Geschwistertrauer nach dem Tod eines Kindes

Was die Forschung über Erfahrungen, Belastungen und Unterstützungsbedürfnisse zeigt



Wissenschaftliche Grundlage der SGVE · Nr. 2

Trauernde Geschwister werden nach dem Tod eines Kindes häufig übersehen, obwohl ihr Verlust nachweisbare Folgen hat. Dieses Papier zeigt, was die Forschung über ihre Situation und über hilfreiche Begleitung sagt.

Von Betroffenen für Betroffene

SGVE
Schweizerische Gemeinschaft verwaister Eltern

Das Wichtigste in Kürze

> **Geschwister brauchen Raum für ihre eigene Trauer, auch wenn die ganze Familie vom selben Verlust betroffen ist.**

Wenn ein Kind stirbt, trifft der Verlust die ganze Familie. Brüder und Schwestern verlieren einen Menschen, der oft seit frühester Kindheit zu ihrem Leben gehört. Gleichzeitig verändert sich das gemeinsame Familienleben. Die Eltern trauern selbst und haben zeitweise weniger Kraft und Aufmerksamkeit für die überlebenden Kinder. Für Geschwister geht damit nicht nur ein Bruder oder eine Schwester verloren. Auch vieles, was ihnen bisher vertraut und selbstverständlich war, kann sich verändern.

Gerade deshalb gerät ihre eigene Trauer leicht aus dem Blick. Die Sorge des Umfelds richtet sich nach dem Tod eines Kindes meist zuerst auf die Eltern und das verstorbene Kind. Auch innerhalb der Familie bleibt für das Erleben der Geschwister mitunter wenig Raum. Dahinter steht meist keine bewusste Vernachlässigung. Die Eltern sind selbst schwer getroffen, während Kinder ihre Gefühle nicht immer zeigen, noch keine passenden Worte dafür finden oder versuchen, ihre Eltern zu schonen.

Die Forschung bezeichnet Geschwister deshalb immer wieder als «vergessene Trauernde». Ihre Trauer lässt sich nicht als weniger schwere Form der Elterntrauer verstehen. Sie entsteht aus der eigenen Beziehung zum verstorbenen Bruder oder zur verstorbenen Schwester, aus der jeweiligen Lebensphase und aus der Stellung des Kindes innerhalb der Familie.

Orientierung für Eltern und andere Bezugspersonen

Was belasten kann

- wenn Gespräche und Aufmerksamkeit fast ausschliesslich den Eltern und dem verstorbenen Kind gelten
- wenn Fragen ausweichend beantwortet oder wichtige Informationen zurückgehalten werden
- wenn ein Kind meint, stark sein oder seine Eltern schützen zu müssen
- wenn schon nach kurzer Zeit erwartet wird, dass der Alltag wieder wie zuvor funktioniert

Was helfen kann

- ehrlich und dem Alter des Kindes entsprechend über Krankheit, Sterben und Tod sprechen
- dem Kind ermöglichen, sich zu verabschieden und nach eigenen Wünschen an Ritualen teilzunehmen
- das Kind auch in einem Gespräch ohne die Eltern fragen, wie es ihm geht
- gemeinsam an das verstorbene Kind erinnern
- Kontakte zu anderen betroffenen Kindern und Jugendlichen ermöglichen
- über die erste Zeit hinaus verlässlich ansprechbar bleiben

Was die Familie und das Umfeld vorbereiten kann

- Schule oder Kita informieren und gemeinsam klären, welche Unterstützung das Kind dort braucht
- eine vertraute Ansprechperson ausserhalb der engsten Familie bestimmen
- bei anhaltender oder starker Belastung fachliche Unterstützung für das Kind und die Eltern einbeziehen

Kinder sprechen nicht immer offen mit ihren Eltern über ihre Trauer. Sie möchten sie möglicherweise nicht zusätzlich belasten oder finden noch keine Worte für das, was sie erleben. Wiederkehrende Gesprächsangebote können ihnen Raum geben, ohne sie zum Reden zu drängen.

Bei jüngeren Kindern ist der Umgang mit dem Tod besonders eng mit dem Geschehen in der Familie verbunden. Sie orientieren sich an den Eltern, nehmen deren Belastung wahr und sind darauf angewiesen, dass Erwachsene ihnen erklären, was geschehen ist. Wie offen in der Familie gesprochen wird, wie verlässlich die Eltern ansprechbar bleiben und ob das Kind mit seinen Fragen und Gefühlen wahrgenommen wird, kann seinen weiteren Umgang mit dem Verlust mitprägen.

Eltern müssen dafür ihre eigene Trauer nicht zurückstellen. Familien brauchen Unterstützung, die beides berücksichtigt. Die Eltern sollen in ihrer Trauer gestützt werden, während die Geschwister als eigenständig Betroffene wahrgenommen werden. Weil Kinder ihre Eltern häufig schützen möchten, kann zusätzlich eine vertraute Person ausserhalb der engsten Familie für Gespräche hilfreich sein.

Das Alter beeinflusst, wie Kinder den Tod verstehen und ihre Trauer ausdrücken. Auch sehr junge Kinder können trauern, obwohl sie die Endgültigkeit des Todes noch nicht vollständig erfassen oder ihre Gefühle anders zeigen als ältere Kinder und Erwachsene. Mit zunehmendem Alter kann sich die Bedeutung des Verlusts verändern. Fragen, Erinnerungen und Gefühle können bei späteren Entwicklungsschritten erneut auftauchen. Der Tod eines Geschwisters kann deshalb bis ins Erwachsenenalter bedeutsam bleiben.

Forschung und fachliche Empfehlungen nennen mehrere Ansatzpunkte für die Begleitung. Kinder sollten ehrlich und ihrem Alter entsprechend informiert werden. Sie sollen die Möglichkeit erhalten, sich zu verabschieden und nach eigenen Wünschen an Abschiedsritualen teilzunehmen. Gemeinsames Erinnern kann ebenso wichtig sein wie der Austausch mit anderen betroffenen Kindern und Jugendlichen. Unterstützung sollte nicht selbstverständlich nach wenigen Wochen enden, weil sich die Trauer mit der Zeit und mit der Entwicklung des Kindes verändern kann.

Welche konkreten Programme wirksam sind, ist bisher nur unzureichend untersucht. Gut belegt ist, dass Geschwister leicht übersehen werden und ihre Situation eng mit der Belastung und der Kommunikation innerhalb der Familie verbunden ist. Gute Begleitung nimmt ihnen die Trauer nicht ab. Sie kann aber dazu beitragen, dass sie informiert, einbezogen und mit ihren Erfahrungen nicht allein gelassen werden.

Was die Forschung zeigt

Dieser Teil fasst den Stand der ausgewerteten Forschung zusammen. Er richtet sich an Betroffene und an Fachpersonen, die genauer verstehen möchten, worauf die Aussagen dieses Papiers beruhen. Die wörtlichen englischen Zitate stammen aus den Originalarbeiten.

Der Forschungsstand auf einen Blick

Fragestellung

Wie erleben Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene den Tod eines Bruders oder einer Schwester? Welche gesundheitlichen, sozialen und biografischen Folgen sind belegt, und welche Formen der Unterstützung werden in der Forschung beschrieben?

Evidenzbasis

Die Befunde stammen aus zwei einander ergänzenden Forschungsbereichen. Grosse populationsbasierte Kohorten- und Registerstudien, insbesondere aus den nordischen Ländern, untersuchen gesundheitliche und soziale Folgen des Geschwisterverlusts. Qualitative Studien, Übersichtsarbeiten und kleinere quantitative Untersuchungen, häufig aus der pädiatrischen Palliativversorgung und Onkologie, beschreiben das Erleben der Geschwister, familiäre Einflussfaktoren und Unterstützungsbedürfnisse.

Zentrale Erkenntnisse

Die Literatur beschreibt übereinstimmend, dass trauernde Geschwister häufig zu wenig wahrgenommen werden. Der Verlust ist mit erhöhten Risiken für psychische und körperliche Beschwerden, Beeinträchtigungen der Bildungslaufbahn und einer erhöhten Sterblichkeit verbunden. Jüngere Geschwister und Menschen nach dem Suizid eines Geschwisters sind in mehreren Studien besonders belastet. Bei Kindern stehen ihre Reaktionen zudem in engem Zusammenhang mit der psychischen Belastung der Eltern, dem Elternverhalten und der Kommunikation innerhalb der Familie.

Bedeutung für die Praxis

Die Befunde sprechen für eine familienzentrierte und entwicklungsangemessene Begleitung, die das Geschwisterkind eigenständig einbezieht und zugleich die Eltern unterstützt. Für die Wirksamkeit konkreter Interventionen liegt bislang jedoch nur wenig belastbare Evidenz vor.

Geschwister als häufig übersehene Trauernde

Qualitative Studien und Reviews beschreiben über verschiedene Todesarten hinweg, dass die Trauer der Geschwister häufig nicht wahrgenommen wird. Ein systematischer Review fasst die überlebenden Kinder mit dem Begriff, der ihre Stellung im Feld beschreibt, *bereaved siblings who are often referred to as "forgotten mourners" are often overlooked because of their grieving parents* (Fujita 2025). Eine qualitative Metasynthese über Geschwister in der pädiatrischen Palliativversorgung beschreibt ihre Erfahrung als ein Leben im Schatten des erkrankten oder sterbenden Kindes, *A walking shadow: Living in the darkness shaped by the dying sibling* (Rajendran 2024).

Begriffserklärung

Trauernde Geschwister. Gemeint sind Brüder und Schwestern eines verstorbenen Kindes, in jedem Alter. Dazu gehören kleine Kinder ebenso wie erwachsene Geschwister, auch Halb- und Stiefgeschwister sowie Kinder, die nach dem Tod geboren wurden und ihr Geschwister nie kennengelernt haben. Nicht gemeint ist die Trauer eines Kindes nach dem Tod eines Elternteils. Das ist eine andere Verlustsituation, die in der Forschung häufig mit der Geschwistertrauer vermischt wird.

Register- und Kohortenstudien. Kohortenstudien begleiten grosse Gruppen von Menschen über Jahre und vergleichen, wie es ihnen ergeht. Registerstudien nutzen dafür staatliche Datenbanken, in denen für ein ganzes Land Geburten, Todesfälle, Behandlungen und Schulabschlüsse erfasst sind. Die stärksten Zahlen dieses Papiers stammen aus solchen Studien aus den nordischen Ländern. Sie erfassen alle Betroffenen eines Landes und nicht nur jene, die sich freiwillig melden.

Dieses Übersehenwerden entsteht häufig aus der Belastungssituation der gesamten Familie. Eltern verfügen nach dem Tod eines Kindes zeitweise nur über eingeschränkte emotionale und praktische Ressourcen. Gleichzeitig können gesellschaftliche Erwartungen, stark zu bleiben, dazu beitragen, dass Geschwister ihre eigene Belastung zurückhalten und sich in ihrer Trauer nicht wahrgenommen fühlen, *parents' capacity to care for their surviving children may be sorely limited, while societal expectations to remain strong may leave the siblings feeling invalidated and overlooked* (Shulman 2026). Geschwister treten mit ihren Bedürfnissen teilweise auch selbst zurück. Sie möchten ihre Eltern nicht zusätzlich belasten, finden keine angemessenen Worte oder erleben ihre eigene Trauer im Vergleich zur Trauer der Eltern als weniger berechtigt. Neben dem Gefühl, nicht ausreichend wahrgenommen zu werden, berichten Studien über anhaltende Selbstvorwürfe und Schuldgefühle. Bei Geschwistern schwer kranker Kinder wurden diese als *relentless feelings of self-blame and guilt* beschrieben (Kreicbergs 2022).

Die Trauer läuft über die Eltern

Der Tod eines Geschwisters wirkt nicht allein als individueller Verlust. Er ist eng an die Eltern gebunden und verändert zugleich die Beziehungen, Rollen und Kommunikationsmuster innerhalb der Familie. Eine qualitative Studie aus Hongkong beschreibt drei mögliche Quellen der Belastung des Kindes, den Verlust des Geschwisters, die Trauer der Eltern und die Interaktionen innerhalb der Familie, *the impact of grief on the bereaved child could emanate from the loss of the sibling or from the grief of the parents or from family interactions* (Chan 2022). Der Verlust wirkt somit nicht nur direkt über den Tod des Bruders oder der Schwester, sondern auch indirekt über die Trauer der Eltern und die Veränderungen im familiären Zusammenleben.

Mehrere quantitative Untersuchungen stützen diese Zusammenhänge. Eine Studie an Familien nach dem Krebstod eines Kindes fand, dass sich die erhöhten nach aussen gerichteten Verhaltensprobleme der Geschwister teilweise durch die nach innen gerichteten Symptome der trauernden Mütter sowie durch Elternverhalten und Kommunikation erklären liessen, *serial multiple mediation models indicated that elevated externalizing problems were partially explained by both bereaved mothers' internalizing symptoms and parenting and communication* (Howard Sharp 2020). Eine zweite Arbeit zeigt dieselbe Asymmetrie. Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung und einer anhaltenden Trauerstörung der Mütter, nicht aber der Väter, standen direkt mit dem Befinden der Geschwister in Zusammenhang, *maternal, but not paternal, symptoms of PTSD and PGD were directly associated with sibling outcomes*, während väterliche Symptome nur mittelbar über das Elternverhalten wirkten (Morris 2016). Auch eine Längsschnittstudie weist auf die Bedeutung der Eltern-Kind-Kommunikation hin. Depressive Symptome der Mütter standen über eine gestörte

Kommunikation zwischen Mutter und Kind mit einem geringeren späteren Selbstwertgefühl der Geschwister in Zusammenhang, *bereaved mothers were at greater risk for depressive symptoms, which adversely affected sibling self-worth over time through disrupted mother–child communication* (Garcia 2023).

Für universelle Trauerangebote ergibt sich daraus eine Warnung: Sie zeigen eine begrenztere Wirksamkeit und können möglicherweise sogar schaden, *existent universal bereavement interventions have demonstrated more limited efficacy and may even induce potential harm in children* (Morris 2016). Eltern stehen nach dem Tod eines Kindes vor einer besonders anspruchsvollen Doppelaufgabe. Sie trauern selbst und sollen zugleich für die überlebenden Kinder verfügbar bleiben. Wie Eltern diese Rolle erleben und welche Unterstützung sie dabei benötigen, ist bislang nur unzureichend untersucht (De Clercq 2026).

Gesundheitliche und soziale Folgen

Die stärkste quantitative Evidenz zu den Folgen des Geschwisterverlusts stammt aus grossen populationsbasierten Kohorten- und Registerstudien. Sie zeigt, dass sich der Verlust nicht auf das subjektive Trauererleben beschränkt, sondern mit langfristigen gesundheitlichen und sozialen Risiken verbunden ist.

Grosse nordische Registerkohorten zeigen, dass der Geschwisterverlust mit messbaren gesundheitlichen und sozialen Folgen verbunden ist. Eine schwedische Kohorte fand bei trauernden Geschwistern gegenüber nicht trauernden Geschwistern ein um 39 Prozent erhöhtes Risiko der Gesamtsterblichkeit mit einer Hazard Ratio von 1,39 und einem 95-Prozent-Konfidenzintervall von 1,14 bis 1,69, *hazard ratio for all-cause mortality in bereaved siblings versus nonbereaved siblings was 1.39 (95% confidence interval: 1.14, 1.69)* (Rostila 2017). Eine populationsweite norwegische Kohortenstudie stellte auch Jahrzehnte nach einem frühen Geschwisterverlust mehr gesundheitliche Probleme fest, *early-life sibling death was associated with more health problems several decades after the trauma* (Reme 2025). Die stärkste Verbindung zu späteren psychischen Problemen zeigte sich nach dem Suizid eines Geschwisters mit einem Inzidenzratenverhältnis von 1,53 und einem 95-Prozent-Konfidenzintervall von 1,32 bis 1,77, *the highest estimate was found for psychological problems and sibling suicide (IRR=1.53, 95% CI, 1.32 to 1.77)* (Reme 2025). In einer Registerstudie war die Wahrscheinlichkeit, im Spital eine psychische Diagnose zu erhalten, bei Frauen dreizehn bis fünfzehn Monate nach dem Geschwisterverlust am stärksten erhöht. Das Chancenverhältnis betrug 1,52 mit einem 95-Prozent-Konfidenzintervall von 1,11 bis 2,07, *the peak of being diagnosed in a hospital setting with any mental disorder for women was observed in the period 13-15 months after sibling death (OR = 1.52, 95% CI: 1.11, 2.07)* (Gazibara 2021). Dieser Befund weist darauf hin, dass sich der Unterstützungsbedarf nicht auf die ersten Monate nach dem Tod beschränken lässt.

Besonders stark belastet sind jüngere Geschwister. Eine kanadische längsschnittliche Fall-Kontroll-Studie beschreibt eine erhebliche zusätzliche Belastung durch psychische Störungen, *the death of a child is associated with considerable mental disorder burden among surviving siblings* (Bolton 2016). Bei Kindern unter 13 Jahren stiegen die Depressionsraten nach dem Tod eines Geschwisters gegenüber dem Zeitraum davor besonders deutlich an. Der Anstieg war statistisch signifikant und mehr als siebenfach erhöht, mit einer adjustierten relativen Rate von 7,25 und einem 95-Prozent-Konfidenzintervall von 3,65 bis 14,43, *the rise in depression rates from pre-death to post-death was significantly higher for siblings aged under 13 ($p<0.0001$), increasing more than 7-fold (adjusted relative rate, ARR=7.25, 95% CI: 3.65-14.43)* (Bolton 2016).

Ein Teil der massgeblichen Registerstudien ist älter als fünf Jahre. Ihre grossen Stichproben und populationsbasierten Designs verleihen den Befunden dennoch erhebliches Gewicht. Die aktuelle norwegische Kohorte bestätigt zudem die grundsätzliche Richtung der älteren Ergebnisse.

Neben psychischen Folgen werden auch körperliche Beschwerden und eine vermehrte Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen beschrieben. In einer Längsschnittstudie traten die meisten der 207 dokumentierten Erkrankungen und 674 Behandlungen beziehungsweise Gesundheitsleistungen innerhalb der ersten sechs Monate nach dem Tod auf, *most of the 207 illnesses and 674 treatments/health services occurred in the first 6 months post-sibling death* (Brooten 2018). Die Einschätzungen der Kinder und ihrer Eltern stimmen dabei nicht immer überein. Eltern bewerteten die Gesundheit der Geschwister häufig günstiger als die Kinder selbst, besonders in grösseren Familien, *parents often perceive their children as healthier than children perceive themselves after sibling death, especially in larger families* (Roche 2020). Studien, die ausschliesslich auf Angaben der Eltern beruhen, können die Belastung der Kinder daher unterschätzen.

Bei den psychischen Symptomen wurde Angst häufiger beobachtet als Depression. In der untersuchten Stichprobe galt dies insbesondere für Mädchen und schwarze Kinder, *children's anxiety was more common than depression, especially in girls and black children* (Youngblut 2019).

Der Verlust kann sich zudem auf den Bildungsweg auswirken. In einer US-amerikanischen Längsschnittstudie war der negative Zusammenhang zwischen einem Todesfall in der Familie und dem schulischen Fortkommen im Alter zwischen zehn und dreizehn Jahren am stärksten. Das Chancenverhältnis betrug 0,52 mit einem 95-Prozent-Konfidenzintervall von 0,40 bis 0,67, *the age range when the effect of a family death was strongest was 10-13 years old (OR = 0.52 95% CI 0.40-0.67)* (Thyden 2023).

Kommunikation, Abschied und der lange Verlauf der Trauer

Die Literatur benennt veränderbare Faktoren, die den Verlauf mitbestimmen. Am besten belegt ist die Kommunikation rund um den Tod. Fehlende Information und ein verpasster Abschied hängen mit einer schwereren, länger anhaltenden Trauer zusammen (Lövgren 2018). Eine Nachbefragung erwachsener Geschwister zeigt dieselbe Richtung. Unzufriedenheit mit der Kommunikation, eine unzureichende Vorbereitung auf den Tod, verpasste Möglichkeiten zum Abschied und eine als negativ erlebte Wirkung der Krebserfahrung auf Beziehungen gingen mit höherer Belastung und geringerer sozialer Unterstützung einher, *siblings who reported dissatisfaction with communication, poor preparation for death, missed opportunities to say "goodbye," and/or a perceived negative impact of the cancer experience on relationships tended to have higher distress and lower social support scores* (Rosenberg 2015). Umgekehrt war die Möglichkeit zum Abschied mit stärkerem trauerbezogenem Wachstum verbunden, *sibling opportunity to say goodbye was associated with greater grief-related growth* (Kenney 2022).

Geschwistertrauer ist kein einzelnes Ereignis, sondern ein Prozess. Eine qualitative Untersuchung unterschied drei Phasen, die nicht linear aufeinanderfolgten, sondern andauerten und häufig gleichzeitig auftraten, *findings highlighted three periods of the grieving process, which were not linear but rather ongoing and often happening simultaneously* (Tenhulzen 2024). Die Erfahrung wandelt sich mit der Entwicklung des Kindes, und ihre Folgen reichen bis in Bildung und Beruf. In einer Nachbefragung gab die Hälfte der erwachsenen Geschwister an, dass der Verlust ihre aktuellen Bildungs- und Berufsziele beeinflusst habe, *half stated that the experience impacted current educational and career goals* (Rosenberg 2015).

Ansätze der Unterstützung und Stand der Interventionsforschung

Die beschriebenen Ansätze beziehen neben dem Geschwisterkind auch seine Familie ein. Ein familienzentrierter Ansatz berücksichtigt das Geschwisterkind als eigenständig betroffene Person und betrachtet seine Situation zugleich im Zusammenhang mit der Belastung und den

Beziehungen innerhalb der Familie. Eine Leitlinie für die pädiatrische Praxis schreibt der Kinderärztin oder dem Kinderarzt eine wichtige Rolle bei der Unterstützung der Familie zu und fordert einen familienzentrierten, kulturell sensiblen und traumasensiblen Ansatz, *the pediatrician has an important role in supporting the family unit after the death of a child through a family-centered, culturally humble, trauma-informed approach* (Weaver 2023). Für durch Suizid trauernde Geschwister rät ein Review, das Angebot nicht auf das einzelne Kind zu beschränken, sondern es als Teil des umfassenderen Familiensystems zu betrachten, *program development for adolescent siblings should not only focus on the adolescent individually, but also as a part of the broader family system* (Danzo 2025).

Ein weiterer Ansatzpunkt ergibt sich aus den besonders häufig unerfüllten Bedürfnissen nach Unterstützung durch andere junge Menschen sowie nach Auszeiten und Erholung, *the needs for 'support from other young people' and 'time out and recreation' were most frequently reported as unmet* (McDonald 2020). Bestehende Geschwisterangebote bestehen meist aus Gruppensitzungen oder Wochenendlagern und werden überwiegend von unbezahlten Mitarbeitenden mit unterschiedlichen fachlichen Hintergründen durchgeführt, *interventions were typically group sessions or weekend camps, run predominantly by unpaid staff from a variety of backgrounds* (Ridley 2020).

Die Evidenz zur Wirksamkeit spezifischer Interventionen für trauernde Geschwister ist insgesamt schwach. Eine randomisierte kontrollierte Studie untersuchte eine kurze, therapeutisch begleitete internetbasierte Schreibintervention und berichtete kurz- und langfristige positive Effekte für die trauernden Geschwister, *bereaved siblings profited from this brief internet-based writing intervention in the short- and long-term* (Wagner 2022). Dieselbe Publikation hält jedoch fest, dass evidenzbasierte Interventionen für diese Hochrisikogruppe weiterhin weitgehend fehlen, *even though bereaved siblings can be identified as a high-risk group, evidence-based interventions for this bereavement group are still missing* (Wagner 2022).

Für Geschwister nach einer Totgeburt fand ein systematischer Review keine einzige Interventionsstudie, *no studies of interventions for siblings were found* (Hildingsson 2024). Zwischen den gut dokumentierten Belastungen und Bedürfnissen trauernder Geschwister und dem Wissen über wirksame Unterstützungsangebote besteht damit eine erhebliche Forschungslücke.

Was sich aus der Forschung ableiten lässt

Dieser Abschnitt bündelt die Schlussfolgerungen, die sich aus dem dargestellten Forschungsstand ableiten lassen.

Aus der vorliegenden Forschung lassen sich vier übergreifende Schlussfolgerungen ableiten.

Erstens ist das häufige Übersehen der Geschwister nicht nur als subjektive Erfahrung dokumentiert. Populationsbasierte Studien zeigen, dass der Tod eines Geschwisters mit erhöhten gesundheitlichen, psychischen und sozialen Risiken verbunden ist. Die geringe Aufmerksamkeit für diese Gruppe betrifft damit Menschen mit einem nachweisbaren Unterstützungsbedarf.

Zweitens liegt der Ansatzpunkt für Unterstützung bei jüngeren Geschwistern selten allein beim Kind, sondern häufig im Familiensystem. Quantitative Studien zeigen, dass elterliche Belastung, Elternverhalten und Kommunikation mit dem Befinden der Geschwister zusammenhängen. Unterstützung sollte das Kind deshalb eigenständig einbeziehen und zugleich die Belastung der Eltern sowie die Beziehungen innerhalb der Familie berücksichtigen.

Drittens benennen die Studien mehrere grundsätzlich beeinflussbare Faktoren. Dazu gehören eine ehrliche und rechtzeitige Kommunikation, eine angemessene Vorbereitung auf den Tod, die Möglichkeit zum Abschied, gemeinsames Erinnern und der Kontakt zu

anderen betroffenen jungen Menschen. Die Befunde zu diesen Faktoren beruhen allerdings überwiegend auf Beobachtungsstudien und qualitativer Forschung. Sie sind nicht mit dem Nachweis der Wirksamkeit eines konkreten Programms gleichzusetzen.

Viertens ist der Verlauf langfristig, nicht linear und mit der Entwicklung des Kindes verbunden. Die Befunde widersprechen daher der Vorstellung, die Trauer müsse abgeschlossen werden. Unterstützungsangebote sollten daher nicht allein auf die unmittelbare Zeit nach dem Tod ausgerichtet sein. Zugleich sprechen die geringe Wirksamkeitsevidenz und die Hinweise auf mögliche Schäden universeller Programme gegen pauschale Angebote für alle Geschwister. Erforderlich sind entwicklungsangemessene, familienbezogene und am individuellen Bedarf ausgerichtete Angebote.

Limitationen

Die erste Einschränkung betrifft die Abgrenzung der Datengrundlage. In der Literatur wird Geschwistertrauer häufig mit der Trauer von Kindern nach dem Verlust eines Elternteils vermischt, obwohl es sich um unterschiedliche Verlustsituationen handelt. Dieses Papier und die zugrunde liegende Synthese konzentrieren sich deshalb auf Publikationen zum Tod eines Bruders oder einer Schwester. Studien mit gemischten Populationen wurden nur berücksichtigt, soweit sich Aussagen zur Geschwistertrauer abgrenzen liessen.

Eine zweite Einschränkung ergibt sich aus den verwendeten Studiendesigns. Ein grosser Teil der Forschung ist qualitativ und beruht auf kleinen Stichproben, häufig auf Interviews mit wenigen bis rund zwanzig Geschwistern. Diese Studien ermöglichen ein differenziertes Verständnis des Erlebens, erlauben aber keine verlässliche Schätzung der Häufigkeit einzelner Erfahrungen. Die quantitative Basis ruht auf wenigen grossen Registerkohorten, von denen die wichtigsten teilweise älter als fünf Jahre sind. Registerepidemiologie dieser Grösse veraltet nur langsam, der zeitliche Vorbehalt bleibt jedoch bestehen.

Eine dritte Einschränkung betrifft die Perspektive, aus der die Trauer der Kinder erfasst wird. In zahlreichen Studien berichten Eltern über die Reaktionen und den Gesundheitszustand ihrer Kinder. Ein Teil der Evidenz bildet daher die elterliche Wahrnehmung der kindlichen Trauer ab und nicht die unmittelbare Sicht der Geschwister. Die dokumentierten Unterschiede zwischen den Einschätzungen von Eltern und Kindern weisen darauf hin, dass elterliche Berichte die Belastung der Kinder unterschätzen können.

Die vierte und praktisch folgenreichste Einschränkung betrifft die Interventionsforschung. Geprüfte Programme speziell für Geschwister nach dem Tod eines Bruders oder einer Schwester sind selten, und ihre methodische Basis ist schwach. Empfehlungen beruhen deshalb überwiegend auf Beobachtungsstudien, qualitativer Forschung und fachlichen Überlegungen, nicht auf kontrolliert geprüften Angeboten.

Schliesslich ist die Übertragbarkeit auf die Schweiz nur teilweise geklärt. Die stärksten Registerdaten stammen vorwiegend aus Skandinavien, während viele qualitative Studien und Interventionsbeschreibungen aus dem englischsprachigen Raum kommen. Die nordischen Gesundheitssysteme und Bevölkerungsregister sind dem schweizerischen Kontext in mehreren Punkten näher als andere internationale Kontexte. Dennoch fehlen Schweizer Primärdaten, mit denen sich Häufigkeit, Verlauf und Versorgungsbedarf trauernder Geschwister unmittelbar beurteilen liessen.

Handlungsfelder für die Schweiz und die SGVE

Dieser Teil geht über die reine Darstellung der Forschung hinaus. Er beschreibt den daraus abgeleiteten Handlungsbedarf und die mögliche Rolle der SGVE.

Wo Lücken bestehen

Die internationale Literatur zeigt, dass trauernde Geschwister in Familie, Schule und Versorgung häufig weniger Beachtung finden, obwohl ihr Verlust mit nachweisbaren Folgen verbunden ist. Sie beschreibt auch fehlendes Wissen darüber, dass Kinder in jedem Alter trauern und ihre Belastung gerade dann leicht übersehen wird, wenn die Eltern selbst schwer betroffen sind. Studien berichten zudem von Unsicherheit im Umgang mit trauernden Kindern in Schulen und Kitas. Für die Schweiz ist das Ausmass dieser Lücken nicht untersucht; eigene Zahlen fehlen. Die belastbare Forschung stammt vor allem aus den nordischen Ländern und dem englischsprachigen Raum.

Was in der Schweiz gebraucht wird

Für die Schweiz erscheinen niederschwellige, familienzentrierte Angebote sinnvoll. Sie sollten das Kind eigenständig einbeziehen und zugleich die Eltern in ihrer Doppelrolle stützen. Ergänzend sollten Möglichkeiten zum Austausch mit anderen betroffenen Kindern und Jugendlichen bestehen. Die Forschung beschreibt solche Zugänge als Bedürfnisse und fachlich plausible Ansätze, belegt ihre Wirksamkeit jedoch nur unzureichend.

Aus den internationalen Befunden leitet die SGVE einen Bedarf an besserer Vorbereitung von Schulen und Kitas ab. Dazu gehören verständliche Informationen, konkrete Orientierung und verlässliche Ansprechstellen für Lehrpersonen und weitere Betreuungspersonen. Unterstützung sollte sich nicht auf die unmittelbare Zeit nach dem Tod beschränken, da sich die Bedeutung des Verlusts mit der Entwicklung des Kindes verändern kann.

Für eine verlässlichere Einschätzung der Situation in der Schweiz wäre eine eigene Datengrundlage zu den Verläufen und Unterstützungsbedürfnissen trauernder Geschwister sinnvoll. Das ist ein Forschungsbedarf und keine Massnahme, deren Nutzen sich unmittelbar aus der bestehenden Literatur ableiten lässt.

Dafür ist die Zusammenarbeit verschiedener Akteure erforderlich. Dazu gehören Fachgesellschaften der Kinder- und Jugendmedizin, die pädiatrische Palliativversorgung, Schulen und Kitas sowie die betroffenen Familien selbst.

Positionierung der SGVE

Die SGVE versteht Geschwister als eigenständig Betroffene innerhalb der Familie und nicht als Anhang der Elterntrauer. Mit diesem Papier stellt sie eine geprüfte wissenschaftliche Grundlage zum Thema bereit. Darauf aufbauend will die SGVE Wissen strukturiert und mehrsprachig zugänglich machen, Erfahrungswissen aus dem Peer-Support einbeziehen und Angebote anregen, die Geschwister als eigenständig Betroffene sichtbar machen. Bereits angelegt ist eine peer-geleitete Trauergruppe für Geschwisterkinder. Sie greift den in der Forschung beschriebenen Bedarf nach Austausch mit anderen betroffenen jungen Menschen auf.

Ein Teil dieser Aktivitäten befindet sich noch in Planung. Ihre Umsetzung hängt von geeigneten Partnern und einer gesicherten Finanzierung ab. Die SGVE kann Wissen bereitstellen, Erfahrungswissen einbeziehen, Akteure vernetzen und die gesellschaftliche Aufmerksamkeit für trauernde Geschwister erhöhen. Sie ersetzt keine fachliche, therapeutische oder medizinische Begleitung.

Dokumentation

Grundlage und Vorgehen

Evidenzprofil

Die kritisch analysierte Literatur zeigt, dass nicht jeder Aspekt dieses Themas gleich gut abgesichert ist. Das folgende Profil zeigt, wo die Evidenz stark genug trägt und wo sie dünn bleibt. Es ergänzt die inhaltlichen Befunde aus Teil 2 um eine Einschätzung ihrer Belastbarkeit.

Übersehenwerden und Randstellung der Geschwister	●●●○	mittelstark belegt, überwiegend durch qualitative Studien und Reviews
Erhöhtes Gesundheits- und Sterblichkeitsrisiko	●●●●	gut belegt durch mehrere grosse nordische Registerkohorten
Wirkweg über die elterliche Belastung	●●●○	mittelstark belegt durch einzelne quantitative Mediationsstudien
Kommunikation und Abschied als beeinflussbare Faktoren	●●○○	begrenzt belegt, überwiegend Querschnitt und qualitativ
Wirksamkeit gezielter Geschwister-Interventionen	●○○○	unzureichend belegt, nur eine randomisierte Studie mit breiter Population
Übertragbarkeit auf die Schweiz	●●○○	eingeschränkt übertragbar, Registerkern skandinavisch und nah
Schweizer Datengrundlage	●○○○	keine eigenen Daten, keine Schweizer Primärdaten

Dieses Papier beruht nicht auf einer einzelnen Studie, sondern auf einer geordneten Auswertung gesammelter Fachliteratur. Grundlage ist eine von der SGVE aufgebaute Literaturbasis mit über 5000 wissenschaftlichen Publikationen, die gezielt zum Verlust eines Kindes zusammengetragen wurden. Für das Thema Geschwistertrauer wurden daraus 249 einschlägige Publikationen ausgewählt. Im vorliegenden Text werden 27 Publikationen direkt zitiert.

Das Papier stützt sich vor allem auf mehrere grosse nordische Registerkohorten, ergänzt durch qualitative Studien und Übersichtsarbeiten, insbesondere aus der pädiatrischen Palliativversorgung und der Onkologie.

Die Kennzahlen zeigen den Umfang und die Nachvollziehbarkeit der Auswertung, nicht die Stärke der Evidenz. Die Belastbarkeit der einzelnen Aussagen wird deshalb im Evidenzprofil gesondert ausgewiesen. Das vollständige Verfahren von der Literatursuche bis zur Auswertung ist im Methodenpapier der SGVE dokumentiert. Dieses ist auf der Plattform separat veröffentlicht und unter «URL-Methodenpapier» direkt abrufbar.

Verwendete Literatur

5000+
Publikationen in der Literaturbasis

249
einschlägige Publikationen, 184 mit höchster Relevanz

946
einzelne Aussagen herausgezogen

27
Publikationen direkt zitiert

Die folgende Liste umfasst eine kuratierte Auswahl der wichtigsten Publikationen, basierend auf ihrer inhaltlichen Bedeutung, ihrem Relevanz-Score und ihrer direkten Zitierung im Text. Direkt zitierte Arbeiten sind mit einem Stern gekennzeichnet. Die vollständige Literaturliste ist auf Anfrage erhältlich.

★ De Clercq, E., Vokinger, A. K., Pedraza Salcedo, E. C., Raguindin, P. F., Tinner, E. M., von Bueren, A. O., Scheinemann, K., Bergstraesser, E., & Michel, G. (2026). Parenting the Forgotten Mourners. Caring for Siblings Amidst a Family Life Marked by Child Loss to Cancer. *OMEGA - Journal of Death and Dying*. Advance online publication. https://doi.org/10.1177/00302228261439181

★ Shulman, M., Rubin, S. S., & Shadach, E. (2026). Complication of Grief and PTSD among bereaved siblings in Israel. *Death Studies*, *50*(1), 36–45. https://doi.org/10.1080/07481187.2024.2406341

★ Reme, B.-A., Hart, R. K., & Lind, J. T. (2025). Early-life death of a sibling and primary care utilisation during middle age: a population-wide cohort study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, *79*(8), 588–593. https://doi.org/10.1136/jech-2024-222632

★ Fujita, A., Ueki, S., Moriguchi, H., Hamada, Y., & Sasazuki, M. (2025). A Systematic Review of Grief Experiences of Children Who Have Lost a Sibling. *Journal of Palliative Medicine*. Advance online publication. https://doi.org/10.1089/jpm.2024.0418

★ Danzo, S., Anan, Y., Kidd, K., Sequeira, G., & Kahn, N. F. (2025). Supporting Adolescents Bereaved by Sibling Suicide: A Review of Needs, Gaps, and Opportunities. *Current Pediatrics Reports*, *13*(1), 26. https://doi.org/10.1007/s40124-025-00363-9

★ Rajendran, P., Jarasiunaite-Fedosejeva, G., İsbir, G. G., & Shorey, S. (2024). Healthy siblings' perspectives about paediatric palliative care: A qualitative systematic review and meta-synthesis. *Palliative Medicine*, *38*(1), 25–41. https://doi.org/10.1177/02692163231217597

★ Tenhulzen, K. A., Claridge, A. M., McCarthy, A., Craven, M., & McClendon, L. F. (2024). "Grief Explodes all Relationships": Experiences of Grief and Coping Among Parents and Siblings Following the Death of a Child. *OMEGA - Journal of Death and Dying*. Advance online publication. https://doi.org/10.1177/00302228241289511

★ Hildingsson, I., Berterö, C., Hultcrantz, M., Kärrman Fredriksson, M., Peira, N., Silverstein, R. A., Persson, M., & Sveen, J. (2024). Support interventions to reduce psychological distress in families experiencing stillbirth in high income countries: A systematic review. *Women and Birth*, *37*(2), 296–302. https://doi.org/10.1016/j.wombi.2024.01.007

Ridley, A., Aubry, R., & Frache, S. (2024). A nationwide survey of bereavement care for siblings provided by paediatric palliative care teams. *Palliative Care and Social Practice*, *18*. https://doi.org/10.1177/26323524241304782

★ Weaver, M. S., Nasir, A., Lord, B. T., Starin, A., & Linebarger, J. S. (2023). Supporting the Family After the Death of a Child or Adolescent. *Pediatrics*, *152*(6), e2023064426. https://doi.org/10.1542/peds.2023-064426

★ Garcia, D., Olsavsky, A. L., Hill, K. N., Patterson, V., Baughcum, A. E., Long, K. A., Barrera, M., Gilmer, M. J., Fairclough, D. L., Akard, T. F., Compas, B. E., Vannatta, K., & Gerhardt, C. A. (2023). Associations between parental depression, communication, and self-worth of siblings bereaved by cancer. *Journal of Family Psychology*, *37*(8), 1190–1199. https://doi.org/10.1037/fam0001137

★ Thyden, N. H., Slaughter-Acey, J., Widome, R., Warren, J. R., & Osypuk, T. L. (2023). Family deaths in the early life course and their association with later educational attainment in a longitudinal cohort study. *Social Science & Medicine*, *333*, 116161. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.116161

★ Wagner, B., Hofmann, L., & Maaß, U. (2022). A therapist-supported internet-based intervention for bereaved siblings: A randomized controlled trial. *Palliative Medicine*, *36*(10), 1532–1543. https://doi.org/10.1177/02692163221122344

★ Chan, W. C. H., Leung, G. S. M., Leung, M. M. M., Lin, M. K. L., Yu, C. T. K., & Wu, J. K.-W. (2022). Facing the loss of siblings in childhood: Interactions and dynamics between bereaved siblings and their parents. *Journal of Pediatric Nursing*, *66*, e1–e8. https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.07.003

★ Kreicbergs, U., Nilsson, S., Jenholt Nolbris, M., & Lövgren, M. (2022). Using Communication Tools to Explore Young Siblings' Experiences of Having a Brother or Sister with Pediatric Palliative Care Needs. *Children*, *9*(5), 641. https://doi.org/10.3390/children9050641

★ Kenney, A. E., Tutelman, P. R., Fisher, R. S., Lipak, K. G., Barrera, M., Gilmer, M. J., Fairclough, D., Akard, T. F., Compas, B. E., Davies, B., Hogan, N. S., Vannatta, K., & Gerhardt, C. A. (2022). Impact of End-of-Life Circumstances on the Adjustment of Bereaved Siblings of Children Who Died from Cancer. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, *29*(1), 230–238. https://doi.org/10.1007/s10880-021-09797-x

★ Gazibara, T., Ornstein, K. A., Gillezeau, C., Aldridge, M., Groenvold, M., Nordentoft, M., & Thygesen, L. C. (2021). Bereavement Among Adult Siblings: An Examination of Health Services Utilization and Mental Health Outcomes. *American Journal of Epidemiology*, *190*(12), 2571–2581. https://doi.org/10.1093/aje/kwab212

★ Howard Sharp, K. M., Meadows, E. A., Keim, M. C., Winning, A. M., Barrera, M., Gilmer, M. J., Akard, T. F., Compas, B. E., Fairclough, D. L., Davies, B., Hogan, N., Vannatta, K., & Gerhardt, C. A. (2020). The Influence of Parent Distress and Parenting on Bereaved Siblings' Externalizing Problems. *Journal of Child and Family Studies*, *29*(4), 1081–1093. https://doi.org/10.1007/s10826-019-01640-0

★ Roche, R., Youngblut, J. M., & Brooten, D. A. (2020). Parent and child perceptions of the child's health at 2, 4, 6, and 13 months after sibling intensive care or emergency department death. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, *33*(10), 793–801. https://doi.org/10.1097/JXX.0000000000000429

★ McDonald, F. E. J., Patterson, P., & Tindle, R. (2020). What young people need when a family member dies of cancer. *Supportive Care in Cancer*, *28*(4), 1631–1638. https://doi.org/10.1007/s00520-019-04973-0

★ Ridley, A., & Frache, S. (2020). Bereavement care interventions for children under the age of 18 following the death of a sibling: a systematic review. *Palliative Medicine*, *34*(10), 1340–1350. https://doi.org/10.1177/0269216320947951

★ Youngblut, J. M., Brooten, D., Del-Moral, T., Cantwell, G. P., Totapally, B., & Yoo, C. (2019). Black, White, and Hispanic Children's Health and Function 2-13 Months After Sibling Intensive Care Unit Death. *The Journal of Pediatrics*, *210*, 184–193. https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2019.03.017

★ Brooten, D. A., Youngblut, J. M., Roche, R. M., Caicedo, C. L., & Page, T. F. (2018). Surviving Siblings' Illnesses, Treatments/Health Services over 13 Months after a Sibling's Death. *Journal of Child and Family Studies*, *27*(6), 2049–2056. https://doi.org/10.1007/s10826-018-1044-1

★ Lövgren, M., Sveen, J., Nyberg, T., Eilegård Wallin, A., Prigerson, H. G., Steineck, G., & Kreicbergs, U. (2018). Care at End of Life Influences Grief: A Nationwide Long-Term Follow-Up among Young Adults Who Lost a Brother or Sister to Childhood Cancer. *Journal of Palliative Medicine*, *21*(2), 156–162. https://doi.org/10.1089/jpm.2017.0029

★ Rostila, M., Berg, L., Saarela, J., Kawachi, I., & Hjern, A. (2017). Experience of Sibling Death in Childhood and Risk of Death in Adulthood: A National Cohort Study From Sweden. *American Journal of Epidemiology*, *185*(12), 1247–1254. https://doi.org/10.1093/aje/kww126

★ Morris, A. T., Gabert-Quillen, C., Friebert, S., Carst, N., & Delahanty, D. L. (2016). The Indirect Effect of Positive Parenting on the Relationship Between Parent and Sibling Bereavement Outcomes After the Death of a Child. *Journal of Pain and Symptom Management*, *51*(1), 60–70. https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2015.08.011

★ Bolton, J. M., Au, W., Chateau, D., Walld, R., Leslie, W. D., Enns, J., Martens, P. J., Katz, L. Y., Logsetty, S., & Sareen, J. (2016). Bereavement after sibling death: a population-based longitudinal case-control study. *World Psychiatry*, *15*(1), 59–66. https://doi.org/10.1002/wps.20293

★ Rosenberg, A. R., Postier, A., Osenga, K., Kreicbergs, U., Neville, B., Dussel, V., & Wolfe, J. (2015). Long-Term Psychosocial Outcomes Among Bereaved Siblings of Children With Cancer. *Journal of Pain and Symptom Management*, *49*(1), 55–65. https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2014.05.006

Verwandte und weiterführende Themen

1. Elterliche Trauer

Das Erleben jüngerer Geschwister steht in engem Zusammenhang mit der psychischen Belastung der Eltern, ihrem Erziehungsverhalten und der Kommunikation innerhalb der Familie. Das Themenpapier zur elterlichen Trauer behandelt diese Zusammenhänge vertieft und geht auch auf die Weitergabe von Verlustfolgen über Generationen ein.

Zum Themenpapier →

18. Das nahe Umfeld

Grosseltern, weitere Angehörige und Freunde können wesentlich dazu beitragen, dass ein trauerndes Kind wahrgenommen und begleitet wird. Das Themenpapier behandelt die Rolle des sozialen Umfelds und greift die Trauer der Grosseltern als eigenen Bereich auf.

Zum Themenpapier →

21. Peer-Support

Der Austausch mit anderen betroffenen jungen Menschen gehört zu den am stärksten benannten Bedürfnissen trauernder Geschwister. Dieses Thema vertieft die Wirkung und die Grenzen peer-geleiteter Angebote.

Zum Themenpapier →

24. Schule und Kita

Schule und Kita sind für trauernde Geschwister Halt und Belastung zugleich. Dieses Thema behandelt den Umgang der pädagogischen Einrichtungen mit Verlust und Trauer.

Zum Themenpapier →

9. Der Tod rund um die Geburt

Nach einer Tot- oder Neugeborenengeburt trauern auch die überlebenden Geschwister, oft um ein Kind, das sie kaum oder nicht kennengelernt haben. Dieses Thema behandelt den frühen Verlust.

Zum Themenpapier →

11. Suizid eines Kindes

Nach dem Suizid eines Geschwisters zeigen Studien besonders hohe gesundheitliche und psychische Risiken für die überlebenden Brüder und Schwestern. Das Themenpapier behandelt die besonderen Belastungen und Unterstützungsbedürfnisse nach einem Suizid.

Zum Themenpapier →

SGVE
Schweizerische
Gemeinschaft
verwaister Eltern

Lizenz und Zitation

Dieses Papier ist unter der Creative-Commons-Lizenz Namensnennung 4.0 International (CC BY 4.0) veröffentlicht. Es darf frei genutzt, geteilt, übersetzt und bearbeitet werden, auch für kommerzielle Zwecke, sofern die SGVE als Quelle genannt wird.

Zitiervorschlag. Schweizerische Gemeinschaft verwaister Eltern (SGVE) (2026). Geschwistertrauer nach dem Tod eines Kindes. Reihe Wissenschaftliche Grundlage der SGVE. «URL», abgerufen am «TT.MM.JJJJ».

CC BY 4.0 · Namensnennung 4.0 International