

# Ach Brüderchen, oh Schwesterchen

Vormachen und nachahmen, Geheimnisse teilen und streiten. Die Geschwisterbeziehung prägt uns und gewinnt in der Paartherapie an Bedeutung.

TEXT: SABINE STROBL

**G**eschwister halten ihre Pappenheimer auf Trapp. Wenn alles gut geht, sitzen sie nach der Rushhour des Lebens im Alter wieder zusammen. Und neugierige Geister fragen sich, was sie wohl zu bereden und zu beschweigen haben. Geschwisterbeziehungen sind ein junges Forschungsfeld. Sich mit ihrer Dynamik zu beschäftigen, kann zudem in Paarbeziehungen erhellend sein. „Möglicherweise wird unterschätzt, wie sehr die Geschwisterbeziehung Einfluss auf die Beziehung von Paaren hat“, sagt Susanne Pointner. Die Wiener Psychotherapeutin und Autorin bezieht in der Paartherapie auch die Prägung durch Geschwister mit ein. Der Blick auf diese spezielle Verbindung lohnt sich, wird da doch das Zusammenleben auf Augenhöhe erprobt. Auch wenn ältere Geschwister am Anfang mächtiger erscheinen.

## Vergessene Fähigkeiten

Geschwister verbringen am Beginn ihres Lebens meist mehr Zeit miteinander als mit ihren Eltern. Sie ahmen nach, sie leiten an, sie wetteifern um die Gunst der Eltern. Sie haben Geheimnisse vor ihnen und entdecken gemeinsam die Welt. Sie handeln auch alles Mögliche aus, lernen in einer Beziehung durchzuhalten und spenden im Falle Trost. Vor allem streiten Geschwister aus-

giebig. Untersuchungen zeigen etwa, dass Geschwister zwischen zwei und neun Jahren alle neun Minuten in einen Konflikt geraten. Viel Lehrzeit also.

Die kleine Liste zeigt, wie wertvoll Geschwisterbeziehungen sein können. Laut Pointner gibt es oft schöne Kindheitserlebnisse mit diesen besonderen Zeitzeugen. Einzelkinder teilen diese Erlebnisse mit Kameradinnen und Kameraden. „Wichtig ist, sie in Erinnerung zu rufen. Oft sind Fähigkeiten, die man hatte, in Vergessenheit geraten“, sagt Pointner und verweist auf Einfallsreichtum, Humor und Leichtigkeit. Geschwister lösen Konflikte auf, indem sie weggehen, Hilfe holen, streiten oder spielen. Die Paartherapeutin beobachtet, dass Erwachsene oft das Gefühl haben, ein Problem auf eine bestimmte Art lösen zu müssen. Es kommt die Aufforderung „Wir müssen miteinander reden“ oder Schweigen macht sich breit. Pointner: „Wenn man dann nachfragt, welche Möglichkeiten es als Kind in der Lösung von Konflikten gegeben hat, erfährt man, dass man kreativer und vielfältiger im Umgang miteinander war.“

Umgekehrt können Verhaltensmuster unter Geschwistern unangenehm und gefährdend bleiben. Die Psychotherapeutin nennt das Beispiel Konkurrenz, die im Leben als Paar vorhanden

ist, aber weniger beachtet werde. Da geht es dann um Fragen, wer bei den Kindern, Freunden oder Eltern beliebter ist und wer sich im Beruf mehr durchsetzt. Auch hier lohnt es sich, genauer hinzusehen, wie man sich als Kind den Platz an der Sonne ergattert hat. Bekam man die Aufmerksamkeit als Rebell oder als braver Mensch? Beides kann aber Partner oder Partnerin auf die Palme bringen.

Erfahrungen mit Geschwistern sind also gespeichert. Extrem negative Erlebnisse sind oft fassbarer. Aber auch ein Nebeneinander wirkt sich laut Pointner aus. „Vielleicht hat eine Person gelernt, sich auf sich selbst zu



„Möglicherweise wird unterschätzt, wie sehr die Geschwisterbeziehung Einfluss auf jene von Paaren hat.“

Susanne Pointner,  
Psychotherapeutin

Mehr zu  
Märchen auf  
[www.tf.com](http://www.tf.com)



Viele Menschen teilen mit Geschwistern schöne Erinnerungen. Sie sind erste Lehrmeister in Sachen Beziehung



FOTOS: ISTOCK, PRIVAT

verlassen, vielleicht aber auch nicht gelernt, sich mitzuteilen.“ Gelegentlich aus der Kindheit zu erzählen, kann in der Paarbeziehung zum Verständnis beitragen.

### **Fundkiste Märchen**

Was machen jetzt Einzelkinder? Sie lernen durch Gleichaltrige. Pointner lenkt die Aufmerksamkeit auf eine Chance. Einzelkinder können in der Paarbeziehung zwischendurch leichter „ihr eigenes Ding machen“. Wie für alle anderen liegt im Verbindung-Halten und Miteinander-Wachsen die Herausforderung. Gefunden hat man sich ohnehin, um ein gemeinsames Thema abzuarbeiten.

Auch in einer Gesellschaft, in der Individualismus großgeschrieben wird, scheinen Märchen nicht ausgedient zu haben. Die Paartherapeutin sieht etwa in „Brüderchen und Schwesterchen“ ein Märchen, das eine positive und negative Geschwisterbeziehung enthält. Elemente daraus lassen sich in mehrfacher Weise auf ein heutiges Paar übertragen. Die ältere Schwester von damals kümmert sich um alles und gönnt sich keine Freiräume. Die Schularbeit des Kindes könnte sonst noch danebengehen. Ihr Partner hatte gelernt, gegenüber seinen beiden Schwestern – die eine rational, die andere eine Revoluzzerin – mit seiner spielerischen Sei-

te zu punkten. Warum soll er sich melden, wenn er später kommt, und warum den Geschirrspüler einräumen, wenn dies ohnehin nicht recht zu machen ist. Die Geschwistergeschichte ist hier eine Sache. Die Auseinandersetzung mit der Hexe, mit dem Aggressiven, ist ein nicht weniger interessanter Punkt. Zumal der Zeitgeist gewaltfreie Kommunikation und psychologische Reflektiertheit fordere. Pointner: „Paare wollen heute oft alles in Frieden und Harmonie lösen. Dabei gehört eine gut integrierte Aggression dazu. Natürlich bin ich auch einmal boshaft, neidig und eifersüchtig.“ Auch in Wölfen und Hexen stecken schließlich Kräfte. ■