



# Lieblingskinder und Schattenkinder

Geschwister nehmen häufig unterschiedliche Rollen in Familien ein. Wie genau werden diese verteilt? Und wann werden elterliche Zuweisungen zur Belastung? Antworten von Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin Inés Brock

**Geschwister können einander zugetan sein, sie können sich aber auch hassen. Wovon hängt es ab, wie Geschwister miteinander zurechtkommen?**

Von der Elternbeziehung. Die Geschwisterdynamik spiegelt wider, wie die Eltern miteinander agieren und wie feinfühlig sie in ihrem Beziehungsverhalten sind. Destruktive Geschwisterterralität etwa ist immer an das Elternverhalten geknüpft.

**Was führt zu einer destruktiven Geschwisterterralität? Zum Beispiel Konstellationen, in denen ein Kind als Leistungsträger bejubelt und eines als Verlierer abgestempelt wird?**

Es kommt schon vor, dass man sich zu einem Kind einen besseren Draht hat als zum anderen und dadurch Eifersucht entsteht. Meistens ändert sich das aber über den Lebensverlauf. Problematisch wird es, wenn die Eltern ihre eigenen Erfahrungen auf die Kinder übertragen und an ein Kind Aufträge delegieren, wie: Du erfüllst jetzt das, was mir im Leben versagt worden ist, und wirst dafür wertgeschätzt, dass du diese Ziele erreichst. Das führt zur Aufwertung dieses Kindes und indirekt zur Abwertung des Geschwisterkindes. Möglicherweise trägt das Lieblingskind noch dazu bei, dass das Geschwisterkind seine Rolle als Schattenkind einnimmt. In dieser Situation entsteht eine dysfunktionale Geschwisterbeziehung.

**Eine schwierige Situation für beide Geschwister ...**

Natürlich, auch das Lieblingskind steht unter großem psychischem Druck, es muss dauernd hart arbeiten und hat ständig Angst, seine Position wieder zu verlieren. Es gibt aber auch Lieblingskinder, die große Solidarität mit dem Schattenkind haben und darunter leiden. Geschwister bilden untereinander schließlich ein separates Familiensystem und organisieren sich mit eigenen Regeln. Wenn es gut läuft, verbringen sie miteinander mehr Zeit als mit den Eltern, manchmal gibt es sogar eine Art Verbündung untereinander, auch gegen die Eltern.

**Beide Verhaltensweisen sind also möglich.** Genau, deshalb sprechen wir in der Erziehungswissenschaft auch von der Kompensationshypothese und der Kongruenzhypothese. Die Kompensationshypothese besagt, dass Geschwister sich unterstützen, wenn Eltern ihre Aufgaben nicht ausreichend wahrnehmen, sie sind also eine Ressource füreinander. Die Kongruenzhypothese besagt, dass Geschwister sich in konfliktreichen Elternhäusern genauso verhalten wie die Eltern. Sie übernehmen dann die aggressive Streitkultur der Eltern, das Familienklima entspricht dem elterlichen Beziehungsmodell.

**Ob Lieblingskind oder Schattenkind, wie entscheidet sich, welches Kind im Familiensystem welche Rolle zugewiesen bekommt?**

Schwer zu sagen. Ganz generell lässt sich beobachten, dass Erstgeborene häufiger mit elterlichen Übertragungen zu recht kommen müssen. Oft ist es ihre Aufgabe, Verantwortung zu übernehmen, etwa für die Eltern oder Geschwister. Sie rutschen leicht in die Partnerersatz- oder Elternrolle für Mutter oder Vater und erhalten dann nur Anerkennung, wenn sie diese Funktionen auch ausfüllen. Mittelkinder hingegen werden oft nicht richtig gesehen, das kann für sie belastend sein, manchmal können sie dadurch aber auch Freiräume

besser nutzen. Bei den Nesthaken hängt es davon ab, ob sie Nachzügler sind oder nicht. Wenn sie im Familiensystem spät geboren sind, sind sie oft eng an die Eltern gebunden, haben Schwierigkeiten, Autonomie Schritte zu gehen, spüren den Druck, die Eltern nicht alleine zu lassen. Aber natürlich ist auch die Geschlechterkonstellation oft ausschlaggebend bei der Rollenverteilung im Familiensystem.

**Häufig ist die Zuweisung von Rollen an die Kinder ja bereits eine Wiederholung aus der eigenen Kindheit der Eltern.**

Das stimmt. Deshalb bin ich als Psychotherapeutin auch weit davon entfernt, einem Elternteil die Schuld zuzuweisen. Aber die Erteilung von Aufträgen oder Rollen erfolgt nicht zwangsläufig entlang derselben Linien wie bei den Eltern. Wenn die Großmutter etwa früh den Mann verloren hat und die Mutter schon von jungen Jahren an in der Verantwortung war, sich um die Großmutter zu kümmern und das Einkommen zu generieren, dann kann es sein, dass die Mutter diese Verantwortung später auch von ihrer eigenen Tochter verlangt und sie nicht in die Autonomie entlässt. Es kann aber auch sein, dass überkompensiert, das heißt, die Tochter sehr früh ins eigene Leben ausstößt, weil sie nicht möchte, dass ihr Kind ähnliche Erfahrungen machen muss wie sie selbst. Das eine wäre die Wiederholung, das andere der Modus der Überkompensation.



**Inés Brock**  
ist Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Familientherapeutin und Erziehungswissenschaftlerin. Ihr jüngstes Buch *Geschwister verstehen. Professionelle Begleitung von Kindern und Erwachsenen* ist 2020 im Reinhardt-Verlag erschienen

**Können Geschwister sich gegen Rollenzuschreibungen wehren?**

In jungen Jahren sind Kinder natürlich noch sehr abhängig von den Eltern, da ist es schwierig, sich zu wehren. Wenn sie aber langsam in die Autonomieentwicklung gehen, können sie beginnen, ihre Position in der Familie zu reflektieren. Oft geschieht das zum Beispiel mithilfe des Partners oder der Partnerin.

**Wie stehen die Chancen, dass destruktive Geschwisterdynamiken im Erwachsenenalter gemeinsam aufgearbeitet werden können?**

Wenn die Geschwister ein einigermaßen kohärentes Selbst entwickeln konnten, sind sie meist in der Lage, die Verletzungen aus der Kindheit miteinander auszuhandeln und zu bearbeiten. Manchmal ist es aber schwierig, sich aus dieser Destruktivität herauszubewegen. Es gibt Geschwisterbeziehungen, die bleiben über den Lebenslauf hinweg destruktiv oder auch extrem gleichgültig. Wenn der Leidensdruck groß genug ist, kann professionelle Hilfe wichtig sein. Das muss man aber wollen. Oft arbeitet es doch nur einer auf. Und trotzdem bleiben die Geschwister intrapsychisch immer präsent, man kann sich von ihnen nicht trennen. ■

**ZUM WEITERLESEN**

Inés Brock: *Geschwister verstehen. Professionelle Begleitung von Kindern und Erwachsenen*. Reinhardt Verlag 2020, €26,90