



**Jessy Herrmann, Christa Engelhardt-Lohrke,  
Florian Schepper**

# Workshop Erwachsene Geschwister

**Peer2Peers – Geschwister beraten Geschwister**

Ein Projekt der Stiftung FamilienBande

in Kooperation mit  
Verbund für Geschwister und

Herausgegeben von der  
Bundesvereinigung Lebenshilfe e.V.

Lebenshilfe-Verlag Marburg 2019

# Inhalt

|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| <b>1</b> | <b>Vorwort</b>   | <b>5</b>  |
| <b>2</b> | <b>Einleitende Worte</b> .....   | <b>7</b>  |
| <b>3</b> | <b>Peer2Peers: Geschwister beraten Geschwister</b> .....   | <b>10</b> |
| 3.1      | Die psychosoziale Situation von Geschwisterkindern chronisch kranker, behinderter oder verstorbener Kinder .....                   | 11        |
| 3.2      | Psychosoziale Situation erwachsener Geschwister – Erkenntnisse aus den wissenschaftlichen Vorarbeiten des Projekts Peer2Peers..... | 13        |
| 3.3      | Fazit und Schlussfolgerungen für das Projekt Peer2Peers .....  | 15        |
| 3.4      | Aktuelle Versorgungsstrukturen für erwachsene Geschwister.....   | 16        |
| 3.5      | Das Rahmenkonzept Workshops für erwachsene Geschwister .....   | 17        |
| <b>4</b> | <b>Peer2Peers Workshops – Pädagogische Grundhaltung und Rahmenbedingungen</b> .....  | <b>19</b> |
| 4.1      | Pädagogische Grundhaltung.....   | 19        |
| 4.2      | Rahmenbedingungen der Kursdurchführung.....  | 20        |
| 4.2.1    | Zielgruppe und Gruppenzusammensetzung .....  | 20        |
| 4.2.2    | Ein- und Ausschlusskriterien.....  | 21        |
| 4.2.3    | Anbieterqualifikation und Dozent(inn)enschlüssel .....   | 21        |
| 4.2.4    | Räumlichkeiten und Zeiten.....   | 22        |
| 4.2.5    | Vor- und Nachbereitung.....  | 23        |
| <b>5</b> | <b>Peer2Peers BASIS – Ziele und Ablauf</b> .....   | <b>25</b> |
| 5.1      | Ziele des Workshops .....  | 25        |
| 5.2      | Ablauf des Workshops .....   | 26        |
| 5.3      | Verwendete Symbole .....   | 28        |

---

|                 |   |           |
|-----------------|---|-----------|
| <b>6</b>        | <b>Erster Tag – Kennenlernen &amp; Seminareröffnung.....</b>                      | <b>29</b> |
| 6.1             | Namensgeschichte: Ein Einstieg .....  | 29        |
| 6.2             | Erwartungen und Befürchtungen .....   | 30        |
| <b>7</b>        | <b>Zweiter Tag – Rückblick auf die eigene Geschichte als Geschwisterkind.....</b> | <b>32</b> |
| 7.1             | Die Lebenslinie: Lebensereignisse im Zusammenhang .....                           | 33        |
| 7.2             | Die Wendepunkte: Höhen und Tiefen .....   | 37        |
| 7.3             | Das Lebensbuch: Kreative Entspannung.....   | 39        |
| 7.4             | Leben im Lauf(en): Aktiver Austausch .....  | 41        |
| <b>8</b>        | <b>Dritter Tag – Der Blick nach vorn.....</b>                                     | <b>44</b> |
| 8.1             | Zündende Idee: Rückblick auf den gestrigen Tag.....                               | 44        |
| 8.2             | Moderne Magier: Ziele im Leben.....   | 45        |
| 8.3             | Babuschka: Die Gruppe hält sich.....  | 47        |
| 8.4             | Lebensbuch II: Resümee und Erinnerung .....                                       | 49        |
| 8.5             | Runder Tisch: Wie wollt ihr eure Erfahrungen einsetzen? .....                     | 50        |
| <b>9</b>        | <b>Danksagung.....</b>  | <b>51</b> |
| <b>10</b>       | <b>Literatur.....</b>   | <b>52</b> |
| <b>Anhang 1</b> | <b>.....</b>  | <b>54</b> |

# Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Peer-counseling Geschwister (eigene Darstellung) ..... 11

Abbildung 2: Bewältigung einer chronisch körperlichen Erkrankung im Kindes- und Jugendalter, eigene Darstellung nach PETERMANN (2013)..... 12

Abbildung 3: Beispiele für psychosoziale Angebote für erwachsene Geschwister .... 16

Abbildung 4: Rahmenkonzept Workshops erwachsene Geschwister (eigene Darstellung) ..... 18

Abbildung 5: Beispielhafter Ablauf des Workshops .....27

Abbildung 6: Übersicht verwendete Symbole ..... 28

Abbildung 7: Kennenlerninteraktion Balken..... 33

Abbildung 8: Beispiel einer Lebenslinie..... 36

Abbildung 9: Beispiel eines Lebensbuchs ..... 40

Abbildung 10: Wanderung mit Ausblick.....42

Abbildung 11: Interaktion Babuschka..... 48

Abbildung 12: Erinnerungsbilder .....49

# 1 Vorwort

Als mich die Autor(inn)en um ein Vorwort für ihr Manual zum psychosozialen Workshop Peers2Peers baten, war ich kurz überrascht. Ich arbeite als Psychologische Psychotherapeutin mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, lehre und arbeite wissenschaftlich zur Seelischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Das Thema „Geschwister“ kommt dabei „immer mal wieder“, aber nicht vordringlich auf. Und wie ist es bei mir persönlich? Ich habe keine Geschwister. Doch dann wurde ich neugierig. Neugierig darauf, wie das wohl so wäre, mit Geschwistern? Neugierig darauf, was in diesem Workshop passiert und was der Hintergrund dafür ist.

## Wie wäre das wohl mit Geschwistern?

Als Einzelkind schaue ich mit einer Mischung aus Neugier und Neid auf Geschwisterbeziehungen. Als Geschwister ist man „nie allein“, „hat immer jemanden zum Spielen oder Reden“, „kann sich immer unterstützen“. Geschwistersein beruht demnach auf einer eigentlich nicht-aufkündbaren Beziehung zueinander, die geprägt ist durch gegenseitige Fürsorge und Unterstützung. Dachte ich.

Doch Geschwister müssen auch teilen, mehr als Einzelkinder: Lebensräume, elterliche Zeit und Zuwendung. Tritt eine Erkrankung hinzu, entsteht ein Ungleichgewicht. Aus Sicht gesunder Kinder mag das erkrankte Geschwister sowohl als bedrohliches Spiegelbild empfunden werden („Werde ich auch krank?“, „Ich will gesund bleiben“), als auch als Motivator („Ich will helfen“). Damit kann eine chronische oder letale Erkrankung gleichsam Entwicklungschance und Entwicklungsrisiko bedeuten, sowohl für erkrankte wie auch gesunde Geschwister. Für beide Seiten ist die Erkrankung potenziell identitätsstiftend. Doch wie weit wirkt dies ins Erwachsenenalter hinein? Der Workshop zeigt auf: Geschwister eines chronisch, lebensbedrohlich erkrankten, behinderten oder gar verstorbenen Kindes zu sein hört nicht einfach mit dem Erreichen der Adoleszenz auf. Aus dem Geschwistersein gibt es kein ‚Herauswachsen‘. Wenn die eigenen Eltern Verantwortung übergeben wollen, kann sich eine besonders herausfordernde Situation ergeben. Das Projekt Peer2Peers entstammt der Beratung und Praxisarbeit mit erwachsenen Geschwistern. Es ermöglicht es, sich diesen Herausforderungen in professioneller Art und Weise, angeleitet und im gemeinsamen Erfahrungsaustausch bewusst zu werden.

## Was passiert in diesem Workshop?

Der Workshop bietet die wertvolle und vielleicht auch einmalige Möglichkeit zum Austausch erwachsener Geschwister untereinander und zur gegenseitigen Beratung betroffener Experten, und zwar auf Augenhöhe. Er lädt ein zum Kennenlernen der Perspektiven anderer, erlaubt die Wahrung oder den Wechsel der eigenen Perspektive auf die Erkrankung des Geschwisters und deren Folgen für die eigene Biographie. Die persönlichen Belange der gesunden Geschwister stehen im Vordergrund. Es kann ein intensiver Erfahrungsaustausch initiiert werden, der Identifikationsmodelle und Narrative erschafft. Ein ursprünglich vornehmlich in der Selbsthilfe verortetes Thema wird auf diese Weise an ein niederschwelliges (wenngleich intensives!) Beratungsangebot angeschlossen.

Die Teilnahme am Workshop erfordert von allen Seiten Reflexionsvermögen, Interesse aneinander und nicht zuletzt Neugier auf einander. Ich wünsche allen Teilnehmern eine ebensolche Neugier auf ein gegenseitiges Kennenlernen, den Dozenten wünsche ich Neugier auf einen regen Austausch. Den Autoren wünsche ich Neugier darauf, wie ihr Konzept wahrgenommen, angenommen und bestenfalls weitergetragen wird. Mich haben das Thema und der Workshop jedenfalls neugierig gemacht!

*Prof. Dr. Susanne Knappe,*

AG Seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, Institut für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Technische Universität Dresden

## 2 Einleitende Worte

Geschwister von Kindern mit schweren und mitunter lebensverkürzenden chronischen Erkrankungen oder Behinderungen sowie verwaiste Geschwister werden sowohl in der psychosozialen Forschung als auch in der Versorgung mehr und mehr in den Blick genommen. Erkrankt ein Kind schwer, sind meist alle Familienmitglieder betroffen. Gesunde Geschwister können darunter leiden, dass sich familiäre Routinen ändern, die Aufmerksamkeit ihrer Eltern beim erkrankten Kind gebunden ist oder sie verantwortungsvolle Rollen im Familiengefüge übernehmen. Spezielle Präventions- und Rehabilitationsangebote für kindliche Geschwister adressieren mögliche psychosoziale Folgen und sind zunehmend implementiert sowie zum Teil durch Krankenkassen refinanziert (SPILGER u. a. 2015).

Doch: Geschwistersein hört im Erwachsenenalter nicht auf. Dies zeigen sowohl unsere wissenschaftliche Untersuchung als auch die praktischen Erfahrungen (HERRMANN 2019). Reflektieren die Betroffenen im Erwachsenenalter die Auswirkungen ihrer familiären Rolle als gesundes Geschwisterkind, nehmen sie von erhöhter Empathie und Selbstständigkeit bis hin zu Überforderung und ambivalenten Gefühlen gegenüber Eltern und erkranktem Kind ganz unterschiedliche Folgen wahr. Mitunter zeigen sich die langfristigen Auswirkungen des Aufwachsens in der Rolle des gesunden Geschwisters in einer rückblickend zu kurzen Kindheit, einer beeinflussten Berufswahl oder einer tangierten Familiengründung.

Darüber hinaus sind es nicht selten erwachsene Geschwister, die gemeinsam mit oder auch ohne ihre Eltern verantwortungsvolle Entscheidungen für ein Geschwister treffen, das in der selbstständigen Lebensführung aufgrund einer schweren chronischen Erkrankung oder Behinderung eingeschränkt ist. Die sogenannte Pfl egetransition von „alten“ Eltern zu erwachsenen Geschwistern ist auch vor dem Hintergrund sich stetig verbessernder medizinischer Behandlungsmöglichkeiten und Verlaufsprognosen zu betrachten (SCHMIDT & THYEN 2008). Die erwachsenen Geschwister erfahren dann Anforderungen, die im Kindes- und Jugendalter noch ferngehalten worden sind. Nach unserem Dafürhalten beschreiben die Betroffenen eine Art moralisches Dilemma zwischen wahrgenommener Verantwortung, gefühlter Verpflichtung und realen Möglichkeiten, welches sich durch das weitere Erwachsenenleben zieht.

Vor diesem Hintergrund ist es nur folgerichtig, dass psychosoziale Begleitung von Geschwistern nicht im Kindes- oder Jugendalter endet und in Zukunft mehr psychosoziale Angebote erwachsene Geschwister adressieren sollten. Bisher sind es vor allem Betroffeneninitiativen, die auf die eigene Situation aufmerksam machen und regen Zulauf erhalten. Die Selbsthilfegruppen geben das Gefühl, mit der Situation nicht allein zu sein und die erwachsenen Geschwister unterstützen sich – im Sinne des Peer-counseling – durch Zuspruch und Informationen gegenseitig.

Beim Gespräch mit Betroffenen sowie in Informationsveranstaltungen für erwachsene Geschwister werden häufig Themen des Sozialrechts, der Betreuung und der Pflege artikuliert. Dies zeigt, wie groß der Bedarf der erwachsenen Geschwister nach Orientierung und Anbindung in der sehr heterogenen und unübersichtlichen Versorgungslandschaft ist und wie viele von ihnen sich mit der Verantwortung für ein erkranktes Geschwister auseinandersetzen.

Der hier beschriebene psychosoziale Workshop möchte jedoch den Blick von diesen Versorgungsaspekten weg, auf die ganz persönlichen Belange der Geschwister richten. Werden Fragen nach der individuellen Lebensgeschichte und der Ausgestaltung der Rolle als gesundes Geschwister gestellt, kommen die persönlichen Themen dieser Angehörigen zum Vorschein. Diese Fragen sind: Wie ging und geht es *dir* als Geschwister? Was war und ist *deine* Rolle im Familiengefüge und wie hat sie sich auf *deine* Person ausgewirkt? Was ist passiert, dass den Verlauf *deines* Lebens beeinflusst hat? Was machst *du* mit diesen Erfahrungen und Erkenntnissen? Der Fokus auf das (Er-)Leben der Geschwister bewirkt, dass die erwachsenen Geschwister – wie bei psychosozialen Angeboten für kindliche Geschwister auch – das Gefühl haben, Beachtung zu erfahren und mit ihren Bedürfnissen im Mittelpunkt zu stehen.

Die Teilnehmer(innen) erhalten im Workshop Anregungen, über ihre eigene Lebensgeschichte zu reflektieren und eine Erzählung dieser zu er- und bearbeiten, an welche sie auch zukünftige Lebensentscheidungen stimmig anknüpfen können. Von außen betrachtet mögen einige Erzählungen keine gelungene Bewältigung herausfordernder Lebensumstände wiedergeben, der Maßstab dafür muss jedoch den Betroffenen überlassen werden: Ziel ist, dass ihre Erzählung sie zufrieden stellt, sich mit *ihren* Vorstellungen und Werten deckt und darauf aufbauend Lebensentscheidungen reflektiert getroffen werden können. Schließlich funktioniert diese Bearbeitung der Lebensgeschichte ganz wesentlich über den Austausch unter erwachsenen Geschwistern, welcher gleichsam eine Art des Peer-counselings darstellt und Anregungen schafft, über ein Engagement in der Selbsthilfe oder im Rahmen eines Ehrenamts nachzudenken.

Die in diesem Handbuch sehr detailliert dargestellten Methoden der biografischen Arbeit können genutzt werden, um ein niedrigschwelliges psychosoziales Angebot mit beraterischem Charakter für eine Gruppe von sechs bis zwölf erwachsenen Geschwistern zu realisieren. Sie erfordern von den Dozent(inn)en Kenntnis in der Anwendung systemischer Methoden und richtet sich in diesem Sinne an Expert(inn)en im psychosozialen Bereich (Sozialpädagogik, Heilpädagogik oder Psychologie). Damit diese adäquat auf die Bedürfnisse der Teilnehmer(innen) eingehen können, sollten sie den Workshop mindestens in einem Zweierteam durchführen. Auf Teilnehmerseite werden erwachsene Geschwister mit ganz unterschiedlichen Krankheitserfahrungen in der Familie angesprochen: von geheilten Krebserkrankungen über andauernde Beeinträchtigungen bis hin zu letalen Krankheitsverläufen haben wir sehr positive Erfahrungen mit

der krankheitsbezogenen Heterogenität der Gruppe gemacht, deren Mitglieder sich im jungen bis mittleren Erwachsenenalter befanden.

Zunächst enthält das Handbuch Informationen zum Projekt Peer2Peers: Kapitel 4 beinhaltet wissenschaftliche Informationen zur psychosozialen Situation von Geschwisterkindern sowie erwachsenen Geschwistern. Zudem wird eine eigene qualitative Befragung adoleszenter Geschwister vorgestellt, deren wesentliche Ergebnisse uns wertvolle Hinweise für die Ausgestaltung eines psychosozialen Angebots für diese Zielgruppe gegeben haben. Ebenso erfolgt eine knappe Ausführung zu aktuellen Versorgungsstrukturen für erwachsene Geschwister sowie ein Rahmenkonzept für mögliche weitere Workshops. Kapitel 5 enthält die von uns als essenziell erachteten pädagogischen Grundhaltungen, sowie Hinweise zu den Rahmenbedingungen der Durchführung des Workshops, zum Beispiel Zielgruppe und Gruppenzusammensetzung, Ein- und Ausschlusskriterien, Anbieterqualifikation und Dozentenschlüssel, Räumlichkeiten sowie Informationen zur Vor- und Nachbereitung. Ziele und konkreter Ablauf der einzelnen Interaktionen an den insgesamt drei Workshoptagen sind in den Kapiteln 6 bis 9 dargestellt.