



Schwwestern

Freundinnen oder Rivalinnen

Keine kennt uns besser – keine kann uns schneller auf die Palme bringen als unsere Schwester. Sie ist intimste Vertraute, aber immer auch Konkurrentin

Niemand begleitet uns so lange wie unsere Geschwister: Unsere Eltern sterben meist vor uns, Partnerschaften gehen in die Brüche, und Freundschaften schlafen ein – aber unsere Brüder und Schwestern bleiben in der Regel ein Leben lang unsere engsten Weggefährten.

Gerade Schwestern leiden darunter, wenn das Verhältnis gestört ist, wenn Neid und Rivalität die Beziehung prägen. Läuft es dagegen gut, sind sie sich näher als alle Freundinnen. Aussuchen kann man sich seine Schwestern nicht – aber sie prägen uns, selbst dann noch, wenn wir den Kontakt zu ihnen abbrechen. Wer eine hat, kann sich laut Geschwisterforschern glücklich schätzen, ist motivierter, ehrgeiziger, optimistischer und führt ein besseres Sozialleben. Grund genug, diese ganz besondere Beziehung einmal näher zu betrachten.

Susanne Ariella Beer & Katharina Quinlan

Die eine lebt in Israel, die andere in Neuseeland. Und nicht nur geografisch sind sie sich oft fern

Die eine ist aus dem Schwarzwald nach Israel ausgewandert, zum Judentum konvertiert und Mutter von sechs Kindern. Die andere verliebte sich in einen Neuseeländer, baute mit ihm eine Farm auf, bekam zwei Töchter. „Als Kinder waren wir unzertrennlich. Heute leben wir in diametral entgegengesetzten Welten“, sagt Katharina (51). „Bei uns in Neuseeland ist es friedlich, meine Schwester dagegen wohnt in einer der konfliktreichsten Zonen der Erde.“ Susanne (50) bestätigt: „Das sind inkompatible Lebenssysteme. Bei uns gibt’s immer wieder existenziell bedrohliche Situationen. Wenn Katharina Fotos von ihren Töchtern schickt, die Kanus bauen, allein in einer Hütte übernachten oder über Wiesen galoppieren, denke ich: Das wäre hier niemals möglich.“

Vor drei Jahren haben sich die Schwestern zuletzt bei der Mutter in Deutschland getroffen. Es war schön. Dennoch: „Eine Beziehung lebt davon, dass man sich sieht, Umfeld und Alltag kennt“, findet Susanne, und Katharina bezeichnet deren „Andersartigkeit“ durch die Befolgung der jüdischen Gebräuche als „gewöhnungsbedürftig“. Trotz aller Entfremdung spüren beide große Nähe zueinander. Katharina: „Ich liebe und bewundere meine Schwester sehr. Geschwister-Beziehungen sind eben ein dynamischer Prozess – mal ist man sich nah, dann wieder fern.“ Susanne: „Auch wenn das Verhältnis immer wieder neu aktiviert werden muss: Unsere Kindheit wird uns ein Leben lang verbinden.“



AUS DER FERNE
Katharina (l.) lebt in Neuseeland, Susannes Wahlheimat ist Israel

Roman-Autorin Christiane Wünsche

Schon als Kind erzählte sie ihren
Schwestern Gute-Nacht-Geschichten

Sie teilten sich ein Kinderzimmer. In ihrer Jugend überschritten sich ihre Freundeskreise. Heute sind sie beinahe Nachbarinnen. Und, kaum zu glauben: Ihre Männer heißen alle Michael. Das enge Band zwischen Autorin Christiane Wünsche (53) und ihren Schwestern ist nie abgerissen. Bei allen sechs Büchern – gerade erschien ihr aktueller Roman „Aber Töchter sind wir für immer“ – waren Ulrike (52) und Magdalene (50) jedes Mal die ersten Leserinnen.

Wie würden Sie Ihre Beziehung zueinander beschreiben?

Christiane: Wir sind uns so nah, kein anderer kennt uns besser – das kann keine Freundin jemals erreichen.

Ulrike: Wir haben nur zu dritt gespielt.

Magdalene: Mit zwei Schwestern fühlt man sich nie allein. Uns war immer klar, dass die anderen hinter uns stehen, was uns Sicherheit gegeben hat. Beide sind unheimlich verlässlich.

Christiane: Als Rivalinnen haben wir uns übrigens nie gesehen.

Ulrike: Wir würden Christiane nie ihren Erfolg neiden. Sie wollte immer Schriftstellerin werden, hat uns zum Einschlafen Geschichten erzählt.

Christiane: Wie die vom kleinen Tiger im Rhabarberfeld. Als Ulrike ihm eine Geburtstagsparty ausrichten wollte und feststellen musste, dass es ihn gar nicht gibt, war sie total sauer auf mich.

Was bewundern Sie an den anderen beiden, Christiane?

An Magdalene die Stabilität, die ihre Familie ausstrahlt. Sie hat früh geheiratet, ist für ihre drei Kinder da wie eine Löwin. Und Ulrike ist im sozialen Bereich sehr engagiert, hat mit ihrem Mann einen Vierkanthof saniert.



„Das Fundament
unserer
Beziehung wird
durch nichts
erschüttert“

Inwiefern haben Ihre Schwestern Sie vielleicht auch zu dem Buch inspiriert?

Genau wie die älteren Schwestern Johanna und Heike im Roman hatte ich ein sehr enges Verhältnis zu Ulrike, die ja nur elf Monate jünger ist als ich. Wir haben als Kinder oft dicht nebeneinander in einem Bett geschlafen. Wir waren eine Einheit – und haben es genossen.

Sprechen Sie Differenzen offen an?

Ulrike: Wir scheuen uns nicht vor Konflikten, da wir wissen, dass wir uns nie auf Dauer böse sein werden.

Christiane: Das Fundament unserer Beziehung wird durch nichts erschüttert. Richtigen Streit hatten wir nie. Eher

kleine Konkurrenzgeschichten. Letztens haben wir für eine Familienfeier gebacken. Ulrike hat leere Sahnebecher und aufgerissene Zuckertüten achtlos in der Küche rumliegen lassen. Magdalene und ich haben hinter ihr hergeräumt, weil wir es ordentlicher brauchen, und waren genervt. Aber der gemeinsame Kuchen ist dennoch gelungen ...

Wann sind Geschwister enorm wichtig?

Christiane: Bei Liebeskummer.

Magdalene: Ich finde, wenn man sich Sorgen um die Kinder macht.

Ulrike: Oder um die Eltern. Unser Vater kann gesundheitsbedingt nicht alleine sein, und wenn Mama tanzen geht, ist eine von uns bei ihm.

Christiane: Meine Geschwister sind das ganze Leben lang wichtig gewesen. Wir ergänzen einander. Ich war als Kind so schüchtern. Als mich in der Grundschule ein paar Jungs geärgert haben, hat Ulrike sich eingeschaltet: Lasst Christiane in Ruhe! Ich konnte nicht mit einem großen Bruder punkten, aber mit einer kleinen Schwester ...



DREAMTEAM
Ein Leben ohne
einander? Un-
vorstellbar für
die Wünsche-
Schwestern



Schwestern und ihre Geschichte

„Aber Töchter sind wir für immer“ erzählt die berührende Geschichte zwischen Schwestern, die sich nach langer Zeit zum 80. Geburtstag ihres Vaters wiederbegegnen. Krüger, 14,99 Euro



FEST VERBUNDEN
Silva (l.) und Alina
sehen sich nicht
täglich, fühlen sich
aber einander nah

Silva & Alina Oldenburg

Die Zwillinge legen viel Wert darauf,
dass jede ihr ganz eigenes Leben führt

Die eine ist ein Mathe-Ass und arbeitet als Operationstechnische Assistentin (OTA) im Krankenhaus, die andere lebt kreativ, bastelt gerne und schreibt als Redakteurin für Frauenmagazine. Alina und Silva Oldenburg (26) könnten nicht unterschiedlicher sein. „Alina ist immer schon die körperlich Aktivere gewesen, die zum Spielen nach draußen wollte. Ich war lieber drinnen und habe gemalt“, erinnert sich Silva. Ihrer Beziehung hat das nicht geschadet – im Gegenteil. Sie legen Wert auf ihre Gegensätze und bewundern den jeweils anderen Lebensweg. „Silva beeindruckt mich, ganz besonders aber ihre Toleranz und Offenheit. Dass sie niemanden verurteilt – auch mich nicht. Und das, obwohl sie alle meine Geheimnisse kennt“, sagt Alina. „Ich staune oft über Alinas Zielstrebigkeit. Sie weiß immer, was sie will, und setzt es dann auch um“, schwärmt Silva. Als Konkurrentinnen haben sie sich nie gesehen. „Klar haben wir uns mal angezickt als Teenager, aber wenn es darauf ankam, war Alina immer da“, sagt Silva. „Stimmt. Bei Streitereien mit den Eltern hielten wir besonders zusammen. Oder als ich mir ein Lippenpiercing stechen lassen wollte und Papa total dagegen war. Da hat Silva mich unterstützt“, erinnert sich Alina. Ihren schönsten Moment erlebten die Zwillinge vor einigen Jahren in den USA. „Ich habe 13 Monate dort gelebt. Als Alina mich nach einem halben Jahr besuchen kam und ich sie endlich wieder in die Arme schließen konnte, kamen mir sofort die Tränen. Ich war überglücklich“, erzählt Silva. Aus den Vereinigten Staaten ist sie schon lange zurück, doch da beide beruflich sehr eingespannt sind, sehen sie sich nur unregelmäßig. Wenn sie sich bei ihren Eltern in Schleswig-Holstein treffen, genießen sie ein Ritual: „In unserem Dorf gibt es bei einer Bäckerkette den ‚Schokozwilling‘. Das sind zwei Schokoladenbrötchen, die zusammenkleben. Den kaufen wir uns eigentlich immer, wenn wir dort sind, und teilen ihn“, verrät Alina und strahlt.

Wie werden aus Schwestern auch Freundinnen?

In den Workshops von Barbara (65) und Cordula (61) Ziebell klären Frauen die Beziehung zu ihren Schwestern. Das geht allein oder in Gruppen

Was macht Schwestern so wertvoll?

Cordula: Natürlich prägen die Eltern unsere Persönlichkeit – doch mindestens genauso bedeutsam dafür, wie fest wir später im Leben stehen, sind unsere Geschwister.

Barbara: Je älter man wird, desto wichtiger wird das Thema. Es ist schön, als Geschwister zusammenzuhalten, wenn die Eltern kränklich und pflegebedürftig werden – weil man sich die Arbeit teilen, aber auch, weil man sich emotional unterstützen kann.

Nicht immer ist das Verhältnis zwischen Schwestern ungetrübt ...

Barbara: In der Jugend – wenn man auf der Suche ist, wer man ist, wo man hinwill – verlieren sie sich oft aus den Augen. Und rücken als junge Erwachsene oft wieder zusammen. Viele unterstützen sich gegenseitig, wenn sie Kinder bekommen.

Cordula: Man muss akzeptieren, dass es im Geschwister-Verhältnis unterschiedliche Phasen gibt. Und man darf auch sagen: Ich habe keinen Kontakt – zumindest im Moment nicht. Aber der

gesellschaftliche Erwartungsdruck ist sehr hoch: Man hat sich unter Schwestern einfach zu verstehen!

Wie war das bei Ihnen?

Barbara: Meine Schwester und ich sind als Teenager eng zusammengedrückt. Cordula war zehn, ich 14, als unser Vater die Familie verlassen hat und unsere Mutter einen Nervenzusammenbruch erlitt. Sie kam hochgradig depressiv aus der Klinik zurück, und wir haben alles versucht, um sie wieder glücklich zu machen. Ich bin nach dem Studium ins Ausland gegangen und habe meine arme Schwester mit der Mutter alleine

„Gute Schwestern-Beziehungen sind absolut machbar“

EIN GUTES TEAM sind Barbara (l.) und Cordula Ziebell



gelassen. Nach meiner Rückkehr waren wir wieder richtig eng.

Cordula: Heute arbeiten wir zusammen. Ich bin Gestalttherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, Barbara ist Bildungsreferentin und lösungsorientierte Beraterin. Aber wir sprechen nicht nur über Berufliches!

Barbara: Seit 2010 haben wir etwa 400 Frauen, deren Geschwister-Beziehung gestört ist, mit unseren Workshops (schwwestern-workshops.de) unterstützt. Die meisten sind über 40 Jahre alt und kommen alleine, um Konflikte zu bearbeiten. Schuldzuweisungen („Immer muss ich mich um die Eltern kümmern“), Erbstreitigkeiten und der Umgang mit Kontaktabbrüchen sind Dauerbrenner.

Wie schaffen Sie es, dass aus Schwestern wieder Freundinnen werden?

Cordula: Indem wir die Frauen durch Aufstellungen und symbolhafte Betrachtungen unterstützen, unterschiedliche Perspektiven zu gewinnen und selbst Lösungen zu finden. Sie schauen von außen auf ihr Problem – und erkennen, wie sie den Kreislauf alter Muster verlassen können. In der Krise braucht man Hilfe.

Barbara: Die positive Nachricht, selbst wenn es momentan nicht ideal läuft: Eine gute Schwestern-Beziehung kann wiederhergestellt werden.

3 TIPPS von Schwestern für Schwestern

- 1. Gemeinsame Unternehmungen** pflegen die Beziehung und sorgen dafür, dass neue Erinnerungen entstehen.
- 2. Bei abweichenden Lebensentwürfen** – Familie versus Karriere – ein Thema finden, das beide interessiert.
- 3. Rivalitäten verstehen lernen**

Die andere trifft keine Schuld, etwa an der Ungleichbehandlung durch die Eltern.