



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

ECHT
UNERSETZLICH

TOGETHER Projekt

INFORMATIONEN UND MATERIALIEN
FÜR DIE ARBEIT MIT YOUNG CARERS



Lara Petzold und Gabriele Tammen-Parr

Projektziele

Gesellschaftliches
Bewusstsein für
Young Carers
steigern

Young Carers und
ihren Familien
konkrete
Unterstützung
anbieten

Beteiligte

Griechenland:

EDRA ist eine gemeinnützige Organisation und eine soziale Genossenschaft mit dem Schwerpunkt mentale Gesundheit

Schottland:

CARERS TRUST SCOTLAND arbeitet mit großem Wissen und Erfahrungsschatz daran, Unterstützung, Services und Anerkennung für informelle Pflegende in Schottland zu verbessern

Italien:

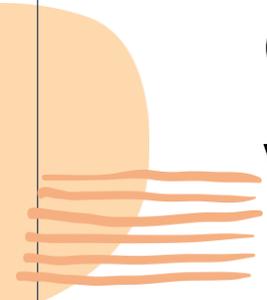
ANZIANI E NON SOLO unterstützt als gemeinnützige Organisation junge Menschen mit Pflegeverantwortung

Brüssel/Europa:

EUROCARERS ist das europäische Netzwerk für Pflegeorganisationen und pflegende Angehörige



Young Carers sind Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene unter 26 Jahren, die mit einem erkrankten Familienmitglied zusammenleben, welches eine körperliche oder psychische Erkrankung, eine Suchterkrankung oder eine Behinderung hat.



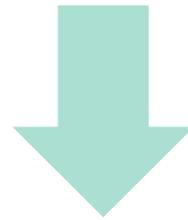
Young Carers unterstützen diese Personen auf vielen Ebenen und übernehmen eine Vielzahl von Aufgaben. Dazu gehören zum Beispiel die aktive Versorgung der erkrankten oder behinderten Person, emotionale Unterstützung, Hilfe im Haushalt, die Betreuung von Geschwisterkindern oder die Regelung der Finanzen.



Zielgruppen

Young Carers & ihre Familien

Fachkräfte



Familienorientierter Ansatz

TOGETHER - Materialien

Informationsmaterialien

Familienworkshop

E-Learningkurs für Fachkräfte

Informationsmaterialien

KRANKHEIT, BEHINDERUNG ODER DIE PFLEGE EINER PERSON BETREFFEN DIE GANZE FAMILIE.

Besonders wenn die Krankheit plötzlich eintritt, steht der Familienalltag Kopf. Vieles muss neu organisiert werden. Hinzu kommt die Sorge um die erkrankte Person und eine große allgemeine Verunsicherung, von der alle Familienmitglieder betroffen sind.

KINDER UND JUGENDLICHE REAGIEREN UNTERSCHIEDLICH MIT GROBER NÄHE ODER STARKEN RÜCKZUG. GEMEIN HABEN SIE, DASS SIE FAST AUTOMATISCH AUFGABEN ÜBERNEHMEN, DIE VORHER VON DER ERKRANKTEN PERSON ODER DEM NUN PFLEGENDEN ELTERNTEIL ÜBERNOMMEN WURDEN.

Dies kann einerseits das Gefühl stärken, nützlich zu sein und der Familie zu helfen aber ebenso zu starker Überforderung führen. Häufig fallen diese Kinder und Jugendlichen im Versorgungssystem nicht auf.

SIE ALS FACHKRAFT SIND GEFORDERT HINZUSCHAUEN, ÜBERLASTUNGSSITUATIONEN ZU ERKENNEN UND ENTLASTUNGSANGEBOTE ZU VERMITTELN.

SIE SIND AN DER THEMATIK INTERESSIERT UND MÖCHTEN SICH DAZU INFORMIEREN? VIELLEICHT HABEN SIE KONKRETE PRAKTIKBEISPIELE IM KOPF UND MÖCHTEN PRAKTIKABLE IDEEN FÜR DIE ARBEIT MIT DEN FAMILIEN GEWINNEN?

Dann ist unser Onlinekurs interessant für Sie: Wir entwickeln gerade einen Onlinekurs für uns Fachkräfte, die mit genau diesen Anliegen zu uns kommen. Der Onlinekurs wird voraussichtlich Anfang 2022 fertig gestellt sein. Bei Interesse melden Sie sich schon jetzt unverbindlich an unter: together@diakonie-stadtmitte.de

Auf unserer Website finden Sie bereits zahlreiche Materialien zum Download unter: www.echt-unersetzlich.de/fachkraefte

ECHT UNERSETZLICH
Diakonisches Werk Berlin Stadtmitte e.V.

HILFREICHE KONTAKTADRESSEN

ECHT UNERSETZLICH
Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene mit
kranken Familienmitgliedern
www.echt-unersetzlich.de

PFLEGE IM NOT
Beratungs- und Beschwerdestelle bei Konflikt und
Gewalt in der Pflege
www.pflege-im-not.de

BERLINER PFLEGETZEPUNKTE
Senioren, Barriere, Universitzen rund um
Pflege und Alze
www.pflegetzepunkteberlin.de

KONTAKTSTELLEN PFLEGEENGAGEMENT
Sachstelle und Überlastungsangebote rund um die
häusliche Pflege
www.pflegemitarbeiterstuebe-berlin.de

BERLINER KRISENNETZ
www.berliner-krisennetz.de

SEKS
Sachstelle Kontakt- & Informationsstelle
www.seks-berlin.de

ES IST NIE ZU SPÄT, INS GESPRÄCH ZU KOMMEN.

Holen Sie sich alle Unterstützung, die Sie brauchen können. Sie leisten Unglaubliches, alles auf Ihre eigenen Kräfte hin.

WAS MUSS ICH ORGANISIEREN?

Je nach Persönlichkeit Ihres Kindes und dem Umgang mit der 'Krise' innerhalb Ihrer Familie wird es selber das Gespräch über eigene Sorgen und Ängste suchen oder versuchen, diese mit sich selbst auszumachen.

Sicher fragen Sie sich, wie Sie Ihrem die Situation altersgerecht erklären, Sorgen nehmen und wieder mehr Sicherheit vermitteln können. Vielleicht sorgen Sie sich, ob Gespräche über die Erkrankung Ihr Kind verängstigen oder überfordern könnten?

AUCH FÜR KINDER UND JUNGE MENSCHEN IST DIE SITUATION EINE HERAUSFORDERUNG

Kinder und Jugendliche reagieren in Ausnahmesituationen sehr unterschiedlich. Vielleicht beobachten Sie bei Ihrem Kind gerade, dass es sich zurückzieht und vermehrt Zeit mit Freunden und Hobbies verbringt? Oder es sucht im Gegen der erkrankten Person? Häufig zeigen sich oder der erkrankten Person auch sehr bereitwillig Kinder und Jugendliche auch sehr bereitwillig in der Übernahme von Verantwortung und in der Übernahme von Haushalt. Besonders neue Aufgaben im Haushalt, "Bleibenbleiben", weil die solche, die plötzlich "Bleibenbleiben", weil die kranke Person sie nicht mehr erledigen kann oder Eltern nun vorrangig anderen Aufgaben übernehmen müssen. In manchen Fällen unterstützen Kinder und Jugendliche auch bei der Pflege und Betreuung der kranken Person. Sie möchten sich sinnvoll einbringen und der eigenen Verunsicherung etwas Verlässliches entgegensetzen.

ES IST WICHTIG, DIESES BEDÜRFNIS ERKENT ZU NEHMEN UND SIE GLEICHZEITIG VOR EINER ÜBERFORDERUNG DURCH ZU VIEL VERANTWORTUNG ZU SCHÜTZEN. LANGFRISTIG KANN SICH DIES GERADE FÜR HERANWACHSENDE NEGATIV AUSWIRKEN.

Gespräche können unangemessene Ängste vermeiden, vermitteln Ansprechbarkeit und geben das Gefühl mit den Sorgen nicht allein zu sein. Sie geben die Möglichkeit, Bedürfnisse und mögliche Überforderung anzusprechen und anschließend Aufgaben neu zu verteilen. Zu viel Verantwortung innerhalb der Familie kann sich besonders auf Heranwachsende nachteilig auswirken.

DER AUSNAHMEZUSTAND BETRIFFT DIE GANZE FAMILIE UND HAT AUSWIRKUNGEN AUF JEDES EINZELNE FAMILIENMITGLIED

Schwere chronische oder akute Krankheit einer nahestehenden Person oder die Pflege eines Familienmitglieds können sich wie ein Ausnahmezustand anfühlen.

WIE KANN ICH MEINER ELTERNVERANTWORTUNG GERECHT WERDEN?

WIE WIRD SICH DURCH DIE KRANKHEIT UNSERE FAMILIE VERÄNDERN?

WIE UND WAS SÄGE ICH DEN KINDERN?

WOIN MIT MEINEN EIGENEN SORGEN UND ÄNGSTEN?

LIEBE MUTTER, LIEBER VATER, LIEBE ELTERN,

Ein Mitglied Ihrer Familie oder Sie selbst sind schwer krank oder aufgrund einer Behinderung auf Unterstützung angewiesen. Außerdem leben weitere gesunde Kinder im Haushalt.

VOR WELCHEN HERAUSFORDERUNGEN STEHEN SIE? WIE GEHT ES IHNEN? WAS GEHT IHNEN DURCH DEN KOPF?

WAS MUSS ICH ORGANISIEREN?

WO FINDE ICH HILFE ?

WIE ERKLÄRE ICH DEN KINDERN DIE KRANKHEIT?

INFORMATIONEN FÜR ELTERN
DIE SICH UM EIN ERKRANKTES FAMILIENMITGLIED KÜMMERN UND GLEICHZEITIG VERANTWORTUNG FÜR WEITERE KINDER HABEN

Wie finde ich einen Umgang mit der Krankheit und ihren Folgen für mich und meine Kinder?

MIT UNSEREM FLYER MÖCHTEN WIR SIE IN DIESER HERAUSFORDERNDEN SITUATION UNTERSTÜTZEN.

ECHT UNERSETZLICH

Diakonie 
Diakonisches Werk
Berlin Stadtmitte e.V.

- die Auswirkungen der Betreuungsaufgaben werden thematisiert
- ins Gespräch kommen
- Dialog über Betreuungsaufgaben fördern
- Informationen für Familien bereitstellen

- Bewusstsein für die Zielgruppe schärfen
- Wie sich Krankheit auf Familien auswirkt
- Wie reagieren Kinder und Jugendliche
- Statistiken
- Hinweis auf Beratungsangebot bei echt unersetzlich
- Wirbt für das E-Learning

„SEIT MEINE MAMA EINEN SCHLAGANFALL HATTE, MUSS ICH MICH ALLEINE UM DEN HAUSHALT KÜMMERN...“

„IRGENDWIE IST MIT DER KRANKHEIT ALLES AUS DEM GLEICHGEWICHT GERATEN. WAS KÖNNEN WIR JETZT TUN?“

**SIE ARBEITEN MIT JUGENDLICHEN ODER JUNGEN ERWACHSENEN, DIE EINE SCHWER KRANKE PERSON IN DER FAMILIE HABEN?
ODER MIT MENSCHEN, DIE SCHWER ERKRANKT SIND UND KINDER HABEN?**

ECHT UNERSETZLICH

Diakonie
Diakonisches Werk
Berlin Stadtmitte e.V.

Pilot-Testung

„Die Adressen sind hilfreich und absolut notwendig - man hat keine Zeit ewig zu suchen wenn man in die Lage kommt. Ich finde auch die Tipps zum Gespräch super - viele vergessen dass Kinder alles mitbekommen und ein recht auf Informationen haben - man kann seine Kinder nicht immer schützen.“

– Elternteil aus Deutschland

100 Antworten von Young Carers, Familienangehörigen und Fachleuten

- 24 Young Carers im Alter von 13 bis 25 Jahren
- 19 Familienmitglieder
- 64 Fachleute aus 18 Berufen, darunter Lehrer:innen, Sozialarbeiter:innen, Krankenpfleger:innen und Psycholog:innen

Fragen ?

Die Ziele des Workshops

Durch praktische Aktivitäten und Spiele wird eine positive und offene Kommunikation (Gefühle, Erfahrungen, Wahrnehmung der Pflegeerfahrung) zwischen Kindern und Erwachsenen gefördert;

Sensibilisierung und Aufklärung über die Herausforderungen, denen sich Kinder von schwerkranken Angehörigen stellen (müssen) und über die schwerwiegenden Folgen, die die Überlastung mit sich bringen kann;

Information über Unterstützungsangebote und hilfreiche Adressen, die Familien ermutigen, sich dem Problem zu stellen und Unterstützung zu suchen bzw. die Erarbeitung eines familienorientierten Umgangs in der Pflegesituation.

Familienworkshop

- 1 - 2 Familien
- Alle Familienmitglieder, einschließlich des Pflegebedürftigen (je nach Alter, Erkrankung, Situation), werden zu dem Workshop eingeladen
- Je 2 Sessions je ca. 2 Stunden oder 4 Sessions je ca. 1 Stunde
- Workshop in Anwesenheit abgehalten (eine digitale Umsetzung ebenfalls möglich)
- Erfahrungsorientiert
- Zwei Moderator:innen

Familienworkshop



Session 1 – Unsere Emotionen

Ziele

- Steigerung des Bewusstseins für die eigenen Emotionen
- bewusst werden von Emotionen im Zusammenhang mit der Pflegesituation
- Austausch von Emotionen innerhalb der Gruppe

Aktivitäten

- Intro-Video
- Zettel mit Emotionen
- Eisberg

Session 2 – Unsere Bedürfnisse

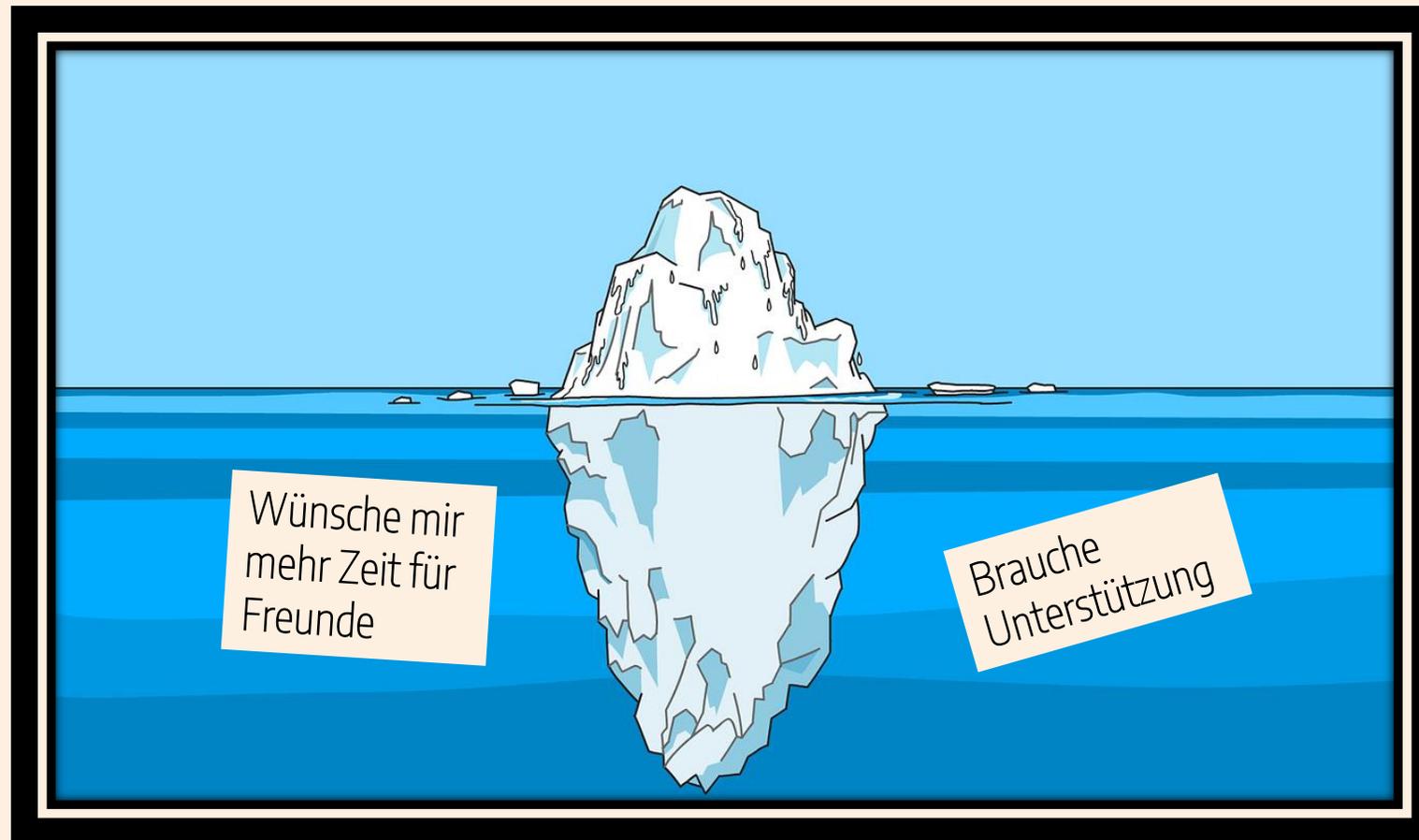
Ziele

- einander besser/ anders kennenlernen
- ein Klima des Vertrauens schaffen
- sich der eigenen Bedürfnisse bewusst werden
- sich der Bedürfnisse der Familienmitglieder bewusst werden

Aktivitäten

- Zirkuläres Fragen
- Zettel mit Bedürfnissen
- Eisberg

Session 2 – Unsere Bedürfnisse



Beispiel für Eisberg und „Bedürfniss“ - Zettel

Session 3 – Unsere Kommunikation

Ziele

- sich des eigenen Kommunikationsstils bewusst werden und diesen reflektieren
- Reflexion des Kommunikationsstils der Familie
- In der Lage sein, Gefühle und Gedanken mitzuteilen
- aktives Zuhören üben

Aktivitäten

- 4 Seiten einer Nachricht
- ggf. GFK
- Emotionen und Bedürfnisse kommunikativ ausdrücken

Session 4 – Unser gemeinsamer Weg

Ziele

- sich der Emotionen und Gedanken der anderen Personen in Bezug auf die Pflēgetätigkeit bewusst werden
- Erleichterung der Kommunikation zwischen den Familienmitgliedern
- Die Möglichkeit geben, innerhalb der Familie über die Pflēgetätigkeit (und die damit verbundenen Gefühle) zu sprechen

Aktivitäten

- Eisberg
- Plakat erstellen
- Aktionsplan
- Was ich dir sagen möchte

Pilot-Testung

„Ich glaube, wenn wir diesen Workshop mit unserer Familie gemacht hätten, hätte uns das viel Leid erspart.“

– ehemaliger Young Carers

Pandemiebedingte Anpassung der Pilotphase

1. Austausch mit Sozialarbeiter:innen
2. anschließende Anpassung des Konzeptes
3. Austausch mit (ehemaligen) Young Carers und Rückmeldung eines betroffenen Elternteils



Fragen ?



E-Learning-Kurs für Fachkräfte

An wen richtet sich der E-Learning-Kurs?

Fachkräfte und Ehrenamtliche aus *Kinder-, Jugend- oder Familienarbeit* oder dem *Gesundheits- und Pflegebereich*

Warum braucht es einen Kurs?

Verborgenheit und vermeintliche Einstufung als „Einzelfall“

Vorteile eines E-Lerning-Kurses?

Flächendeckend, zeit- und ortsunabhängig

Module des E-Learning-Kurses

Einleitung

Bewertung und Auswirkungen

Nutzung der Informationsmaterialien

Europäische Good Practices

Nutzung des Familienworkshops

Bewertung und Zertifikat

Module des E-Learning-Kurses

Einleitung

- Definition von Young Carers
- Daten zur Prävalenz
- Herausforderungen von Young Carers
- Erklärung familienorientierter Ansatz

Nutzung Informationsmaterialien

- Einführung in die Sensibilisierung und Selbstidentifikation von Young Carers
- Steigerung der Selbstidentifikation durch Materialien
- Beratung von Fachkräften

Module des E-Learning-Kurses

Nutzung Workshop

- Vorstellung Workshop
- Umsetzungshilfen Workshop
- Daten zur Pilottestung

Bewertung und Auswirkungen

- Relevanz psychosozialer Maßnahmen
- Maßnahmen evaluieren

Module des E-Learning-Kurses

Europäische Good Practices

- Beispiele für bestehende Verfahren, Projekte, Institutionen etc. in ganz Europa

> **Initiativen, die auf dem familienorientierten Ansatz beruhen**

> **Initiativen, die darauf abzielen, die Kommunikation zwischen Erwachsenen (einschließlich Pflegebedürftigen) und Kindern/jungen Erwachsenen (Young Carers) zu verbessern**

> **Initiativen zur Unterstützung der (Selbst-)Identifizierung Young Carers**

> **Initiativen zur Förderung der Rechte Young Carers und der ihnen zur Verfügung stehenden Unterstützungsmaßnahmen**

> **Initiativen, die darauf abzielen, Young Carers kindgerechte Informationen über eine bestimmte Krankheit und einen bestimmten Pflegebedarf zu vermitteln**

> **Initiativen, die darauf abzielen, Pflegefachkräfte mit den Informationen auszustatten, die sie benötigen, um Young Carers zu erkennen und zu unterstützen**

Module des E-Learning-Kurses



Bewertung und Zertifikat

- Selbsttests
- Abschlusszertifikat

Kurzer Blick ins E-Learning

<https://togethereuproject.eu/training/>

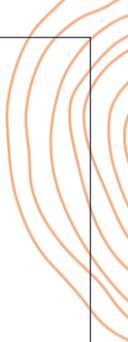
Pilot-Testung

„Der Kurs war sehr informativ und hat mich über ein Thema informiert, das mir noch nicht bekannt war. Besonders gut haben mir die beiden Filme gefallen, die mir einen besseren Einblick in das Thema gegeben haben.“

-Fachkraft aus Deutschland

34 Rückmeldungen von Fachkräften

- 95 % würden den E-Learning-Kurs anderen Fachkräften weiterempfehlen
- Knapp 90 % sagen, dass sie ihr Wissen zur Gruppe der Young Carers erweitern konnten
- Die Mehrheit gibt an, dass sie die Materialien für die eigene Praxis nutzen wollen



Fragen ?



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



<https://togethereuproject.eu>



www.echt-unersetzlich.de