

BILDUNG

Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH

6 | 2021

SCHWEIZ

Zu Gast in fremden Schulzimmern

Eine Schule für alle – Berikon macht's vor



Sich kümmern, ohne zu verkümmern

Fast acht Prozent der Kinder und Jugendlichen in der Schweiz übernehmen Betreuungs- oder Pflegeaufgaben für nahestehende Personen. Sie kommen dabei oft selbst an ihre psychischen und physischen Grenzen. Unterstützung bietet ihnen unter anderem das Forschungsteam «Young Carers» der Careum Hochschule.

Jasmin* lächelt in die Kamera. Sie sitzt auf dem Bett ihres Dachzimmers. «Ich habe lange nicht gewusst, dass ich ein Young Carer bin», erklärt die Siebzehnjährige mit fester Stimme. «Aber ich hatte oft das Gefühl, ich muss mich neben der Schule um alles kümmern, kaum komme ich nach Hause.» Jasmins Mutter ist psychisch krank. Wann die Krankheit begonnen hat, weiss die Tochter nicht mehr so genau. Sie hat mitgekriegt, wie sich ihre Mutter immer mehr zurückzog und sich zu isolieren begann. Richtig schlimm wurde es dann im Corona-Lockdown. Es kam zu Gewaltausbrüchen, und die sechsköpfige Familie musste sich Hilfe holen.

Jasmins Mutter kam einige Wochen in eine stationäre Betreuung. «Ich habe meinem Vater im Haushalt geholfen, habe gekocht, den Tisch abgeräumt, mich mit ihm um die Wäsche gekümmert und

zu meinen Geschwistern geschaut», zählt sie auf.

Jasmin ist das älteste von vier Kindern. Ihre Schwestern besuchen die Primarschule. Sie können die Krankheit ihrer Mutter weniger gut einordnen oder nachvollziehen. Ihr dreizehnjähriger Bruder spricht nicht darüber. Seit fast drei Jahren besucht Jasmin ein Sportgymnasium. Mit drei Jahren begann sie, Ballett zu tanzen. «Es war für mich immer ein Hobby. Ich konnte mir nie vorstellen, es als Leistungssport zu betreiben», erklärt sie lächelnd.

Das Gespräch suchen

Neben Ballett erhält sie am Sportgymnasium auch Unterricht in Hip Hop, Jazz und weiteren Tanzstilen. Jeden Abend nach der Schule hat sie Training bis um neun Uhr, ist also erst um zehn Uhr zu Hause. An den Wochenenden nimmt sie

oft an Wettkämpfen teil. Die Situation hat sie stark belastet. Sie bekam Panikattacken, hatte emotionale Zusammenbrüche oder fehlte in der Schule.

Es kam zu einem Gespräch. «Die Klassenlehrperson und der Schulleiter waren sehr offen», betont Jasmin. Auch ihr Vater hat sich dafür eingesetzt, dass sie zu Hause nicht zu viel arbeiten muss. «Jetzt kann ich meiner Klassenlehrperson schreiben, wenn es mir nicht gut geht. Auch kann ich Arbeiten einen Tag später einreichen, wenn ich es nicht schaffe.» Ihre Psychotherapeutin hat ihr zudem angeboten, gelegentlich länger in der Schule zu bleiben, damit sie zu Hause nicht zu fest eingebunden sei. All diese Massnahmen haben Jasmin unterstützt.

Mehr Kinder betroffen als angenommen
Jasmin gehört zu den Young Carers; das sind Kinder oder Jugendliche, die



Trösten, betreuen, Hausarbeiten übernehmen für ein erkranktes Familienmitglied: Kinder und junge Erwachsene sind damit häufig überfordert.

Foto: iStock/fizkes

regelmässig eine nahestehende Person, beispielsweise einen Elternteil, Geschwister oder Grosseltern pflegen oder betreuen.

Die Careum Hochschule Gesundheit als Teil der Kalaidos Fachhochschule führte im Forschungsprogramm «Young Carers» in den letzten Jahren verschiedene Studien zu betreuenden Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen durch. Es zeigte sich, dass die Zahl der Young Carers höher liegt als erwartet. Fast acht Prozent der Kinder und Jugendlichen betreuen oder pflegen

«Gerade auch das letzte Jahr mit Covid-19 war eine extreme Belastung für die jungen Menschen. Eine Studie aus Grossbritannien konnte nachweisen, dass bei manchen pflegenden Jugendlichen in dieser Zeit der Betreuungsaufwand um 30 Wochenstunden oder mehr zunahm.»

Angehörige; hochgerechnet sind das zwei Schülerinnen oder Schüler pro Klasse. Oft schultern Kinder oder Jugendliche dabei Aufgaben, die eigentlich Erwachsene übernehmen müssten.

«Gerade auch das letzte Jahr mit Covid-19 war eine extreme Belastung für die jungen Menschen», erklärt Agnes Leu, die das Forschungsprogramm «Young Carers» leitet. Eine Studie aus Grossbritannien konnte nachweisen, dass bei manchen pflegenden Jugendlichen in dieser Zeit der Betreuungsaufwand um 30 Wochenstunden oder mehr zunahm. Besonders gefordert waren Young Carers von psychisch kranken Eltern. Dies trifft auch bei Jasmin zu.

Austausch dank «Get-Together»

Agnes Leu beschäftigt sich seit vielen Jahren mit der Situation der Young Carers. Gemeinsam mit ihrem Team forscht sie über deren Bedürfnisse und sensibilisiert in diesem Zusammenhang auch für das Thema. Dabei organisiert das Young-Carers-Forschungsteam der Careum Hochschule auch verschiedene

Austauschmöglichkeiten für Jugendliche, die jemanden unterstützen. «Wir hoffen, dass wir damit die Situation der jungen Menschen mit einer Betreuungsrolle verbessern», erklärt Leu.

Im Angebot «Get-Together» können sich Jugendliche zwischen 15 und 25 Jahren austauschen. Seit vier Jahren bietet das Team von Agnes Leu diese Treffen an. «Anfangs mussten wir herausfinden, wie es für die Jugendlichen am besten passt, beispielsweise an welchem Wochentag die Treffen stattfinden können», erklärt Leu. «Wir haben festgestellt, dass der Sonntag am geeignetsten ist, da die Wochentage bei den Young Carers mit der Schule und den Betreuungsaufgaben oft gefüllt sind.» Aktuell finden die Treffen online statt und ab diesem Jahr werden sie schweizweit angeboten.

Auch Jasmin nimmt seit einem halben Jahr an diesen Austauschtreffen teil. «Die Schulpsychologin hat mich über die Treffen informiert und mir einen Flyer mitgegeben», erzählt sie. Fachpersonen leiten die Treffen und evaluieren sie. «Die Young Carers können sich frei austauschen und Themen eingeben, die sie spannend finden», hält Leu fest. Jasmin schätzt das Angebot sehr: «Man kann bei Personen nachfragen, die in derselben Situation sind; sie geben einem auch Tipps.»

Schule als Drehpunkt

Um Young Carers in ihrer Situation zu unterstützen, ist die Schule eine wichtige Anlaufstelle. Dennoch ist es oft nicht einfach, zu erkennen, wann Kinder oder Jugendliche Hilfe benötigen. «Die Young Carers möchten in der Regel gar nicht, dass die Schule oder die Lehrpersonen etwas erfahren», hält Leu fest. Sei es als Schutz für die erkrankte Person, aus Angst vor den Konsequenzen oder aus Scham. Gerade wenn sich ein Kind verändert, beispielsweise die Aufgaben nicht macht oder unkonzentriert erscheint, ist es besonders nötig, hinzuschauen. «Es ist wichtig, das Vertrauen zu den Kindern oder Jugendlichen aufzubauen, ein offenes Ohr für sie zu haben und aktiv das Gespräch zu suchen», betont Agnes Leu.

Eltern und Lehrpersonen verantwortlich

In ihrer langjährigen Tätigkeit als Forschungsprogrammleiterin hat sie aber auch

gehört, dass Lehrpersonen die Situation von Young Carers heruntergespielt haben. So habe eine junge Frau bei einer Konferenz erzählt, dass sie ihren Mut zusammengenommen habe, um der Lehrperson ihre Situation zu schildern. Diese habe es dann mit den Worten abgetan, das sei jetzt nicht wichtig. Solche Situationen stossen bei Leu auf Unverständnis.

Stellt sich im Gespräch heraus, dass eine Schülerin oder ein Schüler eine oder ein Young Carer ist, ist der nächste Schritt, zu schauen, wie das Kind unterstützt werden kann. Dabei sei es sinnvoll, so Leu, sich mit Fachpersonen wie Schulsozialarbeitenden oder Psychologinnen und Psychologen auszutauschen, um die Situation für die Betroffenen zu erleichtern. Dies kann beispielsweise eine Unterstützung

«Es ist oft nicht einfach, zu erkennen, wann Kinder oder Jugendliche Hilfe benötigen. Die Young Carers möchten in der Regel gar nicht, dass die Schule oder die Lehrpersonen etwas erfahren. Sei es als Schutz für die erkrankte Person, aus Angst vor den Konsequenzen oder aus Scham.»

bei den Hausaufgaben oder das Angebot «Get-Together» sein. «Es braucht dabei aber auch viel Feingefühl von Seiten der Eltern», hält sie fest. So wie bei Jasmin, wo sich ihr Vater zusammen mit der Schule dafür eingesetzt hat, dass seine Tochter nicht zu viele Betreuungsaufgaben übernehmen muss.

Netzwerkkarte für Fachpersonen

Um die Kinder und Jugendlichen noch besser zu unterstützen, erarbeitet das Forschungsteam aktuell eine Online-Netzwerkkarte sowohl für Fachpersonen, Lehrerinnen und Lehrer als auch für die Young Carers. «Wir haben einen Prototyp des webbasierten Tools entwickelt, den wir in den nächsten drei Jahren in der ganzen Schweiz einführen», erzählt Leu. Diese



Wenn junge Menschen Angehörige betreuen, brauchen auch sie Unterstützung und Ansprechpersonen.

Foto: iStock/fizkes

Karte soll für jeden Kanton die wichtigsten Informationen zum Thema Young Carers auflisten, unter anderem zu verschiedenen Krankheiten, Unterstützungsangeboten und Anlaufstellen.

Teil der Gesundheitsprävention

Das Thema Young Carers betreffe alle Schulstufen, erklärt Agnes Leu. Es biete sich deshalb an, das Thema grundsätzlich in den Unterricht zu integrieren, beispielsweise als Teil der Gesundheitsprävention. Auf diese Weise könne man das Thema ganzheitlich anschauen, die Schülerinnen und Schüler unauffällig beobachten und bringe die Young Carers nicht in eine unangenehme Situation. Bei Jasmin wissen die Klassenlehrperson und die Schulleitung Bescheid, aber sie weiss nicht, wie informiert die anderen Lehrpersonen sind.

Auch weiss kaum jemand von ihren Klassenkameradinnen und -kameraden über ihre Situation Bescheid. Leu kennt das: «Die Schule wird als gesundes Fenster angesehen, wo man nicht mit seinem Alltag zu Hause konfrontiert werden möchte.»

Dennoch wünscht sich Jasmin, sie könnte offener darüber sprechen. «Es ist anstrengend, so zu tun, als ob es einem gut geht, wenn man sich schlecht fühlt. Es wäre schön, die Menschen würden verstehen, wie es sich anfühlt, wenn man in einer solchen Situation ist», sagt Jasmin.

Interesse an helfenden Berufen

Wenn Kinder oder Jugendliche Angehörige pflegen oder betreuen, könne dies auch einen Einfluss auf die Berufswahl haben, hält Leu fest. «Viele Young Carers wählen einen Beruf im Sozial- oder

Gesundheitsbereich, der nahe an ihrer Rolle liegt, da sie darin auch ihre Stärke erkennen.» Auch Jasmin hat sich diese Gedanken gemacht. Da sie das Tanzen liebt, möchte sie später einmal professionell tanzen und vielleicht irgendwann eine Leistungsklasse unterrichten. «Seit einiger Zeit interessiere ich mich aber auch für Psychologie. Die Krankheit meiner Mutter hat dieses Interesse zusätzlich verstärkt. Ich möchte verstehen, wie es meiner Mutter geht, was diese Krankheit bedeutet und warum sie entsteht», erklärt sie. «Ich hatte früher selbst dieses negative Bild, dass Menschen, die psychisch krank sind, einfach in der Psychiatrie landen. Jetzt weiss ich, es sind Menschen, die krank sind und Hilfe benötigen.»

Fiona Feuz

* Name von der Redaktion geändert.

Weiter im Netz

www.kalaidos-fh.ch/de-CH/Forschung/Fachbereich-Gesundheit/Young-Carers



Agnes Leu ist Prorektorin Forschung an der Careum Hochschule Gesundheit. Sie leitet das Programm Young Carers. Foto: zVg