



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

EPYC
Empowering
Professionals to support **Y**oung **C**arers

Unterrichtsmaterialien und didaktische Anleitungen

für die Aus-, Fort- und Weiterbildung
von Fachkräften in der Sozialarbeit und
in der Pflege und Betreuung

zum Thema

*Mit jungen pflegenden
Angehörigen („Young Carers“) im
Berufsalltag umgehen*



VORWORT

Wenn ein Familienmitglied chronisch krank, körperlich beeinträchtigt oder aufgrund des seelischen oder geistigen Zustands seine übliche Rolle in der Familie nicht erfüllen kann und/oder spezieller Unterstützung bedarf, betrifft dies die ganze Familie.

Auch sehr junge Familienmitglieder übernehmen oft wichtige Unterstützungs- und pflegerische Tätigkeiten. Die von Pflegebedürftigkeit geprägte häusliche Situation kann einen sehr großen Stellenwert im Leben der Kinder und Jugendlichen einnehmen, zu Überlastung, Missverständnissen seitens der Umwelt und Folgeproblemen führen.

Die hier vorliegenden Unterrichtsmaterialien und didaktischen Anleitungen wurden 2017/18 im Rahmen des Projekts EPYC (Empowering Professionals to Support Young Carers - Fachkräfte befähigen, junge pflegende Angehörige besser zu unterstützen) entwickelt. Fachleute und Organisationen aus Deutschland, Großbritannien, Irland, Italien und Österreich haben dabei mitgewirkt. Siehe dazu: www.ep-yc.org.

Es geht darum, generell die Aufmerksamkeit bezüglich der besonderen Problemlagen und Bedürfnisse junger pflegender Angehöriger bzw. „Young Carers“ zu fördern (im Folgenden wird nur mehr der inzwischen international übliche Begriff „Young Carers“ verwendet). Insbesondere sollen Fachkräfte aus den Bereichen Jugend- und Sozialarbeit sowie Pflege und Betreuung gut auf die Arbeit mit dieser Personengruppe vorbereitet werden.

Auf den folgenden Seiten finden Sie Vorschläge und Anschauungsmaterialien (Fallbeispiele etc.) zur Gestaltung von Unterrichtseinheiten zum Thema Young Carers. Die Unterrichtseinheiten können flexibel in die Aus-, Fort- und Weiterbildung von Fachkräften in der Sozialarbeit sowie in der Pflege und Betreuung integriert werden. Ziel ist, die Teilnehmer/innen für das Thema zu sensibilisieren und zur Arbeit mit dieser Zielgruppe zu befähigen. Selbstverständlich können die Anordnung und Ausgestaltung der einzelnen Elemente sowie der Einsatz der Materialien je nach Vorwissen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, den zur Verfügung stehenden zeitlichen Ressourcen sowie berufsspezifischen Erfordernissen modifiziert werden.

Weiters wird zur inhaltlichen Vorbereitung und Gestaltung des Unterrichts auf die im Projekt entstandene **„Informationsbroschüre zum Thema Young Carers – Kinder und Jugendliche als pflegende Angehörige für Fachkräfte in der Jugend- und Sozialarbeit und in der Pflege und Betreuung“** Bezug genommen.

Die Broschüre sowie weitere Materialien und Informationen finden Sie unter:

www.roteskreuz.at/pflege-betreuung/projekte/ sowie

www.oerk.at/epyc

INHALT

ÜBERBLICK ÜBER DIE UNTERRICHTSEINHEITEN	1
DIE UNTERRICHTSEINHEITEN IM DETAIL.....	3
EINHEIT 1 – EINFÜHRUNG IN VERSCHIEDENE ROLLEN ZUM THEMA JUNGE PFLEGENDE ANGEHÖRIGE.....	4
Szenentext „Bin gleich zurück“	6
EINHEIT 2 – BEZUG DES THEMAS YOUNG CARERS ZUR EIGENEN BERUFSGRUPPE HERSTELLEN.....	7
Fallbeispiel 1: Ausschnitt aus dem Film „Soweit ich kann“ – Adrienne Spezial.....	9
Fallbeispiel 2: Jan ist überfordert.....	9
Fallbeispiel 3: Ullis Geschichte	11
EINHEIT 3 – IDENTIFIKATION UND UNTERSTÜTZUNG JUNGER PFLEGENDER ANGEHÖRIGER („YOUNG CARERS“)	13
LITERATUR.....	15
ANHANG – KOPIERVORLAGEN FÜR ARBEITSBLÄTTER	16
Zu Einheit 1 – Einführung in verschiedene Rollen zum Thema junge pflegende Angehörige.....	17
Zu Einheit 2 - Bezug zur eigenen Berufsgruppe herstellen.....	19
IMPRESSUM	27

ÜBERBLICK ÜBER DIE UNTERRICHTSEINHEITEN

ZIEL	LEHRENDE	TN/STUDIERENDE	MATERIAL	DAUER
EINHEIT 1 – Einführung in verschiedene Rollen zum Thema Young Carers				
<p>TN versetzen sich in verschiedene Rollen, die mit der Situation von Young Carers in Verbindung stehen können.</p> <p>TN betrachten die Szene unter einer systemischen Perspektive.</p> <p>TN erkennen mögliche Konfliktpotenziale innerhalb sozialer/familiärer Verflechtungen.</p> <p>TN reflektieren ihre eigene Einstellung zum Thema Young Carers.</p>	<p>Einteilung in Kleingruppen anhand der unterschiedlichen Rollen der Szene „Ich bin gleich zurück“.</p> <p>Moderation der Diskussion im Plenum.</p>	<p>Die TN lesen die Szene durch.</p> <p>Die TN versetzen sich in eine Rolle, diskutieren die Reflexionsfragen.</p> <p>Die TN präsentieren die Ergebnisse der Kleingruppen im Plenum.</p>	<p>Szenentext „Bin gleich zurück“</p> <p>Flipchartpapier</p>	60 Min.
EINHEIT 2 – Bezug des Themas Young Carers zur eigenen Berufsgruppe herstellen				
<p>Die TN bekommen Einblick in die Situation von Young Carers.</p> <p>Die TN wissen, mit welchen Berufsgruppen Young Carers in ihrem Alltag in Berührung kommen können.</p> <p>Die TN kennen Settings in denen ihre Berufsgruppe mit Young Carers in Berührung kommen kann.</p>	<p>Einteilung in Kleingruppen anhand der Fallbeispiele.</p> <p>Moderation der Diskussion im Plenum.</p> <p>Ergebnis-sicherung: Mitschrift der möglichen Settings (zur späteren Verwendung).</p>	<p>Die TN sehen sich die Videos an bzw. gehen die Fallgeschichten durch, diskutieren die Reflexionsfragen im Plenum und gestalten dazu ein Flipchart.</p> <p>Die TN diskutieren, in welchen Settings sie als Fachkräfte mit Young Carers in Verbindung kommen können.</p>	<p>Fallbeispiele</p> <p>Flipchartpapier</p>	60 Min.

ZIEL	LEHRENDE	TN/STUDIERENDE	MATERIAL	DAUER
EINHEIT 3 – Identifikation und Unterstützung von Young Carers				
<p>Die TN kennen wesentliche Merkmale zur Identifikation von Young Carers .</p> <p>Die TN kennen den MACA-YC18 Fragebogen.</p> <p>Die TN kennen Möglichkeiten der Ansprache in verschiedenen beruflichen Settings.</p> <p>Die TN kennen mögliche Unterstützungsangebote, die sie Young Carers zur Verfügung stellen können bzw. Angebote, an die sie weiterverweisen können.</p>	<p>Anleitung zum Selbststudium. Einteilung in Kleingruppen anhand der vorab identifizierten beruflichen Settings.</p> <p>Moderation der Diskussion im Plenum.</p> <p>Moderation: Gemeinsames Resümee der Lernsituation.</p>	<p>Die TN lesen die Infobroschüre Young Carers, insbesondere Teil 2: „Erkennen und Unterstützen“, durch. Nach Möglichkeit recherchieren sie weitere interessante Beiträge zur Situation von Young Carers sowie passende Unterstützungsmöglichkeiten (Selbststudium + Recherche).</p> <p>Die TN überlegen sich mögliche Erkennungsmerkmale zur Identifikation von Young Carers im jeweiligen beruflichen Setting.</p> <p>Die TN überlegen sich, wie sie als Fachkraft eventuell betroffene Kinder oder Jugendliche ansprechen und Unterstützung bieten können.</p>	<p>Informationsbroschüre Young Carers</p> <p>Flipchartpapier und ev. Moderationskarten</p> <p>Ggf. Computer und Internet</p>	120 Min.

DIE UNTERRICHTSEINHEITEN IM DETAIL

EINHEIT 1 – EINFÜHRUNG IN VERSCHIEDENE ROLLEN ZUM THEMA JUNGE PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

EINHEIT 2 – BEZUG DES THEMAS YOUNG CARERS ZUR EIGENEN BERUFSGRUPPE HERSTELLEN

EINHEIT 3 – IDENTIFIKATION UND UNTERSTÜTZUNG JUNGER PFLEGENDER ANGEHÖRIGER („YOUNG CARERS“)

EINHEIT 1 – EINFÜHRUNG IN VERSCHIEDENE ROLLEN ZUM THEMA JUNGE PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

In der Szene „Bin gleich zurück!“ wird thematisiert, wie zahlreich und widersprüchlich die Ansprüche sein können, mit denen eine innerfamiliär pflegende Person - in diesem Fallbeispiel eine Mutter zweier Kinder, die zuhause noch ein weiteres Familienmitglied betreut - konfrontiert sein kann.

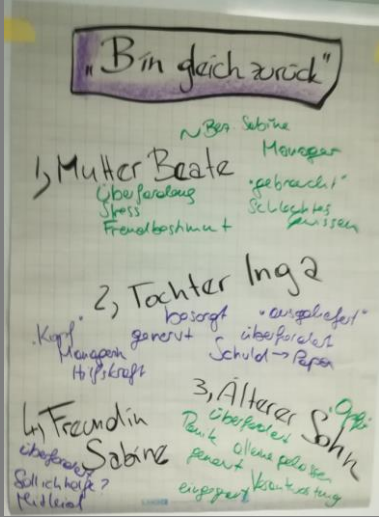
Die Teilnehmer/innen erfahren, wie es sein kann, einen Alltag zu führen, der neben vielen anderen Aufgaben und Interessen durch die Pflegebedürftigkeit eines Angehörigen bestimmt ist.

Es soll dabei deutlich werden, wie stark diese alltägliche Zerreißprobe auf die Hauptpflegeperson wirkt, was in Gefühlen wie Ärger, Wut, Verzweiflung, Schuld usw. zum Ausdruck kommen kann.

Eine zentrale Frage ist auch die der Abgrenzung und Sorge für die eigene Person.

Am Beispiel von Beates Tochter Inga können die Teilnehmerinnen ein Bewusstsein davon erlangen, dass auch nicht direkt pflegende Familienmitglieder durch die Situation vielfältigen Veränderungen ihres bisherigen Familienlebens begegnen.

So können vor allem Kinder deutlich weniger Aufmerksamkeit durch die Hauptpflegeperson erfahren.

EINHEIT 1 - VORSCHLAG FÜR DEN UNTERRICHT	
Aufgabe	Reflexionsfragen und weitere Arbeitsaufträge
Lesen der Szene im Plenum	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kopiervorlage siehe Anhang
Die TN teilen sich nun in Kleingruppen zu folgenden Rollen zu:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rolle 1: Mutter Beate ▪ Rolle 2: Tochter Inga ▪ Rolle 3: Freundin Sabine ▪ Rolle 4: Eine weitere Rolle kann vergeben werden, die nur indirekt in der Szene vorkommt (z.B. pflegebedürftiger Vater, älterer Sohn, etc.)
Die TN der Kleingruppen bekommen die Aufgabe, sich gemeinsam in die jeweilige Rolle hineinzusetzen die vorgefertigten Reflexionsfragen zu diskutieren:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wie fühlt sich die Person? ▪ Welche Gedanken gehen in ihr vor? ▪ Wie sieht sie sich selbst? ▪ Wie denkt sie über die anderen Personen, die in der Szene vorkommen? ▪ Was wünscht sie sich? ▪ ...
<p>Gegenseitige Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse der Kleingruppen im Plenum</p> <p>Lehrende/r gestaltet ein Übersichts-Flipchart mit den Namen der Protagonisten und schreibt wesentliche Stichworte zu den einzelnen Protagonisten dazu.</p>	
Diskussion im Plenum	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Welche Konfliktpunkte können aus diesen verschiedenen Gedanken resultieren? ▪ Wie ist es Ihnen bei der Übung gegangen? Welche eigenen Gefühle und Gedanken sind Ihnen im Hinblick auf das Thema „junge pflegende Angehörige“ gekommen?

SZENENTEXT „BIN GLEICH ZURÜCK“¹

Beate ist mit ihrer Tochter Inga beim Einkaufen im Supermarkt. Sie treffen dort auf Sabine.

Sabine: *Ach, Beate, schön dich auch mal wieder zu sehen? Du warst ja schon ewig nicht mehr beim Tennis. Wie geht es Dir denn?*

Beate: *Danke, Danke, Sabine. Es geht gut. Bin etwas unter Zeitdruck. Ich muss noch ein paar Einkäufe erledigen, bevor ich Lukas vom Sport abhole.*

Sabine: *Ja, ja, man kommt sich vor wie ein Taxiunternehmen, wenn die Kinder in einem gewissen Alter sind. Und dann kümmerst du dich ja noch so rührend um deinen Partner. Also als er die Multiple Sklerose diagnostiziert bekommen hatte...*

Inga tritt an die beiden heran.

Inga: *Mama, ich finde die Speisestärke nicht.*

Beate: *Ja, ich schau gleich selber.*

Handy von Beate klingelt.

Beate: *Entschuldige, es ist der Älteste, er ist mit ihm alleine zu Hause.*

Beate wendet sich ab und nimmt ab.

Beate: *Ja, was gibt's denn?*

**** Kurze Pause ****

Beate: *Oh, ich habe doch bevor ich gefahren bin...*

**** Kurze Pause ****

Beate: *Nein, der Pflegedienst kommt heute nicht mehr. Kannst du bitte...?*

**** Kurze Pause ****

Beate: *Ich komm dann gleich helfen. Ich lass den Wagen erstmal an der Kasse stehen. Bin gleich da.*

Beate legt auf

Inga: *Und was ist mit Lukas?*

1 Jahn, H. & Schoff, A. (2014): Unterrichtseinheit Lebenswelten pflegender Familien. In Oelke, U. (Hrsg.): Szenisches Spiel in der Pflegeausbildung. Cornelsen Schulverlage: Berlin.

EINHEIT 2 – BEZUG DES THEMAS YOUNG CARERS ZUR EIGENEN BERUFSGRUPPE HERSTELLEN

In drei Fallgeschichten wird die Situation von drei (ehemaligen) jungen pflegenden Angehörigen geschildert, die Einblick in ihren Alltag, die jeweiligen Herausforderungen und ihre Bedürfnisse geben.


Die Fallgeschichten sollen den Teilnehmer/innen bzw. Studierenden das Phänomen, dass Kinder bzw. Jugendliche stark in häusliche Pflegesituationen involviert sind, näherbringen.

Sie sollen Ideen entwickeln und Wissen darüber erwerben, zu welchen Berufsgruppen betroffene Kinder und Jugendliche Kontakt haben bzw. haben könnten.

Und sie sollen reflektieren, wie die Vertreter/innen dieser Berufsgruppen Young Carers unterstützen können.

Ganz speziell geht es darum, den Link zur eigenen Berufsgruppe herzustellen und sich zu überlegen, in welchen konkreten beruflichen Settings man mit dem jeweiligen Protagonisten in Kontakt kommen könnte.

EINHEIT 2 - VORSCHLAG FÜR DEN UNTERRICHT

Aufgabe	Reflexionsfragen und weitere Arbeitsaufträge
<p>Die TN suchen sich in Kleingruppen jeweils eine Fallgeschichte aus, bzw. bekommen eine Fallgeschichte zugeteilt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Kopiervorlage siehe Anhang
<p>Die TN einer Kleingruppe lesen sich die Fallgeschichte durch bzw. sehen sich die Videos an und beantworten die vorgefertigten Reflexionsfragen:</p> <p>(Dokumentation der Ergebnisse am Flipchart)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Wer ist der „Young Carer“? In welchem Umfeld lebt er/sie? Wer in der Familie ist pflegebedürftig? Welche Familienmitglieder, Bekannte, Verwandte kommen noch vor? Welche Aufgaben übernimmt das Kind bzw. der/die Jugendliche im Alltag? Welche positiven Auswirkungen beschreibt das Kind? Welche Belastungen kann man deutlich erkennen? Welche Unterstützungen werden für den Young Carer, das pflegebedürftige Familienmitglied, die Familie erbracht? Mit welchen Berufsgruppen könnte der Young Carer im Alltag in Berührung kommen? In welchen Settings könnte Ihre Berufsgruppe mit dem Kind/Jugendlichen bzw. der Familie in Berührung kommen? <p>(Berufsgruppen bzw. Settings ev. auf Moderationskärtchen sammeln)</p>
<p>Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse der Kleingruppen im Plenum</p>	
<p>Zusammentragen und Diskussion der gesammelten Settings, in denen die eigene Berufsgruppe mit betroffenen Kindern/Jugendlichen in Berührung kommen könnte, im Plenum</p>	

FALLBEISPIEL 1: AUSSCHNITT AUS DEM FILM „SOWEIT ICH KANN“ – ADRIENNE SPEZIAL

Derzeit lebt Adrienne Pötschner gemeinsam mit ihrer Mutter, der pflegebedürftigen Großmutter und einer Pflegerin in einer „Generationen-WG“ zusammen und gibt im Rahmen des Films „Soweit ich kann“ einen Einblick in ihr Leben, das eng mit ihren Großeltern verbunden ist.

Als Adrienne 15 Jahre alt war, ist Ihr Großvater an Alzheimer erkrankt. Ab diesem Zeitpunkt hat sich Adrienne um Ihren Großvater gekümmert und viele Aufgaben in der Pflege und Betreuung übernommen.² Die Sorge um die Pflege ihres Großvaters, die Überzeugung, dass ausschließlich sie angemessen für ihn sorgen könne, hat sie bis an die Grenzen ihrer Belastbarkeit geführt.



Weitere Informationen zu Adriennes Geschichte, gibt dieser Filmausschnitt:

<https://www.youtube.com/watch?v=uKZV3tgebxc>³

FALLBEISPIEL 2: JAN IST ÜBERFORDERT



Jan ist 14 Jahre alt und lebt gemeinsam mit seiner Mutter, seinem Vater, seinem 8-jährigen Bruder Paul und seiner 10-jährigen Schwester Bea. Bea ist von Geburt an körperlich und geistig beeinträchtigt. Sie kann sich verbal fast nicht verständigen, sitzt in einem Rollstuhl und benötigt bei allen Aktivitäten des täglichen Lebens Hilfe und Unterstützung.

Als Jan noch jünger war, hat er nicht wirklich viel bei der Betreuung seiner Schwester mitgeholfen. Er hat einfach öfter mit Bea gespielt oder mal kurz auf sie aufgepasst, wenn die Eltern etwas anderes tun mussten. Seit Jans Vater allerdings einen neuen Job hat und unter der Woche weg ist, muss Jan immer öfter seiner Mutter im Haushalt und bei der Betreuung von Bea und dem jüngeren Bruder helfen. Auch in der Schule ist im Moment ziemlich viel zu tun. Jan hat schon öfter Probleme bekommen, da er Hausaufgaben, Unterschriften oder Entschuldigungen nicht rechtzeitig bringen konnte. Weil er so viel zuhause zu tun hat, ist er schon des Öfteren unentschuldig dem Unterricht ferngeblieben, um Zeit zum Lernen zu gewinnen.

Jan fühlt sich sehr oft traurig und ist wütend, dass in seiner Familie so ein Durcheinander ist. Seine Mutter ist komplett überfordert und wird immer dünner und

² Klutz, P. (2014). Medienbegleitheft zur DVD 14099 „So weit ich kann“. In: Bundesministerium für Bildung und Frauen, Medienservice (Hrsg.). URL: <http://www.bmbf.gv.at/schulen/service/mes/specials.xml> (aufgerufen im Mai 2017).

³ Link, H. (2014): „Soweit ich kann – Adrienne Spezial“ Auszug aus dem Film „Soweit ich kann“. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=uKZV3tgebxc> (aufgerufen im Mai 2017).

schweigsamer, sein Vater ist nur am Wochenende da und Jan ist irgendwie der einzige, der etwas weiter bekommt. Sein jüngerer Bruder Paul ist noch zu klein, um richtig anzupacken. Seine Mutter arbeitet viel, und wenn dann mal alle zuhause sind, dreht sich immer alles um Bea. Jan mag seine Schwester sehr gern. Sie können es auch richtig lustig miteinander haben, aber sie braucht ununterbrochen Hilfe und Aufmerksamkeit.

Früher hat Jan öfter Freunde mit nachhause genommen, aber irgendwie ist ihm das jetzt nicht mehr so recht. Er schämt sich für den Gedanken, aber manchmal ist ihm seine Schwester einfach peinlich. „Im Moment ist das einfach zu krass alles zusammen“, denkt sich Jan.

Unter der Woche hilft Jan in der Früh, bevor er in die Schule geht, zuhause mit. Das heißt, er richtet das Frühstück und die Jause für sich und seine Geschwister her und hilft seiner Mutter bei der Morgenpflege von Bea. Wenn Jan, wie meistens, ein bisschen zu spät in der Schule ankommt, hat er schon hart geschuftet. Dann sollte er sich konzentrieren, ist aber müde und ausgelaugt.

Seit diesem Semester ist Jan in einer neuen Schule und da hat er noch niemandem von seiner Situation zu Hause erzählt. Er hat sich bewusst dazu entschieden, weil in seiner ehemaligen Klasse einige MitschülerInnen immer wieder blöd daher geredet haben, und das ganze Theater wollte er sich diesmal ersparen. „Lieber nicht zu viel auffallen, das Notwendigste erledigen und fertig!“ Auch mit den LehrerInnen hat Jan bislang noch nicht allzu viel gesprochen. Eigentlich ist es Jan peinlich, dass er oft zu spät kommt und dass er nie alle Aufgaben komplett abgibt, aber er versucht das so gut wie möglich zu vertuschen. Wahrscheinlich denken sich ein paar LehrerInnen, dass ihn die Schule nicht interessiert oder dass er einfach keine Lust hat. „Was soll ich machen. Ändern kann ich das sowieso nicht“, denkt sich Jan.

Wenn Jan an die kommenden Monate denkt, wird ihm ganz anders. Er hat wirklich keine Ahnung, wie er das alles überstehen soll. Und allzu schlechte Noten kann er auch nicht gebrauchen. Dann regt sich seine Mutter noch mehr auf und das ist das Letzte, was er möchte.



Oft liegt Jan in der Nacht wach und kann nicht schlafen. Zu viele Gedanken gehen ihm im Kopf herum. Seine Gedanken sind dann wie in einer Spirale gefangen. Er denkt darüber nach, was am kommenden Tag alles zuhause zu erledigen ist, was er für die Schule noch nachholen muss, ob für Bea alle Medikamente noch ausreichen, wo er seinen Bruder hinbringen muss und wie er seine Mutter ein bisschen ablenken und aufheitern kann. „Wie soll man bei all diesen

Gedanken gut schlafen können?“, fragt sich Jan. Ein- oder zweimal, als seine Gedanken komplett durchgedreht haben, hat er bei Rat auf Draht angerufen. Das hat geholfen. 24 Stunden am Tag kann man dort jemanden erreichen, der einem zuhört, Verständnis hat und versucht zu unterstützen. Da hat sich Jan dann nicht mehr so alleine gefühlt. Aber sich an eine Vertrauensperson zu wenden, dazu hat der Mut noch nicht gereicht. Denn was passiert, wenn die Jugendfürsorge eingeschaltet wird und dann vielleicht jemand entscheidet, dass das nicht so funktionieren kann und Bea vielleicht weg muss oder sein Bruder...?⁴

4 Österreichisches Rotes Kreuz (2017): Infobox Young Carers – Informationen und Materialien für PädagogInnen und Fachkräfte in der Jugendarbeit. URL: www.oerk.at/infoboxyoungcarers (aufgerufen im Mai 2017).

FALLBEISPIEL 3: ULLIS GESCHICHTE

Mama hatte einen Schlaganfall, da war ich 12 Jahre alt.

Ich weiß das noch ganz genau. Wir zwei waren Bummeln auf der Mariahilferstraße, da sagte meine Mutter: „Komisch, ich kann auf einmal nur die halbe Schrift auf dem Schild lesen.“



© Johanniter: Ulli (rechts im Bild) neben ihrer Mutter. Dahinter Anneliese Gottwald, Initiatorin von superhands

Ich wusste damals nicht, was sie damit meinte. Und weil sie sich das selbst nicht erklären konnte, rief sie ihre Schwester, also meine Tante, an. Da sie aber auch keine Erklärung hatte, riet sie ihr zum Arzt zu gehen. Aber meine Mutter mag keine Arztbesuche – das ist bis heute so – und so sind wir nach Hause gegangen.

Daheim angekommen, ist dann meine Mutter einfach vom Sofa runtergefallen und liegengeblieben. Ich hab in meinem Schock zuerst die Rettung angerufen und dann meine Tante.

Aber kurz darauf ist meine Mutter aufgestanden und alleine zum Aufzug gegangen. Und dann ist die Rettung gekommen und hat sie ins Spital gebracht.

Wie ist es dir danach gegangen?

In dieser Zeit hab ich zu Hause gewohnt, mit meiner Oma. Untertags hat mich meine Tante gepflegt und mit der Oma war ich bei meiner Mama täglich im Spital. Zwei Wochen lang war meine Mutter kaum ansprechbar, diese Zeit war besonders schlimm für mich. Als ich sie einmal viel später gefragt hab, wie sie diese zwei Wochen empfunden hat, sagte sie: „Ich hatte das Gefühl mich endlich einmal richtig ausschlafen zu können.“

Was passierte, als deine Mama wieder aufgewacht ist?

Dann hat sie erfahren, dass sie gelähmt sei. Das war fürchterlich für sie. Sie war dann insgesamt drei Monate im Spital und anschließend ein Monat lang auf Kur.

Was ist nach der Kur passiert?

Meine Mutter kam endlich wieder nach Hause, aber ich musste ihr beim Duschen helfen, den Haushalt führen, Essen kochen. Wenn sie zum Arzt musste, hab ich sie begleitet, weil der Lift im Halbstock war, und die Stufen konnte sie nicht alleine gehen. Und auf der Straße brauchte sie immer den Rollstuhl, da hab ich sie auch geführt. „Essen auf Rädern“ hab ich auch organisiert, aber das war erst viel später, weil ich so lange nicht gewusst hab, dass es so etwas gibt.

Wie wirkte sich die Zeit der intensiven Pflege auf deine Schulnoten aus?

Erstaunlicher Weise gar nicht, ich war in der Schule weiterhin gut und es hat sich trotz der intensiven Betreuungssituation daheim an meinen Schulleistungen nichts

verändert. Ich konnte immer wieder mit meiner Halbschwester lernen, das hat mir geholfen. Natürlich war meine Freizeit eingeschränkt, viel eingeschränkter als von anderen Schulfreundinnen. Zum Beispiel immer wenn Physio- oder Ergotherapie bei uns zu Hause stattgefunden hat, konnte ich keine Freundinnen zu mir einladen. Oder wenn ich andere Aufgaben daheim erledigen musste, dann war keine Freizeit für mich möglich.

Was war rückblickend betrachtet, deine schwierigste Situation mit deiner pflegebedürftigen Mutter?

Schwer zu sagen, aber wahrscheinlich beginnend mit meiner Pubertät und der Höhepunkt war dann mit 20 Jahren. Diese Zeit war die Schlimmste für mich. Ohne meine Freundinnen, das Netz durch die Pfarre und durch meinen Glauben, hätte ich das bestimmt nicht geschafft.

Glaubst du, dir hätte superhands damals geholfen?

Definitiv! So etwas hätte ich ganz dringend gebraucht. Ich finde es ganz wichtig, Kindern, deren Bezugsperson einen Schlaganfall oder eine andere Erkrankung erlitten hat, helfend zur Seite zu stehen. Sie zu entlasten in der täglichen Pflege und in ihrem seelischen Leid. Denn so eine Erfahrung, so eine Angst um den geliebten Elternteil zu haben, hinterlässt Spuren. Ich weiß das aus eigener Erfahrung!

Was wünschst du dir?

Dass Kinder in einer ähnlichen Situation (zu pflegende Mutter oder Vater) nicht mehr allein gelassen werden. Dass es jemanden gibt, der sie an der Hand nimmt und ihnen „tragen“ hilft. Jemanden der den Alltag weiterhin organisiert, und sich das Kind nicht selbst darum kümmern muss. Jemanden der die Sorgen des Kindes ernst nimmt und ihm Zuspruch und Verständnis entgegenbringt.

Und was wünschst du dir für dich persönlich?

Für meine persönliche Zukunft wünsche ich mir, dass ich mit meinen Ängsten und Beziehungsschwierigkeiten besser umgehen lerne, dass mir jemand professionell hilft, wie ich das lösen kann. Wenn sich zum Beispiel eine Freundin nicht täglich bei mir meldet oder ich sie nicht täglich höre, bekomme ich schreckliche Angst und werde nervös. Das ist auch eine Bürde für meinen Freundeskreis, der damit oft überfordert ist. Aber ich weiß nicht, wie ich dieses Gefühl des Verlustes und der Angst besser in den Griff bekommen kann. Ich glaube daher, dass mir diesbezüglich eine Psychotherapie helfen könnte, wo ich mich besser kennenlernen und Lösungsmöglichkeiten erarbeiten kann.⁵

⁵ Johanniter-Unfall-Hilfe in Österreich (Hrsg.): Ullis Geschichte. URL: <http://www.superhands.at/pflege/news-pflege/artikel/ullis-geschichte-50/> (aufgerufen im Mai 2017).

EINHEIT 3 – IDENTIFIKATION UND UNTERSTÜTZUNG JUNGER PFLEGENDER ANGEHÖRIGER („YOUNG CARERS“)

In der dritten und letzten Einheit sind die Teilnehmer/innen aufgefordert, im Selbststudium relevante Informationen zum Thema junge pflegende Angehörige (Young Carers) generell und zu Unterstützungsangeboten im Besonderen zu recherchieren.

Die Teilnehmer/innen sollen im Rahmen dieser Einheit erarbeiten, wie sie als Fachkräfte in ihrem beruflichen Kontext mit dem Phänomen junge pflegende Angehörige umgehen können.

Als Ausgangspunkt und Basis wird die „Informationsbroschüre zum Thema Young Carers – Kinder und Jugendliche als pflegende Angehörige“ zum Selbststudium empfohlen. Darin sind wesentliche Informationen speziell für in der Pflege und Betreuung sowie in der Jugend- und Sozialarbeit tätige Fachkräfte zusammengefasst.

Die genannte Broschüre gliedert sich in zwei Teile.

- Im ersten Teil: „Wissen und Verstehen“, werden Definitionen, Zahlen, charakteristische Eckpunkte der Situation eines Young Carers, das Spektrum an Sorgetätigkeiten von Young Carers sowie Auswirkungen auf die jungen Menschen beschrieben.
- Der zweite Teil: „Erkennen und Unterstützen“ enthält eine Liste von möglichen Hinweisen darauf, dass es sich bei einem Kind/Jugendlichen um einen Young Carers handeln könnte, sowie Erkenntnisse über typische zentrale Bedürfnisse und Wünsche von Young Carers. Enthalten ist zudem ein Fragebogen samt „Auflösung“, mithilfe dessen eine erste Einschätzung darüber vorgenommen werden kann, wie stark ein Kind/Jugendlicher in eine familiäre Pflegesituation einbezogen ist.

Abschließend werden Anregungen gegeben, wie ein potenzieller Young Carer bzw. dessen Familie respektvoll und wertschätzend auf die Situation angesprochen werden kann.

Die Art der möglichen Unterstützung erschließt sich je nach beruflichem Handlungsfeld der Teilnehmenden unterschiedlich. Oft wird es darum gehen, zusätzlichen Druck auf die Kinder/Jugendlichen zu reduzieren, sie zu informieren und zu ermutigen Hilfe anzufordern - und gegebenenfalls interprofessionell Brücken zu schlagen.

EINHEIT 3 - VORSCHLAG FÜR DEN UNTERRICHT	
Aufgabe	Reflexionsfragen und weitere Arbeitsaufträge
Selbststudium zum Thema Young Carers	Informationsbroschüre Young Carers, Internetrecherche, Fachartikel
<p>Die TN finden sich wieder in Kleingruppen zusammen. Jede Kleingruppe sucht sich eines der in Einheit 2 identifizierten beruflichen Settings aus. Zu diesem wird speziell diskutiert, und es werden die vorgefertigten Reflexionsfragen beantwortet:</p> <p>(Dokumentation der Ergebnisse am Flipchart)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Woran könnte man in dem ausgewählten beruflichen Setting einen Young Carer erkennen? <ul style="list-style-type: none"> ○ Lesen Sie dazu Teil 2 der Infobroschüre Young Carers: Erkennen und Unterstützen. ○ Diskutieren und adaptieren Sie die dort genannten Erkennungsmerkmale für Ihr Setting. ○ Überlegen Sie ob und wie Sie den Fragebogen MACA-YC18 einsetzen könnten. ▪ Wenn Sie in Ihrem Setting einen Young Carer erkannt haben, welche Unterstützungsmöglichkeiten stehen Ihnen als Fachkraft Verfügung? ▪ Wie können Sie den Young Carer bzw. die betreffende Familie in Ihrem beruflichen Setting bestmöglich auf die Situation ansprechen? ▪ Gibt es betreffend Identifikation, Ansprache, Unterstützungsmöglichkeiten noch offene Fragen oder sind wichtige Aspekte noch unklar?
Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse der Kleingruppen im Plenum	
Resümee der gesamten Veranstaltung „Mit jungen pflegenden Angehörigen im Berufsalltag umgehen“ im Plenum	Wir hoffen, dass es gelungen ist, den Teilnehmer/innen die Relevanz des Themas zu verdeutlichen und ihnen Wissen, Anregungen und Sicherheit für den Umgang mit Young Carers mitgegeben zu haben.

LITERATUR

Jahn, H. & Schoff, A. (2014): Unterrichtseinheit Lebenswelten pflegender Familien. In Oelke, U. (Hrsg.): Szenisches Spiel in der Pflegeausbildung. Cornelsen Schulverlage: Berlin.

Johanniter-Unfall-Hilfe in Österreich (Hrsg.): Ullis Geschichte. URL: <http://www.superhands.at/pflege/news-pflege/artikel/ullis-geschichte-50/> (aufgerufen im Mai 2017).

Klutz, P. (2014). Medienbegleitheft zur DVD 14099 „So weit ich kann“. In: Bundesministerium für Bildung und Frauen, Medienservice (Hrsg.). URL: <http://www.bmbf.gv.at/schulen/service/mes/specials.xml> (aufgerufen im Mai 2017).

Link, H. (2014): „Soweit ich kann – Adrienne Spezial“ Auszug aus dem Film „Soweit ich kann“. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=uKZV3tgebxc> (aufgerufen im Mai 2017).

Link, H. (2014): „Soweit ich kann – Adrienne Spezial“ Auszug aus dem Film „Soweit ich kann“. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=uKZV3tgebxc> (aufgerufen im Mai 2017).

Österreichisches Rotes Kreuz (2017): Infobox Young Carers – Informationen und Materialien für PädagogInnen und Fachkräfte in der Jugendarbeit. URL: www.oerk.at/infoboxyoungcarers (aufgerufen im Mai 2017).

Superhands – Ulli's Geschichte. Artikel auf <http://www.superhands.at/pflege/news-pflege/artikel/ullis-geschichte-50> (aufgerufen im Mai 2017).

ANHANG:

KOPIERVORLAGEN FÜR ARBEITSBLÄTTER

ZU EINHEIT 1 – EINFÜHRUNG IN VERSCHIEDENE ROLLEN ZUM THEMA JUNGE PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

SZENENTEXT „BIN GLEICH ZURÜCK“⁶

Beate ist mit ihrer Tochter Inga beim Einkaufen im Supermarkt. Sie treffen dort auf Sabine.

Sabine: *Ach, Beate, schön dich auch mal wieder zu sehen? Du warst ja schon ewig nicht mehr beim Tennis. Wie geht es Dir denn?*

Beate: *Danke, Danke, Sabine. Es geht gut. Bin etwas unter Zeitdruck. Ich muss noch ein paar Einkäufe erledigen, bevor ich Lukas vom Sport abhole.*

Sabine: *Ja, ja, man kommt sich vor wie ein Taxiunternehmen, wenn die Kinder in einem gewissen Alter sind. Und dann kümmerst du dich ja noch so rührend um deinen Partner. Also als er die Multiple Sklerose diagnostiziert bekommen hatte...*

Inga tritt an die beiden heran.

Inga: *Mama, ich finde die Speisestärke nicht.*

Beate: *Ja, ich schau gleich selber.*

Handy von Beate klingelt.

Beate: *Entschuldige, es ist der Älteste, er ist mit ihm alleine zu Hause.*

Beate wendet sich ab und nimmt ab.

Beate: *Ja, was gibt's denn?*

**** Kurze Pause ****

Beate: *Oh, ich habe doch bevor ich gefahren bin...*

**** Kurze Pause ****

6 Jahn, H. & Schoff, A. (2014): Unterrichtseinheit Lebenswelten pflegender Familien. In Oelke, U. (Hrsg.): Szenisches Spiel in der Pflegeausbildung. Cornelsen Schulverlage: Berlin.

Beate: *Nein, der Pflegedienst kommt heute nicht mehr. Kannst du bitte...?*

**** Kurze Pause ****

Beate: *Ich komm dann gleich helfen. Ich lass den Wagen erstmal an der Kasse stehen. Bin gleich da.*

Beate legt auf

Inga: *Und was ist mit Lukas?*

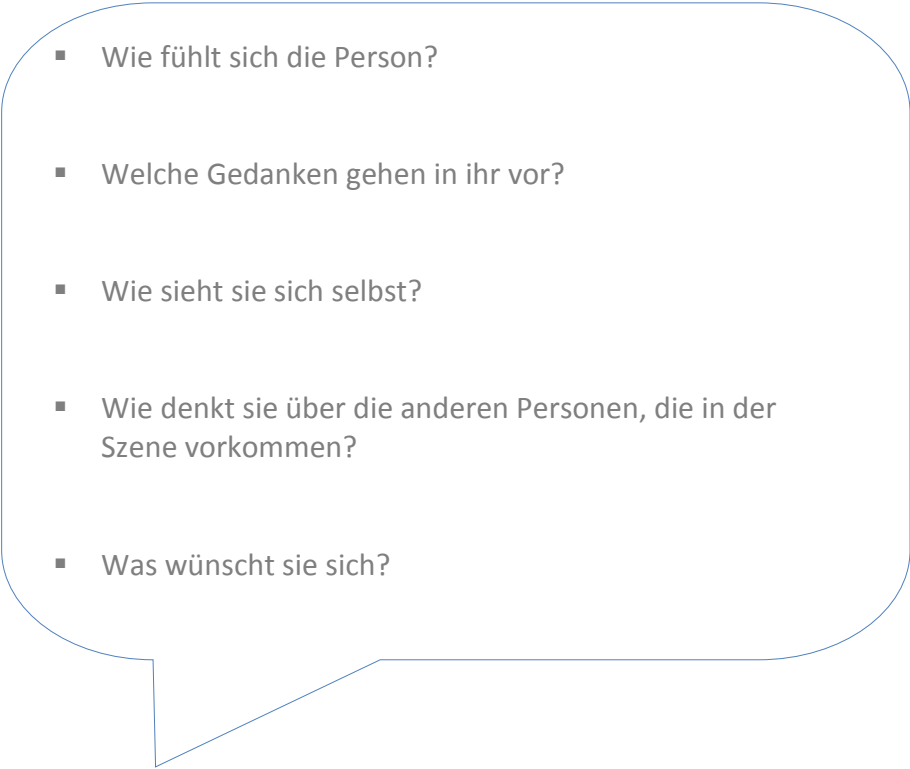
REFLEXIONSFRAGEN ZU EINZELNEN ROLLEN

Rolle 1: Mutter Beate

Rolle 2: Tochter Inga

Rolle 3: Freundin Sabine

Rolle 4: Ältester Sohn

- 
- Wie fühlt sich die Person?
 - Welche Gedanken gehen in ihr vor?
 - Wie sieht sie sich selbst?
 - Wie denkt sie über die anderen Personen, die in der Szene vorkommen?
 - Was wünscht sie sich?

ZU EINHEIT 2 - BEZUG ZUR EIGENEN BERUFSGRUPPE HERSTELLEN

FALLBEISPIEL 1: AUSSCHNITT AUS DEM FILM „SOWEIT ICH KANN“ – ADRIENNE SPEZIAL

Derzeit lebt Adrienne Pötschner gemeinsam mit ihrer Mutter, der pflegebedürftigen Großmutter und einer Pflegerin in einer „Generationen-WG“ zusammen und gibt im Rahmen des Films „Soweit ich kann“ einen Einblick in ihr Leben, das eng mit ihren Großeltern verbunden ist.

Als Adrienne 15 Jahre alt war, ist ihr Großvater an Alzheimer erkrankt. Ab diesem Zeitpunkt hat sich Adrienne um Ihn Großvater gekümmert und viele Aufgaben in der Pflege und Betreuung übernommen.⁷

Die Sorge um die Pflege ihres Großvaters, die Überzeugung, dass ausschließlich sie angemessen für ihn sorgen könne, hat sie bis an die Grenzen ihrer Belastbarkeit geführt.



Weitere Informationen zu Adriennes Geschichte, gibt dieser Filmausschnitt:

<https://www.youtube.com/watch?v=uKZV3tgebxc>⁸

7 Klutz, P. (2014). Medienbegleitheft zur DVD 14099 „So weit ich kann“. In: Bundesministerium für Bildung und Frauen, Medienservice (Hrsg.). URL: <http://www.bmbf.gv.at/schulen/service/mes/specials.xml> (aufgerufen im Mai 2017).

8 Link, H. (2014): „Soweit ich kann – Adrienne Spezial“ Auszug aus dem Film „Soweit ich kann“. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=uKZV3tgebxc> (aufgerufen im Mai 2017).

- Wer ist der Young Carer?
- In welchem Umfeld lebt er?
- Wer in der Familie ist pflegebedürftig?
- Welche Familienmitglieder, Bekannte, Verwandte kommen noch in dem Fall vor?
- Welche Aufgaben übernimmt der Young Carer im Alltag?
- Welche positiven Auswirkungen beschreibt er/sie?
- Welche Belastungen kann man deutlich erkennen?
- Welche Unterstützungen werden für den Young Carer, das pflegebedürftige Familienmitglied, die Familie erbracht?
- Mit welchen Berufsgruppen könnte der Young Carer im Alltag in Berührung kommen?
- In welchen Settings könnte Ihre Berufsgruppe mit dem Young Carer bzw. der Familie in Berührung kommen?

ZU EINHEIT 2 - BEZUG ZUR EIGENEN BERUFSGRUPPE HERSTELLEN

FALLBEISPIEL 2: JAN IST ÜBERFORDERT



Jan ist 14 Jahre alt und lebt gemeinsam mit seiner Mutter, seinem Vater, seinem 8-jährigen Bruder Paul und seiner 10-jährigen Schwester Bea. Bea ist von Geburt an körperlich und geistig beeinträchtigt. Sie kann sich verbal fast nicht verständigen, sitzt in einem Rollstuhl und benötigt bei allen Aktivitäten des täglichen Lebens Hilfe und Unterstützung.

Als Jan noch jünger war, hat er nicht wirklich viel bei der Betreuung seiner Schwester mitgeholfen. Er hat einfach öfter mit Bea gespielt oder mal kurz auf sie aufgepasst, wenn die Eltern etwas anderes tun mussten. Seit Jans Vater allerdings einen neuen Job hat und unter der Woche weg ist, muss Jan immer öfter seiner Mutter im Haushalt und bei der Betreuung von Bea und dem jüngeren Bruder helfen. Auch in der Schule ist im Moment ziemlich viel zu tun. Jan hat schon öfter Probleme bekommen, da er Hausaufgaben, Unterschriften oder Entschuldigungen nicht rechtzeitig bringen konnte. Weil er so viel zuhause zu tun hat, ist er schon des Öfteren unentschuldig dem Unterricht ferngeblieben, um Zeit zum Lernen zu gewinnen.

Jan fühlt sich sehr oft traurig und ist wütend, dass in seiner Familie so ein Durcheinander ist. Seine Mutter ist komplett überfordert und wird immer dünner und schweigsamer, sein Vater ist nur am Wochenende da und Jan ist irgendwie der einzige, der etwas weiter bekommt. Sein jüngerer Bruder Paul ist noch zu klein, um richtig anzupacken. Seine Mutter arbeitet viel, und wenn dann mal alle zuhause sind, dreht sich immer alles um Bea. Jan mag seine Schwester sehr gern. Sie können es auch richtig lustig miteinander haben, aber sie braucht ununterbrochen Hilfe und Aufmerksamkeit.

Früher hat Jan öfter Freunde mit nachhause genommen, aber irgendwie ist ihm das jetzt nicht mehr so recht. Er schämt sich für den Gedanken, aber manchmal ist ihm seine Schwester einfach peinlich. „*Im Moment ist das einfach zu krass alles zusammen*“, denkt sich Jan.

Unter der Woche hilft Jan in der Früh, bevor er in die Schule geht, zuhause mit. Das heißt, er richtet das Frühstück und die Jause für sich und seine Geschwister her und hilft seiner Mutter bei der Morgenpflege von Bea. Wenn Jan, wie meistens, ein bisschen zu spät in der Schule

ankommt, hat er schon hart geschuftet. Dann sollte er sich konzentrieren, ist aber müde und ausgelaugt.

Seit diesem Semester ist Jan in einer neuen Schule und da hat er noch niemandem von seiner Situation zu Hause erzählt. Er hat sich bewusst dazu entschieden, weil in seiner ehemaligen Klasse einige MitschülerInnen immer wieder blöd daher geredet haben, und das ganze Theater wollte er sich diesmal ersparen. „Lieber nicht zu viel auffallen, das Notwendigste erledigen und fertig!“ Auch mit den LehrerInnen hat Jan bislang noch nicht allzu viel gesprochen. Eigentlich ist es Jan peinlich, dass er oft zu spät kommt und dass er nie alle Aufgaben komplett abgibt, aber er versucht das so gut wie möglich zu vertuschen. Wahrscheinlich denken sich ein paar LehrerInnen, dass ihn die Schule nicht interessiert oder dass er einfach keine Lust hat. „Was soll ich machen. Ändern kann ich das sowieso nicht“, denkt sich Jan.

Wenn Jan an die kommenden Monate denkt, wird ihm ganz anders. Er hat wirklich keine Ahnung, wie er das alles überstehen soll. Und allzu schlechte Noten kann er auch nicht gebrauchen. Dann regt sich seine Mutter noch mehr auf und das ist das Letzte, was er möchte.



Oft liegt Jan in der Nacht wach und kann nicht schlafen. Zu viele Gedanken gehen ihm im Kopf herum. Seine Gedanken sind dann wie in einer Spirale gefangen. Er denkt darüber nach, was am kommenden Tag alles zuhause zu erledigen ist, was er für die Schule noch nachholen muss, ob für Bea alle Medikamente noch ausreichen, wo er seinen Bruder hinbringen muss und wie er seine Mutter ein bisschen ablenken und aufheitern kann. „Wie soll man bei all diesen Gedanken gut schlafen können?“, fragt sich Jan. Ein- oder zweimal, als seine Gedanken komplett durchgedreht haben, hat er bei Rat auf Draht angerufen. Das hat geholfen. 24 Stunden am Tag kann man dort jemanden erreichen, der einem zuhört, Verständnis hat und versucht zu unterstützen. Da hat sich Jan dann nicht mehr so alleine gefühlt. Aber sich an eine Vertrauensperson zu wenden, dazu hat der Mut noch nicht gereicht. Denn was passiert, wenn die Jugendfürsorge eingeschaltet wird und dann vielleicht jemand entscheidet, dass das nicht so funktionieren kann und Bea vielleicht weg muss oder sein Bruder...?⁹

⁹ Österreichisches Rotes Kreuz (2017): Infobox Young Carers – Informationen und Materialien für PädagogInnen und Fachkräfte in der Jugendarbeit. URL: www.oerk.at/infoboxyoungcarers (aufgerufen im Mai 2017).

- Wer ist der Young Carer?
- In welchem Umfeld lebt er?
- Wer in der Familie ist pflegebedürftig?
- Welche Familienmitglieder, Bekannte, Verwandte kommen noch in dem Fall vor?
- Welche Aufgaben übernimmt der Young Carer im Alltag?
- Welche positiven Auswirkungen beschreibt er/sie?
- Welche Belastungen kann man deutlich erkennen?
- Welche Unterstützungen werden für den Young Carer, das pflegebedürftige Familienmitglied, die Familie erbracht?
- Mit welchen Berufsgruppen könnte der Young Carer im Alltag in Berührung kommen?
- In welchen Settings könnte Ihre Berufsgruppe mit dem Young Carer bzw. der Familie in Berührung kommen?

ZU EINHEIT 2 - BEZUG ZUR EIGENEN BERUFSGRUPPE HERSTELLEN

FALLBEISPIEL 3: ULLIS GESCHICHTE

Mama hatte einen Schlaganfall, da war ich 12 Jahre alt.

Ich weiß das noch ganz genau. Wir zwei waren Bummeln auf der Mariahilferstraße, da sagte meine Mutter: „Komisch, ich kann auf einmal nur die halbe Schrift auf dem Schild lesen.“

Ich wusste damals nicht, was sie damit meinte. Und weil sie sich das selbst nicht erklären konnte, rief sie ihre Schwester, also meine Tante, an. Da sie aber auch keine Erklärung hatte, riet sie ihr zum Arzt zu gehen. Aber meine Mutter mag keine Arztbesuche – das ist bis heute so – und so sind wir nach Hause gegangen.



Daheim angekommen, ist dann meine Mutter einfach vom Sofa runtergefallen und liegengeblieben. Ich hab in meinem Schock zuerst die Rettung angerufen und dann meine Tante.

Aber kurz darauf ist meine Mutter aufgestanden und alleine zum Aufzug gegangen. Und dann ist die Rettung gekommen und hat sie ins Spital gebracht.

© Johanniter: Ulli (rechts im Bild) neben ihrer Mutter. Dahinter Anne-liese Gottwald, Initiatorin von superhands

Wie ist es dir danach gegangen?

In dieser Zeit hab ich zu Hause gewohnt, mit meiner Oma. Untertags hat mich meine Tante gepflegt und mit der Oma war ich bei meiner Mama täglich im Spital. Zwei Wochen lang war meine Mutter kaum ansprechbar, diese Zeit war besonders schlimm für mich. Als ich sie einmal viel später gefragt hab, wie sie diese zwei Wochen empfunden hat, sagte sie: „Ich hatte das Gefühl mich endlich einmal richtig ausschlafen zu können.“

Was passierte, als deine Mama wieder aufgewacht ist?

Dann hat sie erfahren, dass sie gelähmt sei. Das war fürchterlich für sie. Sie war dann insgesamt drei Monate im Spital und anschließend ein Monat lang auf Kur.

Was ist nach der Kur passiert?

Meine Mutter kam endlich wieder nach Hause, aber ich musste ihr beim Duschen helfen, den Haushalt führen, Essen kochen. Wenn sie zum Arzt musste, hab ich sie begleitet, weil der Lift im Halbstock war, und die Stufen konnte sie nicht alleine gehen. Und auf der Straße brauchte sie immer den Rollstuhl, da hab ich sie auch geführt. „Essen auf Rädern“ hab ich auch organisiert, aber das war erst viel später, weil ich so lange nicht gewusst hab, dass es so etwas gibt.

Wie wirkte sich die Zeit der intensiven Pflege auf deine Schulnoten aus?

Erstaunlicher Weise gar nicht, ich war in der Schule weiterhin gut und es hat sich trotz der intensiven Betreuungssituation daheim an meinen Schulleistungen nichts verändert. Ich konnte immer wieder mit meiner Halbschwester lernen, das hat mir geholfen. Natürlich war meine Freizeit eingeschränkt, viel eingeschränkter als von anderen Schulfreundinnen. Zum Beispiel immer wenn Physio- oder Ergotherapie bei uns zu Hause stattgefunden hat, konnte ich keine Freundinnen zu mir einladen. Oder wenn ich andere Aufgaben daheim erledigen musste, dann war keine Freizeit für mich möglich.

Was war rückblickend betrachtet, deine schwierigste Situation mit deiner pflegebedürftigen Mutter?

Schwer zu sagen, aber wahrscheinlich beginnend mit meiner Pubertät und der Höhepunkt war dann mit 20 Jahren. Diese Zeit war die Schlimmste für mich. Ohne meine Freundinnen, das Netz durch die Pfarre und durch meinen Glauben, hätte ich das bestimmt nicht geschafft.

Glaubst du, dir hätte superhands damals geholfen?

Definitiv! So etwas hätte ich ganz dringend gebraucht. Ich finde es ganz wichtig, Kindern, deren Bezugsperson einen Schlaganfall oder eine andere Erkrankung erlitten hat, helfend zur Seite zu stehen. Sie zu entlasten in der täglichen Pflege und in ihrem seelischen Leid. Denn so eine Erfahrung, so eine Angst um den geliebten Elternteil zu haben, hinterlässt Spuren. Ich weiß das aus eigener Erfahrung!

Was wünschst du dir?

Dass Kinder in einer ähnlichen Situation (zu pflegende Mutter oder Vater) nicht mehr allein gelassen werden. Dass es jemanden gibt, der sie an der Hand nimmt und ihnen „tragen“ hilft. Jemanden der den Alltag weiterhin organisiert, und sich das Kind nicht selbst darum kümmern muss. Jemanden der die Sorgen des Kindes ernst nimmt und ihm Zuspruch und Verständnis entgegenbringt.

Und was wünschst du dir für dich persönlich?

Für meine persönliche Zukunft wünsche ich mir, dass ich mit meinen Ängsten und Beziehungsschwierigkeiten besser umgehen lerne, dass mir jemand professionell hilft, wie ich das lösen kann. Wenn sich zum Beispiel eine Freundin nicht täglich bei mir meldet oder ich sie nicht täglich höre, bekomme ich schreckliche Angst und werde nervös. Das ist auch eine Bürde für meinen Freundeskreis, der damit oft überfordert ist. Aber ich weiß nicht, wie ich dieses Gefühl des Verlustes und der Angst besser in den Griff bekommen kann. Ich glaube daher, dass mir diesbezüglich eine Psychotherapie helfen könnte, wo ich mich besser kennenlernen und Lösungsmöglichkeiten erarbeiten kann.¹⁰

- Wer ist der Young Carer?
- In welchem Umfeld lebt er?
- Wer in der Familie ist pflegebedürftig?
- Welche Familienmitglieder, Bekannte, Verwandte kommen noch in dem Fall vor?
- Welche Aufgaben übernimmt der Young Carer im Alltag?
- Welche positiven Auswirkungen beschreibt er/sie?
- Welche Belastungen kann man deutlich erkennen?
- Welche Unterstützungen werden für den Young Carer, das pflegebedürftige Familienmitglied, die Familie erbracht?
- Mit welchen Berufsgruppen könnte der Young Carer im Alltag in Berührung kommen?
- In welchen Settings könnte Ihre Berufsgruppe mit dem Young Carer bzw. der Familie in Berührung kommen?

¹⁰ Johanniter-Unfall-Hilfe in Österreich (Hrsg.): Ullis Geschichte. URL: <http://www.superhands.at/pflege/news-pflege/artikel/ullis-geschichte-50/> (aufgerufen im Mai 2017).

IMPRESSUM

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ, GENERALSEKRETARIAT, WIEDNER HAUPTSTRAÙE 32,
1041 WIEN, ZVR-ZAHL: 432857691. WWW.ROTESKREUZ.AT;
SERVICE@ROTESKREUZ.AT. AUFLAGE 2018

ES BRAUCHT
BEWUSSTSEINSBILDUNG
UND KNOW-HOW
UM YOUNG CARERS
GUT ZU UNTERSTÜTZEN

