinigkeiten bzgl. d. Umgangs mit d. Erkrankten	13	35,1
Rollenkonflikte zw. Geschwister und Eltern bzw. Übernahme der Vermittlerrolle	13	35,1
Ungleichverteilung der Verantwortung innerhalb der gesunden Geschwister	13	35,1
Fortleben unbearbeiteter Konflikte der Kindheit	11	29,7
Erwartungsdruck / Zukunftshoffnungen der Eltern	6	16,2
Ungleichbehandlung / Benachteiligung durch die Eltern	5	13,5

n= 37

Belastungen im Umgang mit der Herkunftsfamilie – Textbeispiele

Uneinigkeiten bzgl. des Umgangs mit dem Erkrankten

„Er [der Erkrankte] hat ... Schnaps dabei gehabt... und war dann wirklich aggressiv... wo ich zu meiner Mutter gesagt habe: ‚Also Mum, hör zu! Entweder Du gibst ihm klare Vorgaben und sagst, wenn er so beieinander ist, schmeißt du ihn raus – was Du dann auch durchziehen musst, oder ich komme nicht mehr heim!‘“

Vermittlerrolle zwischen Eltern und dem erkrankten Geschwister

„Ich habe da auch mehr so eine Vermittlerrolle ... Also da bin ich eigentlich noch mehr gefordert als mit dem X manchmal selber. Also das ist schwierig! Und sie [die Mutter] bringt mich auch mit ins Spiel. Also sie lässt mich auch nicht außen vor!“

Erwartungen / Zukunftshoffnungen der Eltern

Also, ich habe praktisch auf zwei schauen müssen. ... Und, jetzt muss halt (betont) ich das Beste machen. Ich habe es ihr [der Mutter] auch, muss ich sagen, am Sterbebett versprochen. Das war ja ihr großes Anliegen: Wer ist da für die X [erkrankte Schwester]?

4. Belastungen im Umgang mit Institutionen und professionellen Helfern

Aussage	Häufigkeit	
	(n)	(%)

Informationsdefizite bezüglich der Erkrankung, Therapien, Medikamente, Nebenwirkungen und des Behandlungsverlauf	28	75,7
--	----	------

Mangel an institutioneller Unterstützung (z.B. bzgl. stat. Aufnahme, Nachbetreuung und Integration)	22	59,5
---	----	------

Belastungen infolge der Art der Behandlung des Patienten (z.B. fehlende Psychotherapie, zu häufiger Klinikausgang)	20	54,1
--	----	------

Mehrfachnennungen möglich, n= 37

Belastungen im Umgang mit Institutionen/prof. Helfern – Textbeispiele

Informationsdefizite

„Also, was ich als sehr negativ empfunden habe, jetzt insgesamt von Ärzten und Polizei und so weiter, also .. Wie das ja losgegangen ist ...hat ja keiner gewusst, was mit ihm los ist ... und Information war sehr schwierig zu kriegen ...!“

Mangel an institutioneller Unterstützung

„Als mein Bruder halt dann ausgerastet ist ... war es sehr schwer gewesen, dass man keine Möglichkeit gehabt hat, dass er dann in eine Behandlung kommt. Also da ist uns gesagt worden: Wenn, dann muss erst etwas ganz Gravierendes passieren, dass er halt da hin muss ...Und in dem Fall von meinem Bruder war es dann auch so ... er ist eingewiesen worden, weil er halt meinen Vater angegriffen hat. ... Und ich habe mich dann schon gefragt: Also, warum muss eigentlich erst so Schlimmes passieren, dass, dass dann irgendwie etwas geht?“

Defizite in der Versorgung: 58 %

Mängel, die den heutigen Versorgungsstrukturen oder auch dem Verhalten der dort beschäftigten Mitarbeiter zugeordnet werden konnten.

17 % der Nennungen betrafen das Verhalten der Profis:
z. B. arroganter und ignoranter Umgang mit Angehörigen!

Zu wenig Information über Krankheit, Medikamente oder Entlassungspraktiken.

Keine Hilfe in Krisensituationen und bei Dauerbelastungen

Fehlende Einbeziehung der sorgenden Angehörigen in die Therapieplanung!

(BApK-Tagung „Zukunftswerkstatt“ 2000)

5. Belastungen im eigenen sozialen Umfeld

Aussage	Häufigkeit	
	(n)	(%)

Erfahrungen von Unverständnis und Ablehnung	21	56,8
---	----	------

Angst vor Stigmatisierung / eigene Hemmungen bei (neuen) Kontakten	14	37,8
---	----	------

Mehrfachnennungen möglich, n= 37

Belastungen im sozialen Umfeld – Textbeispiele

Angst vor Stigmatisierung / Hemmungen bei neuen Kontakten

„Ein anderes Problem ist ... das ganze soziale Umfeld. Viele Leute wissen natürlich, dass mein Bruder hier in Regensburg ... untergebracht ist, und ... die sehen das irgendwie alle irgendwie negativ.“

Erfahrungen von Unverständnis und Ablehnung

„Dann ist es auch schwierig: im weiteren Bekannten-/Verwandtenumfeld stößt die Krankheit auf Unverständnis. Also die verstehen gar nicht, um was das es eigentlich geht! Die ... tun das einfach so lapidar ab. Und demzufolge ist auch Unverständnis jetzt für meine Situation, dass die nicht verstehen, was das auch für eine Belastung ist!“

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Konkurrenz um Aufmerksamkeit
- Umkehrung der normativen Geschwisterrolle
- Kompensatorisches Erfüllen enttäuschter elterlichen Erwartungen
- Wahn – und Ko-Evolution familiärer Biographien

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Die Erkrankung des Geschwisters führt zu gravierenden Veränderungen der familiären Rollen
- Lt. Krautgartner u.a. (2005) sind die Veränderungen in den Geschwisterrollen die gravierendsten in der Familie
- und dies in der Regel in einem für die Entwicklung sensiblen Alter

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Die Aufmerksamkeit der Eltern konzentriert sich auf das erkrankte Kind
- Aufgrund der Belastungen und Herausforderungen der Eltern gerät das gesunde Kind in den Windschatten der elterlichen Aufmerksamkeit (nicht der Fürsorge!)
- Oft möchten Eltern das/die gesunde/n Geschwister schützen - halten sie „außen vor“

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Übersehen manche Eltern die engen, egalitären Beziehungen der Geschwister zueinander - auch zwischen erkranktem und gesundem Geschwister?
- Diese exklusive Nähe der Geschwister zueinander löst massive Hilfebereitschaft aus (bis hin zu „Sendungsbewußtsein“) -
- und führt unabwendbar in ein nahezu unerträgliches Erleben tiefer Hilflosigkeit

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Mit dieser Identifikation mit dem kranken Geschwister und dem tiefen Hilflosigkeitserleben bleiben viele Geschwister in ihrer Herkunftsfamilie allein
- Auch die tiefe Trauer aufgrund des Verlustes der bisherigen Schwester bzw. des Bruders findet oft keinen Ansprechpartner in der Herkunftsfamilie
- Denn: sie sind ja „die gesunden und stärkeren“, die ggf. geschützt werden müssen

Gesunde Geschwister

(und Herkunftsfamilie)

- *Welche Gefühle werden durch welche Verarbeitungsmöglichkeiten verarbeitet? Wie stellen sich ein?*
- Verstärkung der Identifikation mit dem erkrankten Geschwister - ggf. Konfrontation zu den Eltern
- Ablehnung, Herausforderung und Rückzug, ggf. nur als Laboratorium, oder aber als Entfremdung
- Herabwürdigung der Situation (und das Geschwister?), massives Erleben von Aggressionen

Hinweise auf tiefe Ambivalenzen

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Gesunde Geschwister klagen über die mangelnden Informationen und die mangelnde Einbindung seitens der Professionellen (da sind Geschwister im Gegensatz zu Partnern und Eltern noch zusätzlich benachteiligt) - so wie alle Angehörigen
- Aber: Gesunde Geschwister beklagen sich auch über die mangelnden Informationen und die mangelnde Einbindung seitens ihrer gemeinsamen Eltern

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Die unzureichende Beachtung ihrer Bindung zum erkrankten Geschwister, ihrer Probleme, ihrer Fragen und ihrer Ambivalenzen seitens der Professionellen und der eigenen Angehörigen verstärkt das Empfinden von Hilflosigkeit (*ist das Moratorium ist die vorübergehende Lösung?*)
- - bei der gleichzeitig mit zunehmendem Alter offen ausgesprochenen oder indirekt kommunizierten oder auch nur aus eigenem Denken und Fühlen antizipierten Erwartungen

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Ob sie wollen oder nicht werden die Geschwister irgendwann aus der zweiten oder dritten Reihe heraustreten, weil sich die Reihen davor aufgrund von Alter oder Tod gelichtet haben
- Die gesunden Geschwister sind die „natürliche“ Antwort auf die Frage vieler Eltern:
„Was wird, wenn wir mal nicht mehr sind?“
- Wovon hängt es ab, ob und wie gesunde Geschwister sich diese Antwort zu eigen machen?

Gesunde Geschwister und Herkunftsfamilie

- Wovon hängt es ab, ob und wie gesunde Geschwister sich diese Antwort zu eigen machen?
- **Gesunde Geschwister bemächtigen**
 - Die Herkunftsfamilie
 - Das professionelle Hilfesystem
 - Die Angehörigenbewegung

Was wäre hilfreich - seitens des professionellen Hilfesystems?

Einbeziehung der gesunden Geschwister durch

- Aufklärung über d. Erkrankung, Behandlung u. Behandlungsverlauf und Wiedereingliederungsmöglichkeiten
- Einbeziehung bei Entscheidungen, die auch Auswirkungen auf seine Lebenssituation haben (U. Schmid u.a.)

und Unterstützung der gesunden Geschwister

- im Umgang mit dem erkrankten Geschwister (Verhaltenstipps),

Was wäre hilfreich - seitens des professionellen Hilfesystems?

Unterstützung der Eltern im Umgang mit ihren Kindern durch
Sensibilisierung für mögliche Konfliktfelder infolge der Erkrankung

- innerhalb der Eltern-Kinder -Beziehung
- zwischen den Geschwistern.

nach: U. Schmid u.a.)

Was wäre hilfreich - seitens des professionellen Hilfesystems?

Beratung und Unterstützung der Eltern

- für familiengerechte Antworten auf die eingeschränkte Verfügbarkeit
- gegen überhöhte kompensatorische Leistungserwartungen
- zum Trösten bei „Familien-Flüchtern“
- zum offenen Austragen der Konflikte

Was ist hilfreich - seitens der Eltern?

- Die gesunden Geschwister an der Kommunikation über das Verstörende aufgrund des zunächst unerklärlichen Verhaltens des Geschwisters beteiligen
- Die besondere Rolle und die besondere Haltung des gesunden Geschwisters zur Kenntnis nehmen
- - das ist zu Beginn der Erkrankung ggf. nicht ohne professionelle Hilfe möglich

Was ist hilfreich - seitens der Eltern?

- Die gesunden Geschwister frühzeitig an den Absprachen innerhalb der Familie als auch mit den professionellen Helfern beteiligen
- Gesunde Geschwister mit in die Verantwortung nehmen - altersgerecht und mit klaren Absprachen bzw. Vereinbarungen!
- *(Ambivalenz von Über-Identifikation und Flucht)*

Was ist hilfreich - seitens der Geschwister selbst?

- Die eigenen Entwicklungschancen bzw. -Potentiale selbstaktiv
- mit der besonderen Situation als Schwester oder Bruder einer bzw. eines psychisch erkrankten Menschen
- unter den Bedingungen einer deutlich erschwerten und belasteten Familiensituation
- produktiv in Einklang zu bringen / wechselseitige Blockaden aktiv zu vermeiden bzw. aufzulösen

Was ist hilfreich - seitens der Geschwister selbst?

- Dabei sind viele gefährliche Klippen zu umschiffen
- - die Klippe der Opferrolle
- - die Klippe des unverständenen Kindes
- - die Klippe der Selbstgerechtigkeit:
„Ich bin näher dran, ich weiß es besser.“
- - die Klippe der Verführung:
ur-eigene Probleme mit den Eltern in das
Verhältnis mit dem Geschwister verschieben

Geschwister und Angehörigenbewegung

- Lotte Mucha:
„Ich bin ja nur eine Schwester“
- Die Bildung von Geschwistergruppen unterstützen
- Die Geschwister im Umfeld der Angehörigengruppen zur Beteiligung auch an Forschungsprojekten animieren

Kern der Geschwistersituation:

- „Wir Geschwister können so weit weg sein, wie wir wollen; wir können uns aber nicht abwenden, wie wir wollen.“
Bruder oder Schwester, die sich nicht um uns kümmern können, sind nicht da, um uns zu unterstützen.
Kann man darauf vorbereitet werden?
Nein. Man kann sich darauf vorbereiten, - und dabei unterstützt werden!
- Blick vor seinem Geschwister -

Also:

- Für die „frühen“ Geschwister -
sind die Eltern zentral – und „geschwistersensible“
MitarbeiterInnen in den Diensten und Einrichtungen
- Für die „späten, erfahrenen“ Geschwister –
eher Geschwistergruppen
- d.h. für die Professionellen:
Unterstützung der Selbstreflexion und
Bereitstellung von fruchtbaren Rahmenbedingungen

Und:

- Für die „frühen“ Geschwister - ebenso wichtig wie
- für die „späten, erfahrenen“ Geschwister –
- der dringende Appell an die Eltern und die professionellen Helfer:
tut alles, damit wir nicht das aufgebürdet bekommen,
was unsere Eltern kaum tragen konnten!

Zum Abschluss ...

**Ich danke Ihnen für Ihre
Aufmerksamkeit!**

