Young-Carer: Erster Überblick

Definition:

Mit Young-Carer (pflegende Kinder und Jugendliche) sind Personen gemeint, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben und regelmäßig für einen oder mehrere Angehörige sorgen, ihnen helfen und sie pflegen. Diese Kinder tragen eine spezifische Verantwortung, die gesellschaftlich nicht für sie vorgesehen ist und durch die sie sich von anderen Kindern unterscheiden.

Auch Kinder psychisch- oder suchtkranker Eltern, Kinder mit körperlich kranken Eltern, Kinder mit kranken Geschwistern benötigen besondere Hilfestellungen.
Insgesamt muss man sagen, dass immer, wenn Kinder in besondere Belastungssituationen fallen, eine spezielle Hilfe sinnvoll ist. Dabei ist es egal, wie die Ursache bezeichnet wird.

Übrigens:
Auch Kinder bekannter Personen können einer starken psychischen Belastung ausgesetzt sein.

Zahlen aus Deutschland:

480.000 Young-Carer
2.000.000 Kinder mit chronisch kranken oder behinderten Geschwisterkindern
4.000.000 Kinder mit psychisch kranken Eltern (z.B. Depression oder Sucht)
Zzgl. einer unbekannten Zahl an Kindern mit somatisch erkrankten Eltern (z.B. MS, Krebs, Behinderungen, Schlaganfall usw.)

Mögliche Anzeichen in der Schule:

Müdigkeit, Verspätung, fehlende Hausaufgaben, sozialer Rückzug, Abfall der Noten, ungewohnte Aggressivität, Traurigkeit

Was macht die Young-Carer-Hilfe?

Die Wahrscheinlichkeit als Kind selbst ein Kind kranker Eltern oder mit kranken Geschwistern zu werden war schon immer hoch. Bisher wurde das Thema oft verschwiegen und viele Kinder litten unter großen Nachteilen. Ziel der Young-Carer-Hilfe ist es allen Jugendlichen die gleichen Startchancen zu ermöglichen. Durch gezielte Webseiten, schulexterne Ansprechpartner und einem Netzwerk aus regionalen und überregionalen Vereinen und Organisationen sollen betroffene Kinder gestärkt und unterstützt werden.

Entlastung von Lehrern und Unterricht:

Durch schulexterne Ansprechpartner und Hilfsangebote können Lehrer entlastet werden und der Unterricht störungsfreie stattfinden. Deshalb bittet die Young-Carer-Hilfe um Ihre kurze mithilfe, damit auch Sie im Unterricht nachhaltig entlastet werden. Sofer Sie ein Kind aufgrund der Flyer, DVD oder Projekttage auf die Young-Carer-Hilfe anspricht, geben Sie bitte unsere Kontaktdaten an das Kind weiter.

Ausgebildete Therapeuten, ehrenamtliche Helfer und regionale Hilfestellen können mit dem Schüler und dessen Familie individuelle und nachhaltige Hilfsangebote aussuchen.

Hier eine Auflistung welche Punkte in die Beratungen einfließen könen:

Beratungskonzept für Young-Carer

Einstimmung

niemals vergessen:

- Young-Carer haben nicht immer Probleme
- Young-Carer sein ist ein schwankender Prozess
- die benötigten Hilfen können jederzeit stark schwanken
- Young-Carer zu sein bringt auch positive Chancen

akute Probleme - lebensbedrohliche Diagnosen - Verschlimmerung der Krankheit -ungeplante Krankenhausaufenthalte	**Ereignis?**	**stetige Belastung** - ständige Behinderung, stabil - stabile chronische Krankheit
Unbeständigkeit	**Hauptproblem?**	**ständige Überforderung**
schnelle Soforthilfe	**benötigte Hilfe?**	**langfristige Hilfen**

Hilfsangebote

- Essen auf Rädern
- Prävention
- Pflegedienste
- Haushaltshilfe -
- Therapie
- Informationen
- Beratungsangebote

Krankenschein
- Pflegezeit
- Haushaltshilfe

Therapie- und Beratungsrichtungen

neben dem kassenärztlichen Verfahren: Gesprächstherapie & Verhaltenstherapie

akutes Problem: Lösungsorientierte Kurzzeittherapie (Steve dé Shazer)

Dilemma: Therapeutisches Erzählen (Stefan Hammel)

flexibel anwendbar: Logotherapie & Existenzanalyse (Viktor Frankl)

Beratungsstil

kurz – lösend – stärkend- trotzig - sinnhaft

- Informationen über die persönliche Entwicklung vermitteln
- Selbstvertrauen stärken
- Young-Carer selbst gestalten/mitentwickeln lassen
- Wahlmöglichkeiten vorschlagen
- Chancen bieten eigene Erfahrungen zu sammeln
- Nicht mit „du musst“ argumentieren

Wer ist krank?

Hauptverdiener

Ressource:
der gesunde Partner hat mehr Zeit

Gefahr:
langfristige finanzielle Probleme

Herausforderung:
Kredite begleichen, Jobsuche, Weiterbildung, Wiedereinstieg ins Berufsleben

Zuverdiener, Hausfrau/mann

Ressource:
vorerst finanzielle Beständigkeit

Gefahr:
organisatorisch schwer zu meistern

Herausforderungen: Vollzeitarbeit
Beratungsstellenschwer erreichbar
Besuchszeiten der Intensivstation
Kinderbetreuung, Arzttermine,

Geschwisterkind

Ressource:
beide Elternteile können helfen

Gefahr:
gesundes Kind wird vernachlässigt

Herausforderungen:
kindgerechtes Umfeld,

Rollenverteilung?

der Kranke

Ressourcen:
- profitiert von der Hilfe des Kindes
- Stolz auf die Leistungen des Kindes

Gefahren:
- gewöhnt sich an die Hilfe des Kindes
- Fühlt die Überforderung des Kindes/Partner
- Traut sich nicht mehr um Hilfe zu fragen

der Gesunde

Ressourcen:
- Erfahrung der eigenen Persönlichkeit
- berufliches Weiterkommen

Gefahren:
- Doppel- und Mehrfachbelastung (Bisherige Aufgaben, Übernahme der Ausgaben des Partners, macht sich selbst Sorgen, muss den Starken spielen, Kind trösten)
- Gesundheitliche Überforderung: (wenig Schlaf, andauernder Stress, Vernachlässigung der eigenen Gesundheit)

Das Umfeld?

- Das Umfeld besteht aus einzelnen Personen und ist jeweils gesondert zu deuten
- Die Reaktionsarten sind anfangs schwer voneinander zu unterscheiden
- Die unterschiedlichen Verhaltensentwicklungen des Umfeldes verwirren Young-Carer oft
- Der Young-Carer kann das Umfeld besser einschätzen

Anerzogene Hilfsbereitschaft
(Redewendung: „Du kannst mich immer anrufen“) hoffen aber insgemein nie gefragt zu werden oder helfen dann nicht.

Helfersyndrom
(Hilfe erfolgt kurz und unkontrolliert)

Trend zu Helfen
(Kurzfristige übermäßige Hilfsbereitschaft, ähnlich dem Internet-Hype)

Vermeidung
(spricht nicht mehr mit einem, ignoriert. Oft nicht böse gemeint, sondern aus Unsicherheit& Unbeholfenheit)

Bedingungslose Helfer
(oft Leute, mit denen man nicht gerechnet hat. Unbedingt zuhören, wenn sie kritisch werden)

Was passiert mit dir?

- Das Empfinden passt sich der gegebenen Situation an

Belastung
müde, depressiv, Leistungsdruck,

Angst
generelle Angst, Phobien, verwirrt

Vermeidung
kontrollzwang,

Konditionierung
auf Geräusche, auf Situationen, auf Worte, auf Personen

Aggression
häufiger Streit, Autoaggression, falsch verstanden,

Wie reagierst du unbewusst?

Leistung
übermäßig leistungsorientiert

Rückzug
Einzelgänger, Tagträumer

witzig sein
Klassenclown, Entertainer

macht alles falsch
schwarze Schaf der Familie

Deine Möglichkeiten

Du bist es nicht

Das was dir passiert, passiert auf Grund der Krankheit. Es ist etwas von Außen gemachtes, dass zu dir kommt. Du kannst nur entscheiden, wie du damit umgehen möchtest. Aber die Umstände sagen nichts über dich aus.

Du bist toll

Es ist normal, dass viele in solchen Situationen überfordert sind. Das änder nichts daran, dass du ein toller Mensch bist

Auch wenn du es jetzt vielleicht noch nicht sehen kannst.

Es geht vorbei

Auch wenn du jetzt etwas nicht ändern kannst oder etwas ungerecht ist, alles geht vorbei.

Bereite dich schon jetzt auf den Tag vor, an dem du deinen eigenen Weg gehen wirst. Dann fällt es dir später viel leichter.

Zeige wer du bist

Belüge dich nicht selbst. Bleibe dem gegenüber treu, was du weißt und was du fühlst. Teile deine Gaben und Fähigkeiten mit anderen und zeige, wer du wirklich bist.

Du bis die Zukunft

Dein heutiges Handeln, erschafft die Welt von morgen und die deiner Kinder.

Ich hoffe, dass du diese Möglichkeit siehst und sie bewusst nutzt, um dir und allen die du magst eine bessere Zukunft zu erschaffen.

Und wenn es mal nicht klappt

- Fehltritte, Scheitern, verzweifeln, aufgeben, sind normale menschliche Reaktionen, die regelmäßig vorkommen können.
- Erlaube diesen Gefühlen da zu sein
- Sie sind ein Denkmal dafür, was du bereits alleine geleistet hast und sollen dich an deine Möglichkeiten erinnern.

Bewusstsein der Eltern schärfen!

- Verantwortung der Eltern prüfen
- auf selbstgemachte Probleme achten
- Eltern stärken

Beratung &Selbsthilfe:

Pflegestützpunkt
Jugendamt
Ehrenamtsbörse
Selbsthilfestelle

Info-Webseiten:

pausentaste.de
superhands.de
young-carers.de
bedinderte-eltern.de

Psychotherapie Vermittlung:

Koordinations-stelle des KVB
Tel: 0921-787765-40410
Mo-Do: 9-17 Uhr
Fr.: 9-13 Uhr

Vereine:

nacoa.de
pink-kids.de
johanniter.de
wir-pflegen.net
bbe e.V.

Literatur: