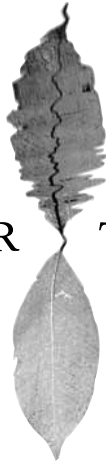


MINKE WEGGEMANS  
GESCHWISTERTOD



Minke Weggemans

GESCHWISTER    TOD



Leben mit einem schweren Verlust

Kösel

Aus dem Niederländischen von Waltraud Heitzer-Gores

Die Originalausgabe erschien unter dem Titel  
»Broederziel alleen?« bei Uitgeverij Kok,  
Kampen, Niederlande



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier  
*EOS* liefert Salzer, St. Pölten

Copyright © 2005 Uitgeverij Kok, Kampen, Niederlande  
Copyright © für die deutsche Ausgabe 2010 Kösel-Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Umschlag: Kaselow Design, München  
Umschlagmotiv und Abbildung im Innenteil: Getty Images/  
Momoko Takeda  
Druck und Bindung: CPI Moravia Books s.r.o., Pohorelice  
Printed in Czech Republic  
ISBN 978-3-466-30843-9

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem gesamten lieferbaren  
Programm finden Sie unter  
[www.koesel.de](http://www.koesel.de)

Für  
Aatke, Pieter und  
Minko



# INHALT

Vorwort .....	13
1 »Sie war meine Schwester«	
Der nicht anerkannte Verlust .....	17
Ein fehlendes Kapitel .....	17
Unbemerakter Verlust .....	18
Auf den Tod nicht leiden können .....	20
Gespräche mit Brüdern und Schwestern .....	21
Das erste Gespräch .....	22
Nicht darüber reden können .....	25
Der nicht anerkannte Kummer .....	26
Erfahrungen von Brüdern und Schwestern .....	27
2 »Er war nur ein Bruder«	
Beziehungen zwischen Brüdern und Schwestern .....	29
Was bedeuten Geschwister einander? .....	29
Ein Band für das ganze Leben .....	30

Die am längsten währende Beziehung überhaupt ....	32
Jugenderinnerungen .....	33
Eine gemeinsame Geschichte? .....	34
Eine emotionale Bindung .....	34
Man begegnet sich in seinen Geschwistern selbst .....	36
Geschwister kennen sich in- und auswendig .....	36
Eine Quelle des Glücks oder des Kammers? .....	37
Die Bindung wird auf die Probe gestellt .....	38
Abstand halten .....	38
Keine Verpflichtungen .....	40
Loyalität .....	41
In die Beziehung investieren .....	41
Eine bedeutungsvolle Beziehung .....	43

### 3 »Wie viel näher kann der Tod mir noch kommen?«

Wenn der Tod sehr nahekommt.....	45
Wie viel näher? .....	45
So viele Verluste .....	46
Zum einzigen Kind werden .....	48
Ein Zwilling Bruder oder eine Zwillingsschwester .....	49
Den besten Freund verlieren .....	50
Ein größerer Verlust als der des Partners? .....	51
Wenn es keine enge Bindung gab .....	54
Die schlechte Nachricht .....	55
Auf ein Wunder hoffen .....	57
Die letzten Wochen oder Tage .....	60



Der endgültige Abschied .....	61
Die Beisetzung vorbereiten .....	63
Die Wohnung ausräumen .....	64
4 »Wie alt war er?«	
Das Alter .....	65
Wie alt war dein Bruder? .....	65
Älter als die älteste Schwester? .....	66
Wie alt waren Sie selbst? .....	68
Kinder .....	68
Jugendliche .....	73
Erwachsene .....	75
Gibt es ein »passendes« Alter für den Verlust der eigenen Schwester? .....	76
Wie alt werde ich selbst? .....	78
Ein roter Faden .....	79
5 »Verwundert über Ihre Tränen?«	
Gefühle und Gedanken .....	81
Verwundert? .....	81
Verwirrte Gefühle .....	83
Schuldgefühle .....	84
Wäre ich nur ... ..	85
Hätte ich nur ... ..	86
Wenn er nicht tot wäre ... ..	88
Im Stich gelassen .....	90
Ihn schrecklich vermissen .....	92

Leiden Männer weniger? .....	94
Macht es dir nichts aus? .....	95
<b>6 »Ein Teil von mir ist tot«</b>	
Ein anderer Mensch werden .....	97
Meine Hände sind mir fremd .....	97
Verletzlichkeit .....	99
Sich um andere kümmern .....	101
Ihr Kummer beschämt Sie .....	101
Ein anderer Mensch werden .....	102
Bin ich noch deine Schwester? .....	107
Selbstwertgefühl .....	108
Anders im Leben stehen .....	109
<b>7 »Wie viele seid ihr zu Hause?«</b>	
Veränderungen in der Familie .....	113
Eine andere Familie werden .....	113
Die Familie wird nie wieder »normal« .....	115
Abgebrochene Verbindungen .....	117
Unklarheit über den eigenen Platz .....	119
Wie viele Brüder und Schwestern hast du? .....	121
Hast du noch mehr Geschwister? .....	122
Die Trauer bringt uns einander nicht näher .....	123
Rückhalt vom Partner .....	127
Wie geht es deinen Eltern? .....	128
Kümmerst du dich auch gut um deine Eltern? .....	129

Die Eltern des Bruders .....	130
Emotionale Abhängigkeit .....	132
<b>8 »Trauern Brüder und Schwestern auch?«</b>	
Ein Trauerprozess .....	135
Sich der Trauer stellen .....	135
Wahrhaben .....	139
Wiedererkennen .....	142
Trauerliteratur .....	144
Der am längsten währende Trauerprozess .....	145
Den Trauerprozess bei sich selbst erkennen .....	146
Fragebogen .....	147
Eine spirituelle Herangehensweise .....	151
Eine sinnvolle Antwort? .....	153
Um die Liebe trauern .....	155
Trauern ist etwas Lebensbejahendes .....	156
<b>9 »Wer ist jetzt wie ein Bruder oder eine Schwester für Sie?«</b>	
Begleitung? .....	157
Warum Begleitung in Anspruch nehmen? .....	157
Ihre Lebensgeschichte .....	160
Mit wem können Sie jetzt reden? .....	161
Wie eine Schwester .....	165
Gesprächs- oder Trauergruppen .....	167
Dem Bruder oder der Schwester einen Platz geben ...	172
Workshops .....	174

Gesellschaftliche Anerkennung für diesen Trauerprozess .....	176
10 »Er ist tot, ich lebe noch«	
Weiterleben mit einem Auftrag? .....	179
Das Leben geht seinen gewohnten Gang .....	179
Bilanz ziehen .....	180
Die Bindung bleibt .....	182
Neue Kontakte knüpfen .....	185
Weiterleben mit einem Auftrag? .....	187
Danksagung .....	193
Literatur .....	195
Anmerkungen .....	202
Die Autorin .....	205

## Vorwort

Seine Eltern leben nicht mehr und er ist geschieden. Mit seinen beiden Jungs macht er Urlaub in Frankreich. An einem Morgen beobachtet er seine beiden Söhne, wie sie vor dem Zelt miteinander spielen. Diese Szene weckt in ihm starke Emotionen. Er hatte auch einmal einen Bruder, doch dieser Bruder lebt nicht mehr. Er kannte ihn nie richtig und nennt ihn seinen »Nicht-Bruder«. Die Szene mit seinen eigenen Söhnen lässt ihn ahnen, was er vermisst hat, was Brüder füreinander bedeuten können. »Ich muss ihn neu erschaffen, ihn zum Leben erwecken, ihn kennenlernen und einen echten Bruder an ihm haben, damit ich ihn zum zweiten Mal sterben lassen kann und im Nachhinein um ihn trauern kann. Ich werde mich glücklich fühlen wegen des Bruders, den ich gehabt habe. Ich werde ihn endlich vermissen können.«

Diese Szene beschrieb der niederländische Schriftsteller und Verleger Wouter van Oorschot bei der Präsentation seines Buches »Verkleed als mens« (auf Deutsch etwa: »Verkleidet als Mensch«), der ich persönlich beiwohnen konnte. Van Oorschot erzählte außerdem, wie der selbst gewählte Tod seines Bruders innerhalb der Familie immer ein Tabuthema war. Erst der Tod seiner Eltern und seine Ehescheidung machten es für ihn erforderlich und möglich, die Bedeutung seines einzigen Bruders zu hinterfragen.

Eine Lebenskrise bringt einen Menschen oftmals in tieferen Kontakt mit seinem eigenen »Lebensarchiv« und den wichtigen Lebensdokumenten, die dort, manchmal ganz verwaht, lagern. Die Vergangenheit ist viel stärker im Heute präsent als die »Hier-und-Jetzt-Gläubigen« es uns glauben lassen wollen. Ein Mensch ist immer ein Mensch mit Geschichte, die in seinem inneren Selbst wieder Geschichte schreibt. Aber manchmal scheint sie zu stagnieren.

Der Tod, das Sterben eines Bruders oder einer Schwester kann unser Leben weitreichend beeinflussen und ändern. Das erkennt man manchmal erst sehr viel später. Man kann sogar noch um eine Schwester oder um einen Bruder trauern, die schon gestorben sind, bevor man selbst geboren wurde. Manchmal werden Kinder – nicht selten auf Anraten – nach einem verstorbenen Geschwister benannt. Das kann als besondere Ehre empfunden werden, aber auch als große Last, denn einen Menschen kann man nicht ersetzen wie einen Schuh oder ein Auto. Wie das Sterben einer Schwester oder eines Bruders sich auf das eigene Leben auswirkt und auf welche Weise sich das Leben dadurch verändert, ist von Fall zu Fall verschieden. Es hängt von mehreren Faktoren ab, wie dem Band, das zwischen den Geschwistern bestand, dem Alter, der Aufmerksamkeit, die der Todesfall erregt hat, der Art und Weise des Sterbens, der Position in der Familie und vielem anderen mehr.

In Begegnungen mit Jugendlichen in der Arbeitsgruppe »Geschwister« der Vereinigung *Eltern eines verstorbenen*

*Kindes* (VOOK in den Niederlanden) ist mir besonders deutlich geworden, dass es hier um unterschätzte Trauer geht. Auch wenn erwachsene oder ältere Brüder oder Schwestern sterben, ist das nur allzu häufig schlicht »kein Thema«. Niemand fragt danach. »Die Mutter meiner noch jungen Nichten liegt im Sterben, aber im Kreis der Geschwister ist sie die Erste«, sagte die Schwester einer Frau in mittlerem Alter. »Wir waren zu acht, aber jetzt bin nur noch ich übrig ...«, äußerte eine hochbetagte Dame, »niemand scheint zu verstehen, wie nackt und einsam sich das anfühlen kann.« Wer dieses Buch liest, wird künftig bewusster über den Verlust einer eigenen Schwester oder eines Bruders und über die Frage, welche Bedeutung ein solcher Verlust für das eigene Leben hat, nachdenken. Es finden sich in dem Buch viele offene Fragen, die bei diesem Innehalten sehr hilfreich sind. Wer beruflich oder anderweitig mit Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen oder älteren Menschen zu tun hat, die über eine verstorbene Schwester oder einen verstorbenen Bruder sprechen, der kann durch *Geschwistertod* diesem Lebensthema mehr Beachtung schenken. Was allzu häufig als »non-event«, als Geschehen ohne größere Bedeutung wahrgenommen wurde und wird, kann dann die Aufmerksamkeit und die Bedeutung erlangen, die ihm zusteht.

*Marinus van den Berg,  
niederländischer Pastor und Publizist  
zum Thema Trauer*





# I

## »SIE WAR MEINE SCHWESTER«



### Der nicht anerkannte Verlust

#### *Ein fehlendes Kapitel*

Handbücher über Trauerarbeit und Trauerprozesse handeln in der Regel vom Verlust eines Partners, eines Kindes oder eines Elternteils. Neuerdings auch vom Verlust eines Haustiers, einer Arbeitsstelle, eines Karriereziels, vom unerfüllten Kinderwunsch und anderen unerfüllten Sehnsüchten. Ein Buch über den Verlust eines Bruders oder einer Schwester für Erwachsene gibt es bisher nicht. Aus unerklärlichen Gründen ist bis heute nichts über diesen Verlust geschrieben worden, einmal abgesehen von vielen sehr berührenden autobiografischen Dokumenten über

den Verlust »meines Bruders« oder »meiner Schwester« und verschiedenen Romanen, in denen der Tod eines Geschwisters ein wichtiges Thema darstellt.

### *Unbemerakter Verlust*

Der Verlust eines Geschwisters kommt sehr häufig vor, jedes Jahr sind viele Menschen davon betroffen. In Deutschland starben im Jahr 2008 über 840.000 Menschen: Wenn die Verstorbenen im Schnitt einen Bruder oder eine Schwester hatten, dann würde das bedeuten, dass im Jahr 2008 auch mehr als 840.000 Menschen einen Bruder oder eine Schwester verloren haben. Natürlich haben manche Menschen gar keine Geschwister, andere dagegen mehr als nur einen Bruder oder eine Schwester. Diese Zahl ist also nur als vorsichtige Schätzung zu betrachten.

Obwohl jedes Jahr sehr viele Menschen einen Bruder oder eine Schwester verlieren, ist nur wenig über die Folgen dieses Ereignisses im Leben der hinterbliebenen Geschwister bekannt. Aus einer kleinen niederländischen Studie geht allerdings hervor, dass viele Menschen große Schwierigkeiten damit haben, den Verlust eines Bruders oder einer Schwester zu akzeptieren, Frauen fällt dies noch schwerer als Männern.<sup>1</sup>

Dass die Betroffenen große Mühe damit haben, den Verlust ihres Bruders oder ihrer Schwester zu akzeptieren, ist der unmittelbaren Umgebung oft nicht bewusst. Mög-

licherweise kannten die Personen im direkten Umfeld, die Freunde und Bekannten, den Bruder oder die Schwester gar nicht. Möglicherweise hat er oder sie an einem anderen Ort gelebt. So kann der Verlust eines Bruders oder einer Schwester im Umfeld der hinterbliebenen Geschwister so gut wie unbemerkt bleiben. Die Wahrscheinlichkeit, dass jemand die Betroffenen aufsucht, um sein Beileid auszusprechen, ist ziemlich gering. Es handelt sich dabei auch nicht um eine übliche, gesellschaftlich verankerte Geste.

Es gibt kein soziales Auffangnetz für Menschen, die einen Bruder oder eine Schwester verloren haben. Für Menschen, die ohne ihren Partner weiterleben müssen, besteht ein solches Netz glücklicherweise schon. So selbstverständlich es ist, sich um Menschen zu kümmern, die ihren Partner verloren haben, so wenig selbstverständlich ist es bei uns, sich Menschen zuzuwenden, die ihren Bruder oder ihre Schwester verloren haben. Auch deshalb gibt es große Unterschiede zwischen dem Trauerprozess um einen Partner und dem Trauerprozess um einen Bruder oder eine Schwester. Der unterschwellige und unbekannte Trauerprozess um ein Geschwister, der auch Sozialarbeitern, Pfarrern und Ärzten meist verborgen bleibt, tritt im Vergleich zum öffentlichen und anerkannten Trauervorgang der Witwe oder des Witwers gar nicht in Erscheinung.

## *Auf den Tod nicht leiden können*

Wenn es also stimmt, dass die Betroffenen große Schwierigkeiten damit haben, den Verlust ihres Bruders oder ihrer Schwester zu akzeptieren, und wenn sie im Allgemeinen von ihrem Umfeld wenig Beachtung zu erwarten haben, warum bitten sie dann nicht selbst um mehr Aufmerksamkeit? Wie kommt es, dass die Brüder und Schwestern selbst so wenig darüber sprechen, oder aber auf eine derart beiläufige Art und Weise vom Tod ihres Geschwisters berichten, dass der Eindruck entsteht, sie wollen gar nicht darüber reden? Ist es ihnen unangenehm, über den Tod zu sprechen? Lehnen sie es gar strikt ab? Es gibt im Niederländischen die Redewendung: *Een broertje dood aan iets hebben* (vergleichbar etwa mit: etwas auf den Tod nicht leiden können). Diese Aussage bringt heute eine vehemente Ablehnung zum Ausdruck. In der ursprünglichen Bedeutung dieser Redewendung geht es jedoch um die Angst vor der Krankheit, an der der Bruder gestorben ist. Kann es sein, dass die Menschen es ablehnen, über den Tod ihres Bruders oder ihrer Schwester zu reden, weil der Tod dann anscheinend zu nahe an sie selbst herankommt?

Wie dem auch sei, der Verlust eines unserer Geschwister ist meistens kein Gesprächsthema, obwohl es ein Verlust ist, der häufig vorkommt, und der weitreichende Folgen nach sich ziehen kann. Vor einigen Jahren war ich Zeugin, wie ein Teilnehmer in einem Workshop zu seiner eigenen Überraschung entdeckte, dass sein totgeborener Bruder einen starken Einfluss auf seine Jugend und sein

gesamtes weiteres Leben hatte. Wenn der Tod eines Bruders, den man nie kannte, eine derart große Auswirkung auf das eigene Leben hat, müsste dann nicht der Tod eines Bruders oder einer Schwester, die man kannte, einen weitaus größeren Einfluss haben?

### *Gespräche mit Brüdern und Schwestern*

Die Fragen rund um die Folgen eines Verlusts von einem Bruder oder einer Schwester ließen mich nicht mehr los. Welche Auswirkung hat dieser auf das eigene Leben, vor allem auf das Gefühlsleben? Redet man mit anderen Menschen darüber oder geht man einem solchen Gespräch aus dem Weg? Wo findet man Unterstützung? Hat man immer das Gefühl eines Verlusts oder nur dann, wenn der Bruder oder die Schwester einem auch wirklich sehr nahestanden? Wie wichtig sind Geschwister eigentlich für einen Menschen?

Weil ich in der Trauerliteratur keine Antworten auf meine Fragen finden konnte, führte ich mit Menschen, die selbst die Erfahrung dieses Verlusts gemacht haben, Gespräche. Anfangs waren es lange, individuelle Interviews; später leitete ich Gesprächsgruppen und Workshops zu diesem Thema. Inzwischen habe ich mit fast 100 Menschen, die einen Bruder oder eine Schwester durch den Tod verloren haben, gesprochen. Auffallend ist, dass einzelne Gesprächspartner, die schon als Kind ein Geschwisterteil verloren haben, jetzt, da sie erwachsen

sind, darüber reden wollen, weil sich die Geschehnisse von damals noch immer auf ihr Leben auswirken. Die Gespräche beschränken sich also nicht auf diejenigen Menschen, die als Erwachsene eines ihrer Geschwister verloren haben, es geht vielmehr um Gespräche mit Erwachsenen, die *irgendwann in ihrem Leben* einen Bruder oder eine Schwester verloren haben.

### *Das erste Gespräch*

Meine erste Gesprächspartnerin war eine alte Dame, deren Schwester starb, als sie selbst 16 Jahre alt war. Obwohl Lisa (83) damals selbst noch ein Kind war, hatte sie bereits die gesellschaftliche Position einer Erwachsenen. Sie hatte einen Arbeitsplatz und trug die Verantwortung für ihren Teil des Familieneinkommens. Aus ihrer Geschichte zeigt sich, dass der Kummer um eine verlorene Schwester ein Leben lang andauern kann:

»Sie war meine Schwester«



Ich bin 83 Jahre alt und in diesem Alter liegt es in der Natur der Sache, dass man seine Familie verlieren wird. Ich jedoch verlor, als ich 16 war, meine einzige Schwester und ich kann immer noch nicht darüber reden. Sie war 20, ich war 16. Das hat ganz sicher meinen späteren Jugendjahren einen Stempel aufgedrückt und mein ganzes weiteres Leben geprägt. Wenn Sie darüber eine Untersuchung machen wollen und mich so fragen, dann glaube ich schon, dass ich darunter gelitten habe, dass mir so wenig Beachtung zuteil wurde. Als ich neun war,

hatte meine Schwester schon einige Zeit im Sanatorium verbracht. Sie war damals 14. Mit 17 Jahren, ich war 13, musste sie ein zweites Mal in das Sanatorium. Meine Mutter brachte sie dorthin. Ich musste in die Schule, aber eine Freundin begleitete mich zum Bahnhof, um sie zu verabschieden. Das war das letzte Mal, dass sie zu Hause war. Ich habe den Augenblick, an dem sie unser Zuhause verließ, sehr gut in Erinnerung, denn es hatte etwas Radikales. Sie lag drei Jahre in diesem Sanatorium und ist auch noch einmal operiert worden, wobei ein Teil der Lunge entfernt wurde. In dem Sanatorium brach später Scharlach aus, ein Arzt hatte das Virus eingeschleppt, das die Herzklappen schädigen kann. Sie ist letztlich an einem Herzstillstand gestorben. Wir erhielten ein Telegramm, dass es gut wäre, wenn meine Mutter käme. Wir hatten damals noch kein Telefon. Am nächsten Morgen, als meine Mutter sich auf den Weg machte, fragte ich: »Und wenn sie nun stirbt?« Darauf antwortete meine Mutter: »Dann geh doch mit.« Aber ich sagte: »Das kann ich nicht, ich muss doch ins Büro.« Es war eine wirtschaftlich schwierige Zeit und ich hatte gerade eine neue Stelle. Als ich am Ende des Nachmittags nach Hause kam, sagte die Nachbarin: »Das ist aber jetzt schnell gegangen, nicht?« Da habe ich sofort verstanden. Ich bekam frei bis zum Begräbnis, das ein Onkel meiner Mutter organisierte. Wir hatten Blumen für den Sarg gekauft. Der Onkel hat mich aus dem Raum, in dem der Besuch saß, weggeholt und mich mitgenommen in den Raum, in dem Annie aufgebahrt war, und er ließ mich die Blumen um sie herum anordnen. Im Nachhinein fand ich das sehr gut von ihm. Ich habe die Hyazinthen um ihren Körper herum verteilt und die Freesien in ihre Hände gelegt. Ich habe wirklich Gelegenheit



Minke Weggemans

### **Geschwistertod**

Leben mit einem schweren Verlust

Gebundenes Buch, Pappband, 208 Seiten, 12,5 x 18,7 cm

ISBN: 978-3-466-30843-9

Kösel

Erscheinungstermin: März 2010

Trauerbegleitung für erwachsene Geschwister

Der Verlust eines Bruders oder einer Schwester verändert das eigene Leben grundlegend, egal, in welchem Alter man ihn erlebt. Mit dem Geschwister verliert man auch ein Stück seiner eigenen Identität. Dieses Buch bietet erstmals Hilfe für alle, die einen Bruder oder eine Schwester verloren haben, und für jeden, der sich mit der Bedeutung seiner Geschwisterbeziehung beschäftigt.



[Der Titel im Katalog](#)