

# „Wann wird Pflege zur Jugendverantwortung? Ich bin verborgen – nehmt mich wahr!“

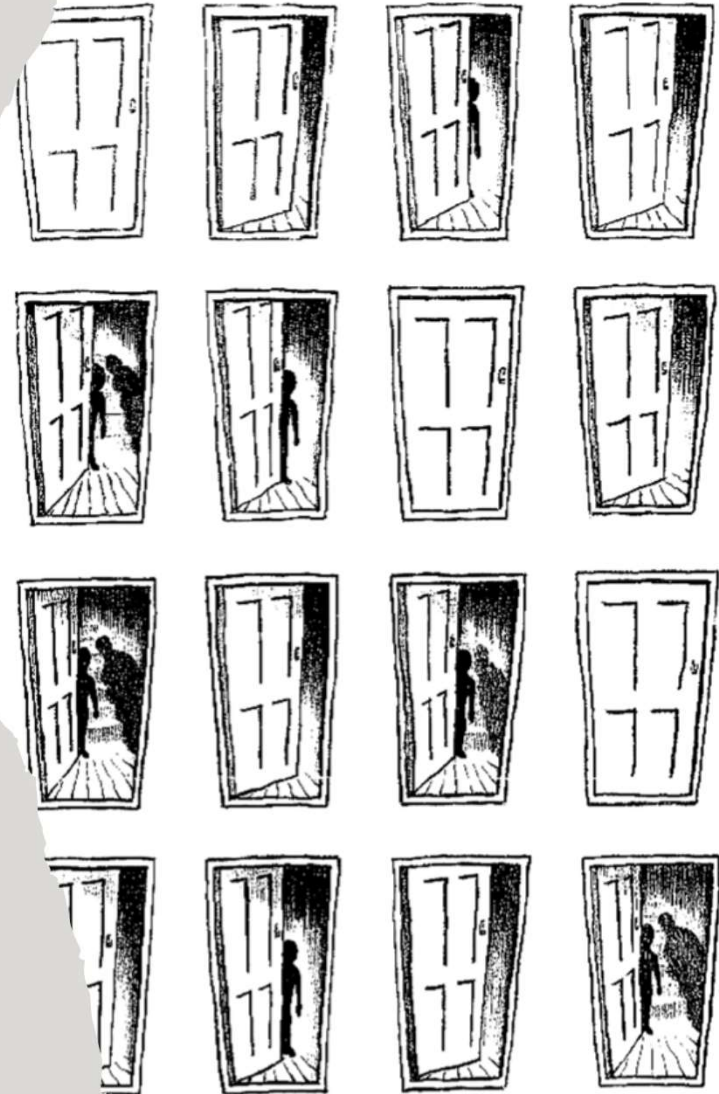
Young Carer, junge Menschen mit  
Pflegeverantwortung zwischen Kindsein, Schule,  
Erwachsenwerden, Ausbildung, Studium und der  
pflegerischen Fürsorge in ihrem nahen familiären  
Umfeld

Woche der pflegenden Angehörigen in Schleswig-  
Holstein-Young Carer

Digitales Pflegebistro

- 18 Oktober 2024 -

Lea Dreissen & Wolfgang Foltin



# Vorstellung

---

## Lea Dreissen

- Sozialarbeiterin (B.A.)
- Inklusionskraft Kita
- Moderatorin/Referentin
- Young Adult Carer
- Autorin





# Vorstellung

---

## **Wolfgang Foltin**

- Fachkraft für Schulsozialarbeit
- Bezirksregierung Düsseldorf
  - Fachberatung
  - Moderation Fortbildung
- LAG Schulsozialarbeit NRW e.V.
  - Mitglied des Beirates der KiFam-Studie
- Referent/Moderator (Freelancer)
- Autor

# Inhalt

1. Einleitung und Fakten
2. (Besondere) Bindungen
3. Informations- und Entlastungsangebote
4. Weitere Handlungsoptionen

---

# Einleitung

---

# Blitzabstimmung

**Wenn die nachfolgenden Aussagen auf Sie zutreffen, stehen Sie bitte auf!**



# Blitzabstimmung

---

## Aussage 1:

„Ich habe die Bezeichnung Young Carers in der Ausschreibung zum ersten Mal zur Kenntnis genommen.“



# Blitzabstimmung

---

## Aussage 2:

„Ich kenne Young Carers in der Verwandtschaft bzw. im Freundeskreis.“



# Blitzabstimmung

---

## **Aussage 3:**

„Ich arbeite mit Young Carers zusammen oder habe Berührungspunkte mit ihnen.“



# Blitzabstimmung

---

## Aussage 4:

„Ich bin ein Young Adult Carer“.



# Vorstellung Lebenswelterfahrung

- Was verbindet dich persönlich mit dem Thema?
- Welchen professionellen Bezug hast du zu den Young Carern?



---

# Fakten

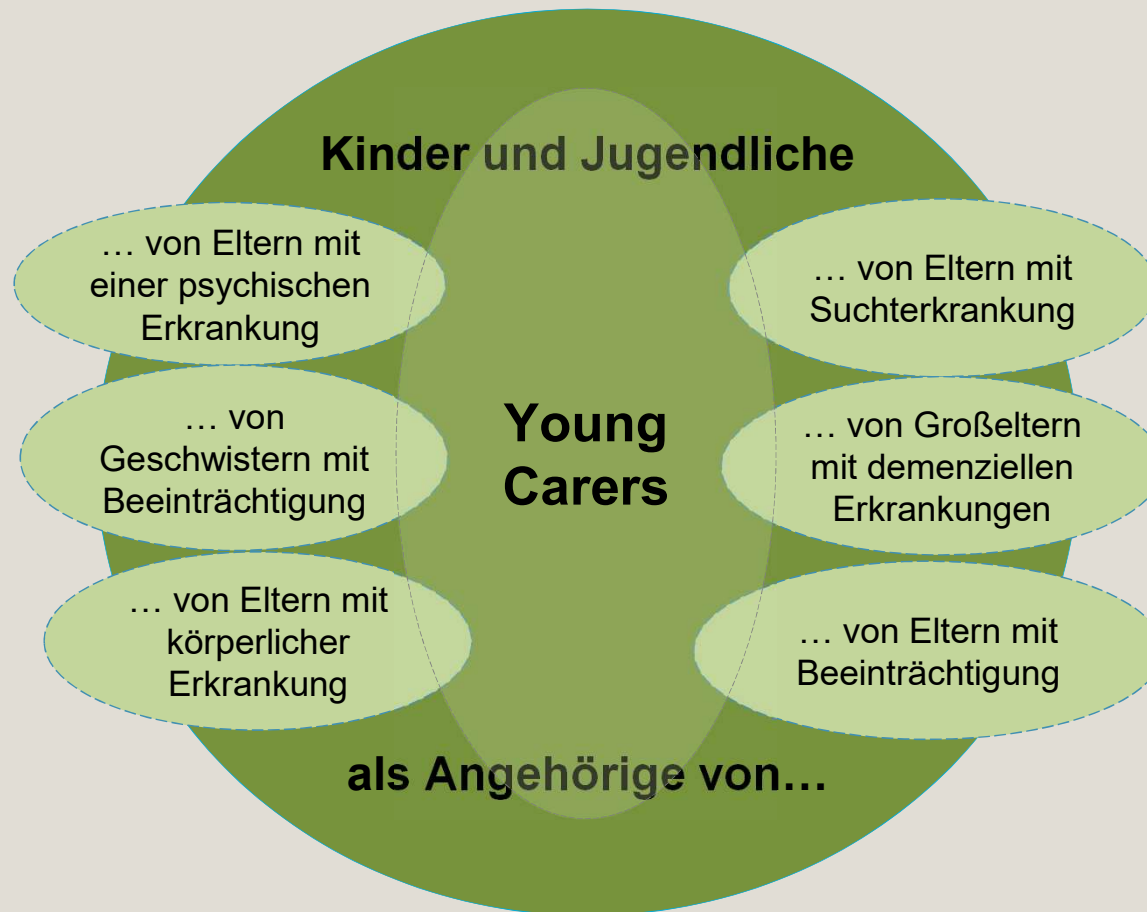
---

## Definition:

„Young Carers sind junge Menschen bis 18 Jahre, die eine Person – oder mehrere –, der sie sich verbunden und/oder verpflichtet fühlen, über längere Zeit und in wesentlichem Ausmaß in der Bewältigung des Alltags unterstützen, sofern diese aufgrund von psychischer und physischer Erkrankung, Beeinträchtigung, Sucht oder altersbedingter Veränderung auf Unterstützung angewiesen ist. Sie übernehmen dabei ein hohes Maß an Verantwortung, das normalerweise mit Erwachsenen in Verbindung gebracht wird“

(Frech et al., 2019, 28)

# Zielgruppe der Young Carers



# Die KiFam-Studie

"Die Situation von Kindern und Jugendlichen als pflegende Angehörige"

Ziel der Studie:

- Anzahl der Kinder und Jugendlichen als pflegende Angehörige in Deutschland
- Aktivitäten in der Pflege
- Art der Hilfestellungen
- Inanspruchnahme der Hilfsangebote

Quelle: Metzinger et al., 2018

# Die KiFam-Studie

„Die Situation von Kindern und Jugendlichen als pflegende Angehörige“

Ziel der Studie:

Beitrag zur Entwicklung und Etablierung von Hilfsangeboten:

- Konzeption zielgerichteter Angebote
- Umsetzungsmöglichkeiten aufzeigen

# Die KiFam-Studie

- Repräsentative und standardisierte Befragung von 6.313 SchülerInnen ab der fünften Klasse in 44 Schulen in Nordrhein-Westfalen durch [0,51%]
- Die SchülerInnen sind zwischen 10-22 Jahre alt (Mittelwert 13,7 Jahre), 3.605 (57%) weiblich und 2.678 (43%) männlich
- Der Anteil der Mädchen war in dieser Studie im Vergleich zur Grundgesamtheit in Deutschland geringfügig höher.

# Ergebnisse der KiFam-Studie

- Prävalenz von pflegenden Kindern und Jugendlichen bei 6,1%
- 480.000 Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 19 Jahren
- ca. 96.000 Kinder und Jugendliche in NRW

Quelle: Metzging et al., 2018

# Ergebnisse der KiFam-Studie

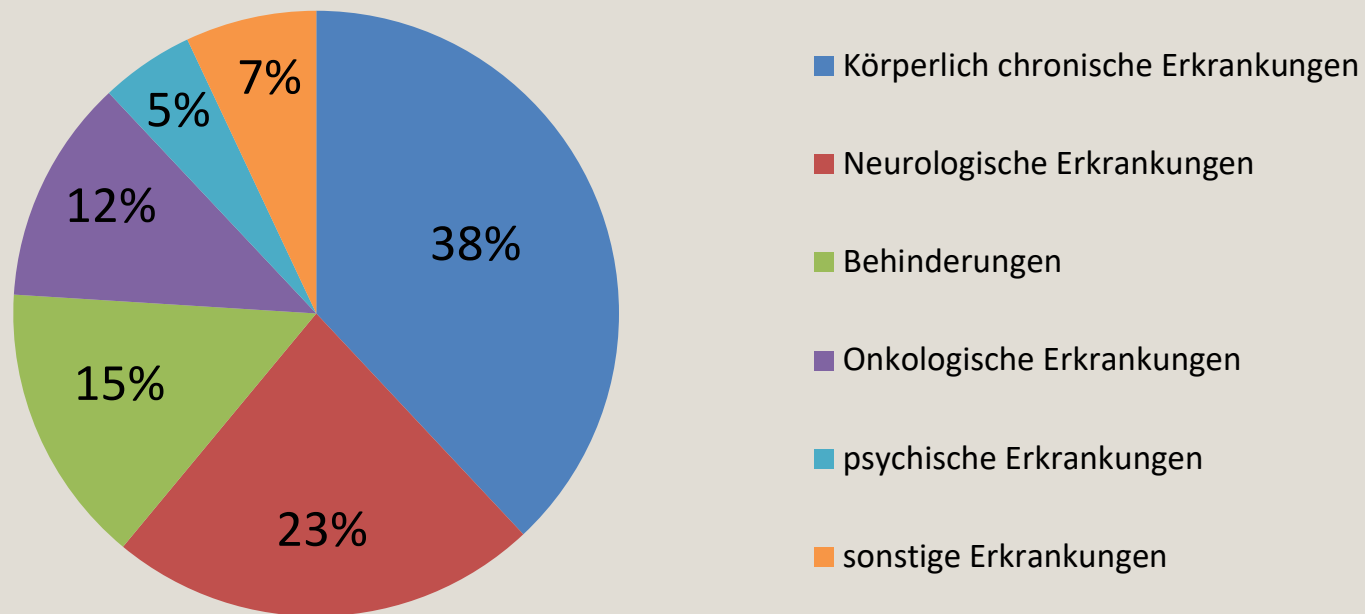
- 1-2 Kinder und Jugendliche pro Schulklasse
- Untersuchungen in den UK ergeben 3-4 Kinder und Jugendliche pro Schulklasse
- 64% Mädchen, 36% Jungen



Quelle: Metzging et al., 2018

# Ergebnisse der KiFam-Studie

Anlässe der Pflege:



Quelle: Metzging et al., 2018

# Ergebnisse der KiFam-Studie

Zielpersonen der Pflege:

- 33% Mütter
- 24% Großeltern
- 22% Väter
- 20% Geschwister



Quelle: Metzinger et al., 2018

# Tätigkeitsbereiche der Young Carer

- körperbezogene, emotionale sowie medizinisch/therapeutische Unterstützung für die erkrankte Person
- Haushaltstätigkeiten
- Aufgaben außerhalb des Haushalts
- Unterstützung/Betreuung gesunder Familienangehöriger
- Verantwortung für sich selbst

# Ergebnisse der KiFam-Studie

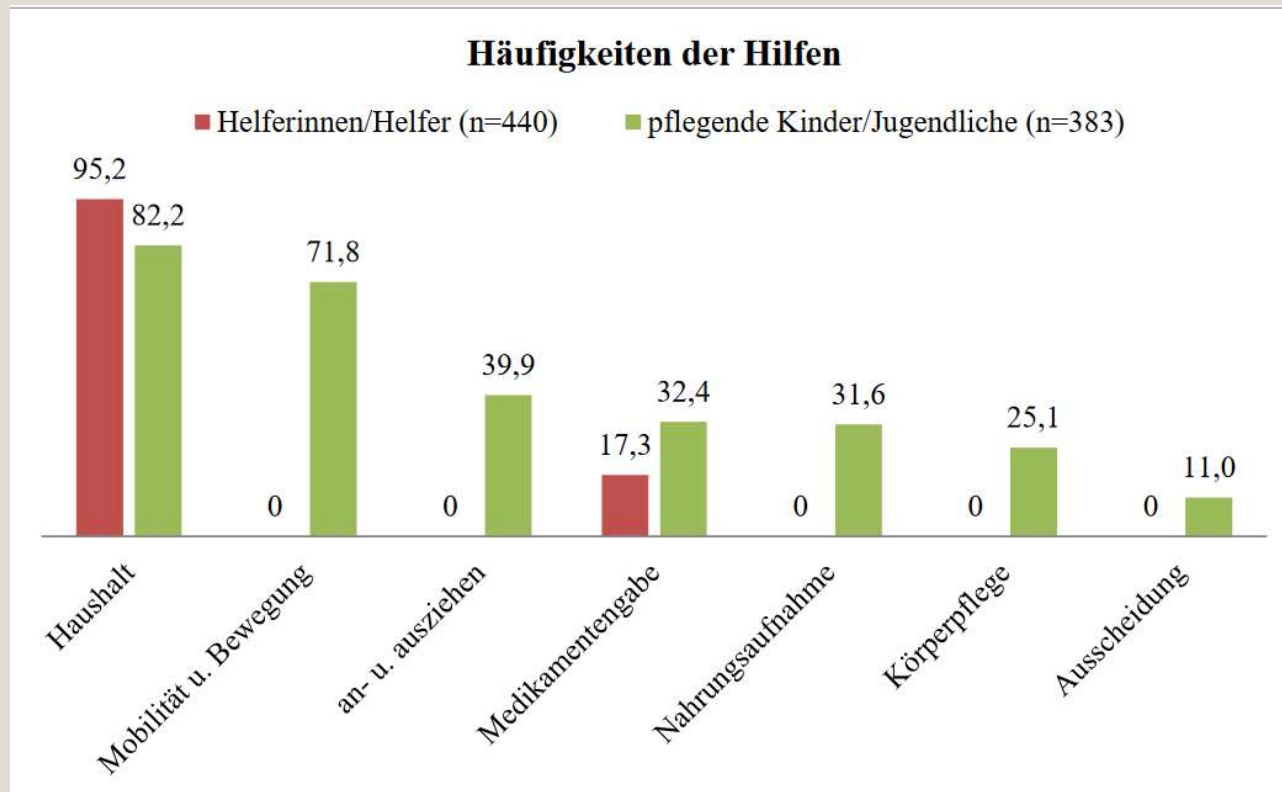


Abbildung 1: Hilfen der Helfer:innen und pflegenden Kindern u. Jugendlichen. Quelle: Metzging et al., 2018, 51.

# Ergebnisse der KiFam-Studie

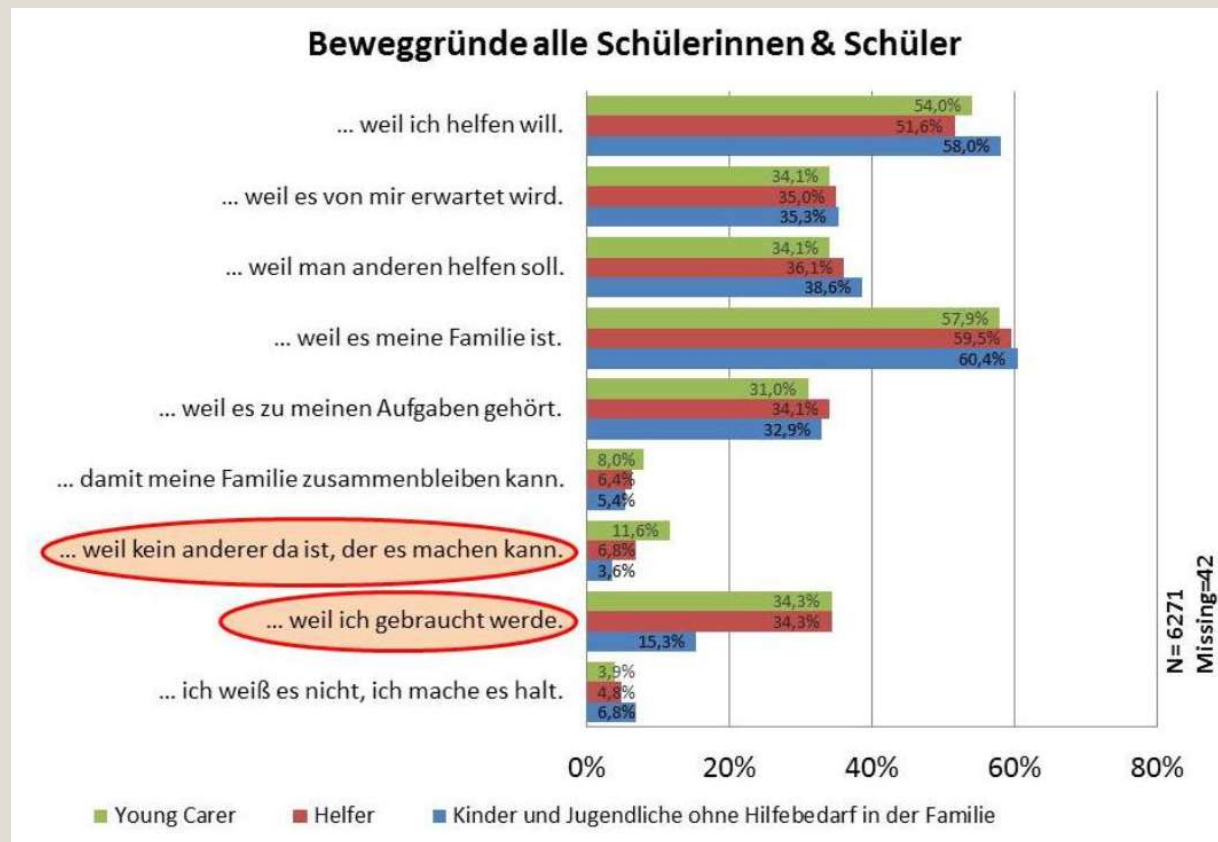


Abbildung 2: Beweggründe aller Schüler:innen. Quelle: Metzging et al., 2018, 47.

# Ergebnisse der KiFam-Studie

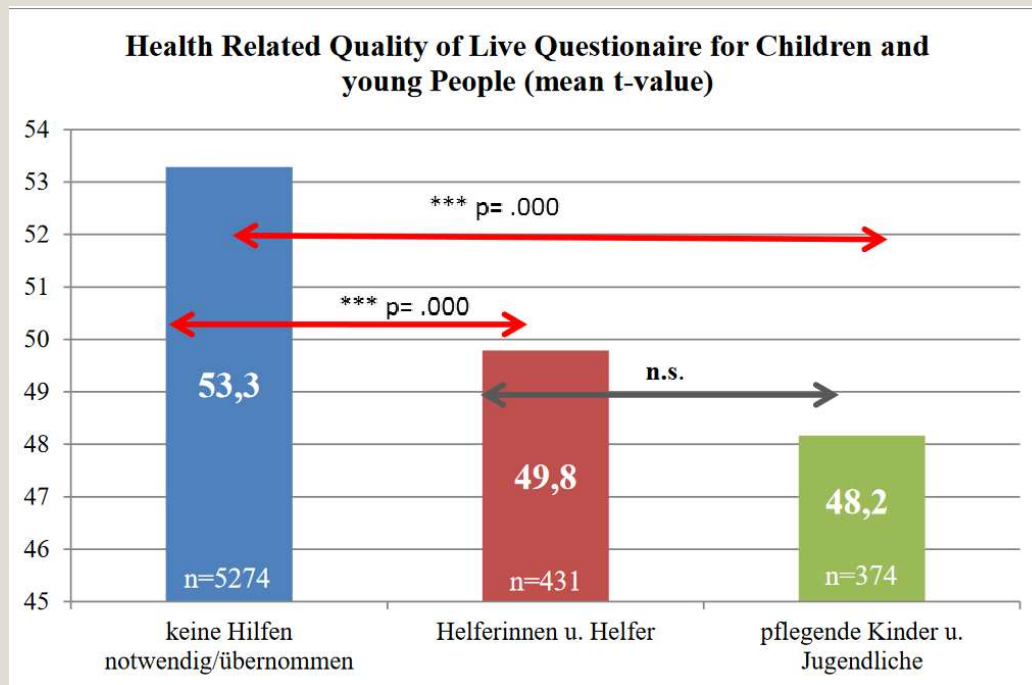


Abbildung 3: gesundheitsbezogene Lebensqualität im Vergleich (n=6.079)  
Quelle: Metzger et al., 2018, 54.

- Unterschiede zwischen nicht pflegenden, helfenden und pflegenden Kindern u. Jugendlichen
- Pflegende Kinder u. Jugendliche schätzen ihre **gesundheitsbezogene Lebensqualität** am **geringsten** ein.
- Negative Auswirkungen auf die schulische Biographie der Young Carer sind möglich.

## Einflussfaktoren für das Zustandekommen von Hilfeleistungen

- Pflege- /Hilfebedarf des erkrankten Angehörigen
- Status des Kindes in der Familie
- Familienkonstellation
- Familiäre und soziale Netzwerke
- Sozioökonomischer Status
- Soziokultureller Hintergrund der Familie



# Positive Auswirkungen

- Hilfsbereitschaft
- Empathie gegenüber anderen Mitmenschen
- hohes krankheitsbezogenes Wissen



Quelle: Kaiser, 2019; Metzing, 2017

# Auswirkungen der KiFam-Studie

## Netzwerk Pausentaste

Im Juli 2017 hat das Bundesfamilienministerium ein Netzwerk zur Unterstützung von Kindern und Jugendlichen mit Pflegeverantwortung ins Leben gerufen. Dem Netzwerk gehören:

- verschiedene Hilfetelefone
- Interessenvertretungen pflegender Angehöriger
- Verbände
- Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler
- Lebensfelderfahrene

an.

# Auswirkungen der KiFam-Studie

## Netzwerk Pausentaste

- Das Netzwerk trifft sich mindestens einmal im Jahr zu einem fachlichen Austausch.
- Zudem wird regelmäßig ein netzwerkinterner Newsletter versendet.
- Erste Unterregionalisierungen sind vollzogen worden oder in Planung.
- Weitere Aktivitäten sind in Planung.

---

(Besondere) Bindungen

---

# Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen



Quelle: Beate Letschert-Grabbe – Das übersehene Kind

# Lebenswelterfahrung als Young Adult Carer

---

- Wie hast du Bindungen entwickelt und gestaltet?
- Welche Herausforderungen waren hierfür für dich bedeutsam?



## Auswirkungen der Lebenssituation auf die Bindungen

- Das Zusammenleben mit einem chronisch kranken/beeinträchtigten/behinderten Familienmitglied hat Einfluss auf:
  - die Bindung der Geschwister untereinander,
  - die Eltern-Kind Beziehung
  - sowie auf die Familie als Ganzes

# Auswirkungen der Lebenssituation auf die Bindungen

- Ein starkes Verantwortungsgefühl
- Einschränkung von Freizeit- und Erholungsmöglichkeiten
- Keine Zeit für außerfamiliäre Beziehungen und Aufbau neuer Sozialkontakte
- Resignation/Einsamkeit
- Sozialer Rückzug und familiäre Isolation
- Parentifizierung
- Tiefe und enge familiäre Verbundenheit vs. zerüttete Familienverhältnisse
- Phänomen in „zwei Welten“ zu leben und der daraus resultierende Grundkonflikt zwischen Individuation und familiären Verbundenheit
- Erschwerte Ablösungsprozesse
- Einschränkungen der eigenen Entfaltungsmöglichkeiten
- Zurücksetzung und Vernachlässigung in der Familie
- Diskriminierung im sozialen Umfeld
- Antizipatorische Befürchtungen hinsichtlich späterer Versorgungspflichten oder möglicher Behinderungen bei eigenen Kindern
- Erwirkungen von Einstellungsänderung bei anderen, die ihre erkrankten Familienmitglieder ablehnen
- Ambivalente Emotionen gegenüber den Eltern und dem zu pflegenden

Quelle: Knecht, 2018; Metzing, 2007; Gentner, 2018; Knecht/Hellmers/Metzing, 2015

# Bewusste/unbewusste Verborgenheit

- Bewusst als auch unbewusst verschweigen pflegende Kinder und Jugendliche ihre Lebenssituation und leben mit ihrem Familiensystemen im Verborgenen.
- Sie tun dies mit der Intention, für sie essenzielle Schutzräume (Schule, Freundeskreise, Vereine usw.) zu wahren.
- Die Akzeptanz dieser Entscheidung seitens der Fachkräfte ist enorm wichtig, da die Kinder und Jugendlichen so Räume außerhalb ihrer Familie bewahren können, in denen sie sie selbst sind und eine bewusste Auszeit der Pflegesituation sowie Pflegerolle erleben.

# Young Carers und Schule

## Schule als Anforderung

(Cluver et al., 2012; Dearden & Becker, 2002; Kaiser, 2019; Leu, 2014; Moore et al., 2006, 2009; Sempik & Becker, 2013)

## Schule als Ort der Identifizierung

(Kaiser & Schulze, 2014; Schulze & Kaiser, 2017)

## Schule als Unterstützung

(Schulze & Kaiser, 2017; Thomas et al., 2003)

## Schule als Schutzraum

(Barry, 2011; Cluver et al., 2012; Cree, 2003; Moore et al., 2006; Lackey & Gates, 2001; Schulze & Kaiser, 2017)

---

# Informations- und Entlastungsangebote

---

# Informations- und Entlastungsangebote

- Um die Schule oder auch andere Lebenswelten der pflegenden Kinder und Jugendlichen als **Schutzraum zu wahren**, betont die Forschung, dass eine **digitale und anonyme Beratung sowie Informationsquelle** wichtig sind
- Eine anonyme und digitale Beratung ermöglicht es den Kindern und Jugendlichen **Unterstützung/Entlastung** zu erfahren, **ohne dabei sichtbar und angreifbar zu werden**
- **Reduzierung von Ängsten**, dass Professionelle in ihr Familienleben eingreifen und negative Konsequenzen erfolgen
- **Reduzierung** von **Mobbing** und dem **Gefühl des Anderssein**

# Informations- und Entlastungsangebote

Es gibt Angebote die:

- ...online erfolgen
- ...interaktiv gestaltet sind
- ...als reines Informationsportal genutzt werden können
- ...die stärker den persönlichen Austausch fördern
- ...auf den Beziehungsaufbau fokussiert sind

Risiko:

- Keine Anbindung an analoge Angebote
- Eintauchen und Verharren in den digitalen Communities

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot

- "Pausentaste" - Ein Portal im Internet für Young Carers und andere:

<https://www.pausentaste.de>

- Angebot des Bundesfamilienministeriums
- Anbieter: Die Nummer gegen Kummer

# Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe.

Ein Angebot für Kinder und Jugendliche, die sich um ihre Familien kümmern.

Jetzt Hilfe finden →

## Stories und Einblicke

Diese vier Graphic Novels zeigen, wie es ist, sich um ein krankes Familienmitglied zu kümmern. Lies jetzt alle Comics!



## in englischer und russischer Sprache

Die „Pausentaste“ will junge Pflegende mit Migrations- und Fluchtbiografie besser erreichen. Daher gibt es nun Flyer auch auf Englisch und Russisch.



## Pausentaste on Tour - FRIESENNEST

In unserer Artikel-Reihe geht die Pausentaste in ganz Deutschland auf Tour. Unser Stopp dieses Mal: Leipzig.



ge

Kinder und Jugendliche, die sich in Pflegeverantwortung befinden, haben oft mit Barrieren zu tun. Diese Barrieren das sind...



## Freizeitaktivitäten für junge Pflegende

5 Freizeitaktivitäten bieten den Pflegenden eine Erholung vom Alltag.



## Für alle, die eine Pause brauchen.

## Pflegeverantwortung & Studium? Infomaterial für Hochschulen

Die "Pausentaste" bietet zum Semesterstart Infomaterial für Hochschulen zu pflegenden Studierenden an.



## Für Fachkräfte: 7. Fachtag und Netzwerktreffen

Veranstaltungsinformation zum 7. Fachtag und Netzwerktreffen im Rahmen des Projekts Pausentaste.

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot Pausentaste

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot Pausentaste

Finde Angebote, indem du einen Ort oder eine Postleitzahl eingibst:

Angebote filtern:

Alle Angebote

 Beratung, Gruppen und Workshops

 Pflege-Beratung vor Ort



 PAUSENTASTE

Hilfe Darum geht's Für Eltern Für Fachkräfte

[STARTSEITE / HILFE](#)

## Vieles schaffst du allein. Brauchst du aber doch mal Hilfe, findest du sie hier!

Allein mit deinen Problemen? Darüber reden hilft. Wir sind da und hören dir zu!

**Kinder- und Jugendtelefon**

**116 111**


montags – samstags von 14 – 20 Uhr bundesweit, anonym und kostenlos vom Handy und Festnetz

 Anrufen

**Online-Beratung**

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de) →

per E-Mail (rund um die Uhr) und im Terminchat (montags bis donnerstags von 14 - 18 Uhr), anonym und kostenlos

 Schreiben

**Beratung, Gruppen und Workshops**

**Pflege-Beratung vor Ort**

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot



The screenshot shows a website interface for 'PAUSENTASTE'. At the top, there are navigation links for 'HILFE', 'DARUM GEHT'S', and 'FÜR FACHKRÄFTE'. The main content area features a portrait of a young man with spiky hair, identified as Fabian Gräbkat. The article title is '„Mein Rat ist, mit anderen darüber zu sprechen“'. The text describes how Fabian, who cared for his grandmother with dementia for three years, offers advice to young people in similar situations. A small red box highlights a link to his video.

STARTSEITE / [AMEN, NICHT MIT ANDEREN DARÜBER ZU SPRECHEN](#)

**„Mein Rat ist, mit anderen darüber zu sprechen“**

*Knapp drei Jahre pflegte Bo seine Großmutter. Instagrammer Fabian Gräbkat hat mit ihm darüber gesprochen.*

Knapp drei Jahre pflegte der heute 24-jährige Bo seine an Demenz erkrankte Großmutter. Ein Jahr davon lebte er sogar im gleichen Haushalt und kümmerte sich um die Bedürfnisse seiner Oma. Wie Bo auch mit herausfordernden Situationen umgegangen ist, und welchen Rat er Jugendlichen in einer ähnlichen Situation gibt, erfährst du im Video des Instagrammers Fabian Gräbkat. Fabian besuchte Bo in seiner Heimatstadt Hamburg und sprach mit ihm über seine Erfahrungen zur Pflege.

Sein Video findest du [hier](#)

Foto: Instagram / Fabian Gräbkat

<https://www.instagram.com/p/CCOd1VjCV7K/>

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot

## Pausentaste für Eltern

WIRTSCHAFTSUNIVERSITÄT  
WIEN / FÜR ELTERN

### Für Eltern.

#### Unterstützung und hilfreiche Informationen.

Sich um pflegebedürftige Angehörige zu kümmern, stellt für viele Eltern in Deutschland eine Mehrfachbelastung dar. Um die verschiedenen Aufgaben des Alltags zu meistern, packen in Deutschland fast 500.000 Kinder und Jugendliche mit an. Sie übernehmen Verantwortung im Haushalt oder kümmern sich direkt um eine pflegebedürftige Person, etwa eine Schwester mit Behinderung, den an Demenz erkrankten Opa oder die suchtkranke Mutter. Klar, dass diese besondere Situation auch anstrengend sein kann. Damit aus der Verantwortung keine Überlastung wird, ist es wichtig, dass Eltern die besondere Lebenssituation ihrer Kinder bewusst wahrnehmen.

Auf dieser Seite finden Eltern und Erwachsene im Umfeld pflegender Kinder und Jugendlicher Tipps und Informationen, um einer Überforderung vorzubeugen. In den einzelnen Unterrubriken finden Sie zum Beispiel Tipps, Gesprächsleitfäden und Beratungsangebote. Damit Kinder und Jugendliche in ihrer besonderen Lebensstellung gesehen und unterstützt werden.

Praktische Tipps: Signale erkennen

Interview: Impulse einer betroffenen Mutter

#### Praktische Tipps: Signale erkennen

So erkennen Sie bei Ihrem Kind Überforderung, bevor sie entsteht.

#### Interview: Impulse einer betroffenen Mutter

„Wir haben uns das Glück unserer Familie nicht nehmen lassen.“

#### Telefonberatung: Wenn alles zu viel wird oder sie einfach nur mal reden wollen

Das Elterntelefon der Nummer gegen Kummer stellt sich vor.

#### Sorge um ein Kind aus dem Bekanntenkreis?

Wie Sie ein pflegendes Kind auf seine Situation ansprechen und unterstützen können.

#### Unterstützungsangebote und Linktipps

Weitere Informationen zu Finanzen, Rechtslage und Beratung vor Ort.

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot Pausentaste für Fachkräfte

**PAUSENTASTE** Hilfe Darum geht's Für Eltern **Für Fachkräfte**

STARTSEITE / FÜR FACHKRÄFTE

## Für Fachleute.

Unterstützung und hilfreiche Informationen.

Junge Menschen mit Pflegeverantwortung erhalten bislang wenig Aufmerksamkeit. Mit dem Projekt „Pausentaste – Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe“ wurde ein Beratungsangebot für pflegende Kinder und Jugendliche etabliert. Darüber hinaus werden Lehrerinnen und Lehrer, ambulante Pflegedienste, Sozialdienste an Schulen und Kliniken sowie Jugendorganisationen und die Öffentlichkeit für die Situation der Kinder und Jugendlichen sensibilisiert. Hier finden Sie daher weitere Informationen zu pflegenden Kindern und Jugendlichen sowie eine Datenbank mit Projekten und Initiativen, die sich in dem Bereich engagieren.

Zur Förderung der Vernetzung wurde ein Netzwerk zur Unterstützung von Kindern und Jugendlichen mit Pflegeverantwortung ins Leben gerufen. Das Netzwerk trifft sich mindestens einmal im Jahr zu einem fachlichen Austausch. Zudem wird regelmäßig ein netzwerkinterner Newsletter versendet. Wenn Sie sich für junge Menschen mit Pflegeverantwortung engagieren und hier mitarbeiten möchten, wenden sie sich gerne an uns →.

**Materialien für Hochschulen**  
Hier finden Sie Materialien zur Unterstützung von pflegenden Studierenden

**Handbuch und Schulmaterial für Fachkräfte**  
Hier finden Sie Arbeitsmaterialien, Praxistipps und Hintergrundwissen

**Materialien und Download**  
Hier finden Sie die neuen Flyer, Plakate und Infokarten zum Projekt „Pausentaste“

**Fachtage und Netzwerktreffen**  
Rückblicke auf die vergangenen Veranstaltungen

**Medien und Öffentlichkeit**  
Aktuelle Berichterstattung, Neuigkeiten, Reportagen und Medienberichte rund um pflegende Kinder und Jugendliche

**Fachliteratur und Studien**  
Der aktuelle Forschungsstand in Deutschland

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot

## Die App für pflegende Angehörige in.kontakt Informieren – Austauschen – Vernetzen

*wir pflegen e.V.* hat die kostenfreie App in.kontakt entwickelt

- bietet die Möglichkeit sich mit pflegenden Angehörigen zu vernetzen und sich über Herausforderungen im Pflegealltag auszutauschen: **zu jeder Zeit, an jedem Ort, zu jeder Frage – datengeschützt**
- Möglichkeit das in Chat-Kanälen in offener Runde oder im privaten 1:1-Chat zu machen
- private Chat-Kanäle für Selbsthilfegruppen
- Informationen zum Verein wir pflegen und aktuelle Veranstaltungen
- Die in.kontakt App ist im App Store und PlayStore frei verfügbar.

Quelle: <https://www.wir-pflegen.net/helfen/in-kontakt-app-fuer-pflegende-angehoerige>

# Digitales Informations- und Entlastungsangebot

- **Young Carer Coach** ist eine **Nachrichten- und Vernetzungsplattform auf Socialmedia**.
- Initiatorin von **Young Carer Coach** ist die „An Deiner Seite – Gerhard und Gertrud Schmieder Stiftung“
- Mit dem digitalen Projekt Young Carer Coach will die Stiftung junge Menschen mit Sorge- und Pflegeverantwortung **vernetzen** und in **Austausch** bringen.
- Die Plattform sieht sich als **Drehscheibe für Veröffentlichungen von aktuellen Informationen, Angeboten, Terminen und Tipps** für Young Carers. Ebenso werden über Young Carer Coach künftig **Online- und Präsenztreffen** für junge Pflegende angeboten.



## „Äh, Young Carer what??“

„Du bist jung und kümmerst Dich um jemanden Kranken in Deiner Familie? Um Deine Mama, die schon lange eine chronische Erkrankung hat? Oder um Deinen Papa, der seit einem Unfall plötzlich Deine Hilfe braucht? Dann bist Du ein Young Carer und bei uns voll richtig. Wir sehen, was Du für Deine Familie machst und finden es großartig!“

Du bist nicht **alleine**

Ich bin Nadjila,  
Dein Host bei  
Young Carer Coach!



## What's up?

Bei Young Carer Coach findet ihr News aus der **Young Carer** Szene: Termine, Medienberichte, neue Initiativen, hilfreiche Links und vieles mehr.

**ACHTUNG:** Wer hier Termine oder aktuelle Angebote veröffentlichen möchte, meldet sich gerne bei uns per E-Mail: [fo\(at\)youngcarercoach.de](mailto:fo(at)youngcarercoach.de)

08.10.2024

**Young Carer Meet 14. Oktober in München**  
19 Uhr im Fugazi - komm vorbei! Wir freuen uns auf Dich...

[Weiterlesen](#)

07.10.2024

**Bau Dir Dein Sorgenetz!**  
Online-Workshop für Young Adult Carer von Kraft-Copilot

23. Oktober, 10 Uhr

[Weiterlesen](#)

30.09.2024

**Mach' jetzt den Self-Test!**  
Was macht Dich stark? Welche Rolle spielt die Krankheit Deines Angehörigen in Deinem Alltag?

[Weiterlesen](#)

18.07.2024

**Young Carer Coach mit AOK-Medienpreis geehrt**  
Nachrichten- und Vernetzungsplattform erhält Ehrenpreis des Dr. Georg Schreiber Medienpreises 2024

[Weiterlesen](#)

---

# Weitere Handlungsoptionen

---

# Wirkungsdreieck der Handlungsmöglichkeiten



# Beispiel: weitere Handlungsoptionen

## 1. Aufklärung der Berufsgruppe

## 2. Analoge Angebote:

- Begegnung in offenen Angeboten wie z.B.:  
Freizeiträume, Arbeitsgemeinschaften
- Projektorientierte Prävention/Intervention, z.B.  
Theaterpädagogik / Gesundheitstage
- Peer-to-Peer-Angebote (vgl. „Verrückt, na und?!“)
- Eltern-/Lehrkräfte Workshop

# Beispiel: weitere Handlungsoptionen

## **3. Digitale Ergänzungsangebote:**

- Begegnung in Chats
- Gruppen-Begegnung in Breakout-Räumen
- Breakout-Räume für Peergruppenarbeit

# Beispiel: weitere Handlungsoptionen

## 4. Vermittlung an:

- Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz

<https://alter-pflege-demenz-nrw.de/>



- Jugendhilfe / Therapeuten:innen
- Koordinierungs- bzw. Fachstelle Young Carer in Bielefeld:
  - Auszeiten, Austausch mit Gleichaltrigen, Erlebnis- und medienpädagogische Angebote, Workshops zur Persönlichkeitsstärkung, Erste-Hilfe Kurse, psychosoziale Beratung

# Beispiel: weitere Handlungsoptionen

## 4. Vermittlung an:

Johanniter Kinderfachklinik Bad Sassendorf



- Young Carer - neues Reha-Angebot in der Kinderfachklinik Bad Sassendorf  
Die Johanniter Kinderfachklinik - Rehaklinik für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit seelischen und psychosomatischen Erkrankungen in Bad Sassendorf hat ein Rehabilitationsangebot für Young Carer im Rahmen des Verbundvorhabens „Prävention und Rehabilitation für pflegende Angehörige“ (PuRpA) entwickelt. Young Carers können hier abschalten und Kraft tanken. Ihnen wird dabei geholfen, ihre Lebensqualität zu verbessern und an einer gesunden Balance zwischen Verantwortungsübernahme in der Familie und ihren eigenen Bedürfnissen zu arbeiten.

<https://www.johanniter.de/johanniter-kliniken/kinderfachklinik-bad-sassendorf/behandlungskonzept/therapie/young-carer>

# Analoge Angebote


## Windschatten Berlin

Angebote für die Young Carer:

- Freizeitangebote (Ferienangebote, wöchentliche Kinder- und Jugendgruppe)
- Direkte Hilfen (time out – Stipendium, Finanzierungen)

Angebote für die Eltern:

- Entspannung und Yoga
- Elternfrühstück
- Elternakademie
- Elternberatung



**Windschatten Berlin**

Unser Young Carer Zentrum WINDSCHATTEN ist eine Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche mit schwer kranken Familienmitgliedern aus ganz Berlin. Auch Eltern bekommen hier Unterstützung. WINDSCHATTEN ist ein Ort zum Durchatmen und Kraft tanken, aber auch zum Spaß haben und Kennenlernen von Gleichaltrigen, denen es ähnlich geht. Ein Windschatten für alle, die tagtäglich gegen den Sturm anlaufen.

WINDSCHATTEN ist wie ein Kinder- und Jugendzentrum, aber nur für euch – für Young Carer. So nennen wir Kinder und Jugendliche, die sich um kranke Familienmitglieder kümmern, den Haushalt schmeißen oder sich um kleine Geschwister kümmern.

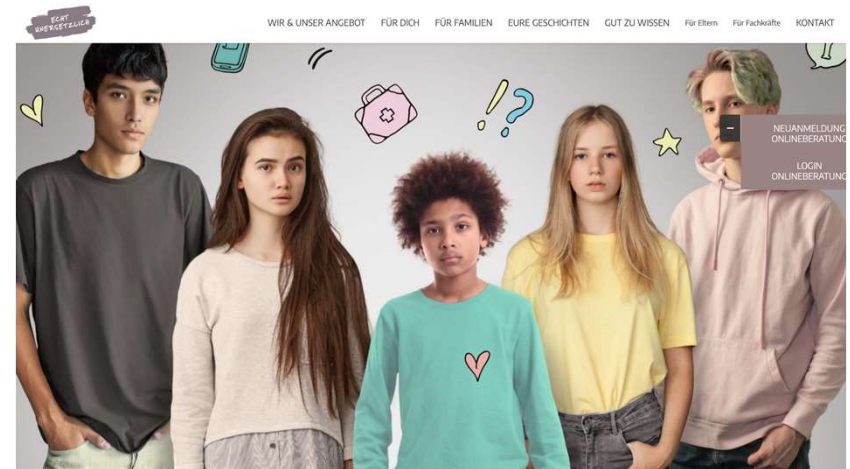
Quelle: <https://ernst-freiberger-stiftung.de/young-carer/windschatten-berlin/>

# Analoge Angebote

## Echt unersetzlich

Angebote für die Young Carer:

- Online Beratung auch anonym möglich
- Persönliche Beratung in der Beratungsstelle Kreuzberg



<https://www.echt-unersetzlich.de/wir-und-unser-angebot-fuer-pflegende-jugendliche/>

**Austausch, Fragen, Feedback ...**



# Linksammlung

## Handbücher und Dokumentationen

- [https://www.echt-unersetzlich.de/wp-content/uploads/Handbuch\\_pflegende-Kinder-und-Jugendliche-2019\\_web.pdf](https://www.echt-unersetzlich.de/wp-content/uploads/Handbuch_pflegende-Kinder-und-Jugendliche-2019_web.pdf)
- [https://www.zqp.de/wp-content/uploads/ZQP\\_2017\\_Report\\_JungePfleger.pdf](https://www.zqp.de/wp-content/uploads/ZQP_2017_Report_JungePfleger.pdf)
- <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/160998/cee5f14395d73be42af7efc1c92c0b1d/pausentaste-materialien-fuer-den-unterricht-lehrerhandbuch-data.pdf>
- <https://archiv.rotekreuz.at/jugend/young-carers/infobox-young-carers/>
- <https://www.zdf.de/dokumentation/zdfzoom/zdfzoom-young-carers-kinder-pflege-100.html>

## Websites

- <https://www.pausentaste.de/>
- <https://www.echt-unersetzlich.de/>
- <https://www.johanniter-superhands.de/>
- <https://www.young-supporters.com/>
- <https://me-we.eu/booklet/>
- <https://young-helping-hands.de/>
- <https://young-carers.de/>
- <https://ernst-freiberger-stiftung.de/young-carer/windschatten-berlin/>
- <https://www.kinderschutzbund-bielefeld.de/young-carers-bielefeld.html>
- <https://www.johanniter.de/johanniter-kliniken/kinderfachklinik-bad-sassendorf/behandlungskonzept/therapie/young-carer/>
- <https://in-zwei-welten.de/>
- <https://www.youngcarercoach.de/>

---

# Kontakt

**Lea Dreissen**

➤ [lea.dreissen@in-zwei-welten.de](mailto:lea.dreissen@in-zwei-welten.de)

**Wolfgang Foltin**

➤ [wolfgang.foltin@in-zwei-welten.de](mailto:wolfgang.foltin@in-zwei-welten.de)

**Uns beide als Team**

➤ [team@in-zwei-welten.de](mailto:team@in-zwei-welten.de)



Vielen Dank für Ihr Interesse  
an dieser Thematik!

Euer Team



# 10 WÜNSCHE

## EINES YOUNG CARERS AN GESUNDHEITSFACHPERSONEN

**Schau mich an und nenne mich bei meinem Namen.** Ich würde es auch schön finden, deinen Namen zu erfahren. So gibst du mir das Gefühl, dass du mich kennenlernen möchtest, so wie ich bin.

**Lächle mich an.** Vielleicht lächle ich nicht zurück, weil ich verängstigt oder traurig bin. Aber lächle mich trotzdem an. Wenn du mich anlachst, zeigst du mir, dass du mich als Person anerkennt und damit fühle ich mich einbezogen.

**Frage mich, ob ich etwas brauche,** beispielsweise ob ich hungrig oder durstig bin. Auf diese Weise lässt du mich wissen, dass du das Beste für mich willst und dass du mir helfen wirst.

**Schau mir in die Augen.** Wenn du mir in die Augen schaust während du mit mir sprichst, weiss ich, dass du eine Verbindung mit mir aufbaust. Wenn du mir in die Augen schaust, zeigst du mir, dass du verstehen kannst, wieso ich möglicherweise beschämt oder verängstigt bin. Wenn du deinen Blick nicht abwendest, zeigst du mir, dass ich dir vertrauen kann. Falls ich sehr klein bin, lehne dich bitte zu mir herunter, so fühle ich mich sicher.

**Zeige mir, dass du gewillt bist, die Welt aus meiner Perspektive zu betrachten.** Gehe nicht davon aus, dass du die Wahrheit über mich und mein Leben kennst. Vielleicht hast du einmal Kinder getroffen, die dich an mich erinnern; oder vielleicht hattest du selber eine schwierige Kindheit. Aber ich bin einzigartig. Und du bist du. Bitte lege mir keine Worte in den Mund. Höre mir zu.

**Stelle mir die Fragen so, dass ich sie verstehen und in meinen eigenen Worten beantworten kann.** Damit meine ich Fragen, zu denen du die Antworten nicht schon im Voraus weisst. Das sind Fragen, die mit "was" oder "wie" anfangen, z.B. Wie fühlt es sich für dich an, das Krankenhaus heute zu besuchen? Wie geht es dir damit, dass dein Vater hier ist? Wie geht es dir heute? Wie denkst du darüber, deine Mutter wieder zu treffen? Wenn du nach meine Sichtweise fragst, und wie es mir geht, verstehe ich, dass du dich um deine Mitmenschen kümmerst und dass du das Beste für meine Familie und auch für mich willst.

**Lege deine Ordner, dein Telefon und deine Schlüssel zur Seite wenn du mit mir sprichst.** Dann fühle ich mich mutiger, weil wir gleichauf sind. Verlasse deinen Schreibtisch und setze dich zu mir. Dann fühle ich mich nicht als gäbe es eine Lücke zwischen uns.

**Lass mich wissen, dass es in Ordnung ist, zu weinen** und dass es in Ordnung ist traurig und auch verängstigt zu sein. So sehe ich, dass du meine Gefühle und meinen Kummer anerkennt.

**Erlaube mir, ein Kind zu sein.** Sag mir, dass ich Witze machen und lachen darf, auch wenn wir im Krankenhaus sind. So weiss ich, dass du verstehst, dass ich ein Kind bin und du mir erlaubst eines zu sein.

**Sei du selbst, so wie du bist.** Das bedeutet, dass du vielleicht einen Teil deiner Professionalität zur Seite legen musst. Wenn du du selbst bist, gibst du auch mir die Möglichkeit, mich selbst zu sein.



(Ich bin hier)



**BarnsBeste**  
nasjonalt kompetansenettverk for barn som pårørende

Maja Michelsen, blog BarnsBeste - 2015

[www.barnsbesteblogg.com](http://www.barnsbesteblogg.com)  
[www.barnsbeste.no](http://www.barnsbeste.no)

[https://sshf.no/seksjon/BarnsBeste/Documents/Kunnskapsbanken/Plakat\\_10-pa%CC%8Ar%C3%B8rende-ra%CC%8Ad\\_Tysk.pdf](https://sshf.no/seksjon/BarnsBeste/Documents/Kunnskapsbanken/Plakat_10-pa%CC%8Ar%C3%B8rende-ra%CC%8Ad_Tysk.pdf)

# Literatur

- Barry, M.** (2011). 'I realised that I wasn't alone': the views and experiences of young carers from a social capital perspective. *Journal of Youth Studies*, 14(5), 523-539.
- Cluver, L., Operario, D., Lane, T., & Kganakga, M.** (2012). "I Can't Go to School and Leave Her in So Much Pain": Educational Shortfalls Among Adolescent 'Young Carers' in the South African AIDS Epidemic. *Journal of Adolescent Research*, 27(5), 581-605.
- Becker, S.** (2000): Young Carers. In: Davies, M. (Hrsg.): The Blackwell Encyclopedia of Social Work. London: Blackwell. S. 378.
- Cree, V. E.** (2003). Worries and problems of young carers: issues for mental health. *Child & Family Social Work*, 8(4), 301-309.
- Dearden, C. & Becker, S.** (2002). Young Carers and Education. Zugegriffen 03.03.2017.
- Frech, M., Nagl-Cupal, M., Leu, A., Schulze, G. C., Spittel, A. M., Kaiser, S.** (2019): Wer sind Young Carers? Analyse der Begriffsverwendung im deutschsprachigen Raum und Entwicklung einer Definition. In: International Journal of Health Professions, 6(1), S. 19–31.
- Gentner, T.** (2018): Pflegende Kinder und Jugendliche an der Schule ...und die subjektiven Theorien ihrer Lehrer. Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt Verlag.
- Kaiser, S.** (2019): Heranwachsen im Spannungsfeld von Schule und Pflegetätigkeiten – Eine empirische Studie zur schulischen Situation von pflegenden Jugendlichen. Berlin: Logos Verlag.
- Kaiser, S. & Schulze, G. C.** (2014). Pflegerische Tätigkeiten in der Familie—eine mögliche Ursache für Schulabsentismus bei Kindern und Jugendlichen. *Zeitschrift für Heilpädagogik*, (9), 332–346.
- Knecht, C.** (2018): Geschwister von chronisch kranken Kindern und Jugendlichen. Erleben und Bewältigungshandeln. Wiesbaden: Springer VS.
- Knecht, C., Hellmers, C., Metzging, S.** (2015): Ambivalenz- und Ambiguitätserleben gesunder Geschwister von Kindern und Jugendlichen mit chronischer Erkrankung. Diskurs Kindheits- und Jugendforschung/Discourse. *Journal of Childhood and Adolescence Research*, Heft 3-2015, 323-337.
- LandesArbeitsGemeinschaft Schulsozialarbeit NRW e.V.** (2021). Qualitätsstandards in der Schulsozialarbeit. Nordrhein-Westfalen. Verfügbar unter: <https://www.schulsozialarbeit-nrw.de/wp-content/uploads/2021/06/Standards-mini-Original.pdf>, S.10.
- Letschert-Grabbe, B.** (2021). Das übersehene Kind – Wenn „Super!“ zu wenig und Verwöhnen Vernachlässigung ist. Weinheim: Beltz Juventa, 21-24.
- Leu, A.** (2014). Identifikation pflegender Schülerinnen und Schüler – eine neue Herausforderung für die Bildungsinstitutionen in der Schweiz? *Schweizerische Zeitschrift für Heilpädagogik*, 20(9), 43–49.
- Metzing, S.** (2018). Abschlussbericht zum Projekt „Die Situation von Kindern und Jugendlichen als pflegende Angehörige“. Verfügbar unter: [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Pflege/Berichte/Abschlussbericht\\_KinderundJugendlichepflegAngeh.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Pflege/Berichte/Abschlussbericht_KinderundJugendlichepflegAngeh.pdf) [17.12.2019].
- Metzing, S.** (2017). Pflegende Kinder und Jugendliche. Ein Überblick. *ZQP-Report Junge Pflegende*, 14-25.
- Metzing, S.** (2007). *Kinder und Jugendliche als pflegende Angehörige. Erleben und Gestalten familialer Pflege*. Bern: Hans Huber Verlag.
- Moore, T., & McArthur, M.** (2007). We're all in it together: supporting young carers and their families in Australia. *Health & Social Care in the Community*, 15(6), 561-568.
- Moore, T., McArthur, M., & Morrow, R.** (2009). Attendance, achievement and participation: Young carers' experiences of school in Australia. *Australian journal of education*, 53(1), 5-18.
- Moore, T., Morrow, R., McArthur, M., Noble-Carr, D. & Gray, J.** (2006). *Reading, Writing and Responsibility. Young Carers and Education*, Canberra, ACT: Institute of Child Protection Studies.
- Schulze, G. C. & Kaiser, S.** (2017). Lernen zwischen Schulbesuch und Pflege. In Zentrum für Qualität in der Pflege (Hrsg.), *ZQP-Report Junge Pflegende* (1. Aufl., S. 89–93). Berlin.
- Salzmann, B., Kliem, A. & Ehmke, J.** (2019) *Wenn Jugendliche um kranke Angehörige kümmern. Handbuch für Fachkräfte*. Berlin: Diakonisches Werk Berlin Stadtmitte e.V.
- Sempik, J., & Becker, S.** (2013). *Young Adult Carers at School: Experiences and Perceptions of Caring and Education*. London, United Kingdom: Carers Trust.
- Thomas, N., Stainton, T., Jackson, S., Cheung, W. Y., Doubtfire, S., & Webb, A.** (2003). 'Your friends don't understand': Invisibility and unmet need in the lives of 'young carers'. *Child & Family Social Work*, 8(1), 35-46.