

LIEBE ELTERN,

bisher lag die Verantwortung für die Therapie Ihres Kindes bei Ihnen. Sie haben dafür gesorgt, dass die Behandlung zuverlässig umgesetzt wird und dass es Ihrem Kind gut geht. Das war sicherlich nicht immer einfach.

Jetzt ist aus Ihrem Kind ein Jugendlicher geworden. Dieser Jugendliche muss nun lernen, selbst für sich und seine Krankheit zu sorgen. Wie das vonstattengeht, ist von mehreren Faktoren abhängig: Einige Heranwachsende sind schon sehr früh selbstständig, andere sind eher zögerlich oder durch ihre Erkrankung gehandicapt. Bei einigen Erkrankungen bedarf die Therapie viel Können, bei anderen müssen nur wenige Regeln beachtet werden.

Jede Familie muss also ihren eigenen Weg finden.

Wer übernimmt wieviel Verantwortung?

Überlegen Sie einmal, wie die anfallenden Aufgaben in Ihrer Familie verteilt sind (s. Kasten links), z.B.

- Durchführen der Therapie,
- Vereinbaren von Behandlungsterminen,
- Besuche beim Arzt oder
- Besorgen von Rezepten und Medikamenten.

Wenn Ihr Kind bereits jetzt die meisten Aufgaben erledigt, sind Sie gut gerüstet für die Zukunft. Wenn Ihr Kind bisher nur einen kleinen Teil der Aufgaben übernimmt, überlegen Sie gemeinsam, wie der Jugendliche in die neue Verantwortung hineinwachsen kann: Was traut er sich zu? Bei welchen Aufgaben bedarf es noch Hilfe? Was ist nötig, damit der Jugendliche diese Aufgabe(n) übernehmen kann?

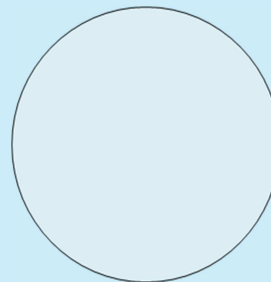
Abgabe der Verantwortung ein Risiko?

Eltern sehen den Veränderungen oft mit gemischten Gefühlen entgegen. Sie sind besorgt, dass die Therapie dann nicht mehr so gut und zuverlässig durchgeführt wird. Außerdem befürchten sie, keinen Einblick mehr in diesen wichtigen Lebensbereich zu haben. Für die

Jugendlichen ist es jedoch wichtig, diesen Teil ihres Lebens in naher Zukunft selbst zu managen. Vielleicht läuft zu Beginn noch nicht alles optimal, aber mit der Zeit wird es immer besser klappen.

Verantwortungsverteilung jetzt und in Zukunft

- a) Wenn Sie an alle Aufgaben denken, die mit der Erkrankung zusammenhängen – Wer übernimmt derzeit wie viel? Bitte zeichnen Sie in den Kreis die Anteile in Prozent ein. Beispiel: Jugendlicher allein 55%, Mutter 30%, Vater 10%, andere 5%



- b) Welche Aufgaben soll zukünftig Ihr Kind übernehmen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- c) Wenn Sie an die zukünftige Aufgabenverteilung denken, welche Gedanken gehen Ihnen durch den Kopf? Trauen Sie Ihrem Kind die Aufgaben zu? Was wird Ihnen beiden leicht fallen? Wo sehen Sie die größten Probleme?

Gemeinsam den richtigen Weg finden

Auch wenn es kein Patentrezept gibt, wollen wir Ihnen ein paar Tipps geben, die Ihnen vielleicht den Familienalltag erleichtern:

- **Schritt für Schritt:** Übertragen Sie dem Jugendlichen schrittweise neue Aufgaben. So kann er langsam in die Verantwortung hineinwachsen, Überforderung wird vermieden.
- **Erfolge bahnen:** Fangen Sie mit den Aufgaben an, die der Jugendliche gut bewältigen kann. Ein erfolgreicher Start stärkt die Motivation.
- **Übung macht den Meister:** Nehmen Sie sich Zeit, die Aufgaben zu erklären und gemeinsam zu üben. Bei manchen Erkrankungen werden auch Patientenschulungen angeboten. Dort lernen Jugendliche alles Wichtige rund um die Erkrankung und ihre Therapie.
- **Viele Wege führen zum Ziel:** Ihr Kind wird vielleicht Einiges anders machen als Sie. Anders heißt aber nicht schlechter. Akzeptieren Sie, dass Ihr Kind die Aufgabe auf seine Weise erledigt und eigene Prioritäten setzt.
- **Angemessene Ziele:** Die Veränderungen in der Pubertät erschweren ein gutes Krankheitsmanagement. Den Jugendlichen sind andere Dinge wichtiger als ihre Erkrankung. Dies sollte ihnen zugestanden und bei den Therapiezielen berücksichtigt werden.
- **Loben und Bestärken:** Statt sich darauf zu konzentrieren, was nicht klappt, sollten Sie die Fähigkeiten und Erfolge betonen. Trauen Sie Ihrem Kind die Aufgaben zu und sagen Sie ihm das!
- **Hilfe anbieten:** Signalisieren Sie Ihrem Kind, dass es nicht allein ist und Sie bei Unsicherheiten gerne unterstützen. Fragen Sie aber vorher, ob Ihre Hilfe erwünscht ist.

SONDERFALL: JUGENDLICHE MIT GEISTIGEN ODER KÖRPERLICHEN EINSCHRÄNKUNGEN

AUCH BEI JUNGEN MENSCHEN, DIE AUFGRUND IHRER ERKRANKUNG ODER BEHINDERUNG NICHT IN DER LAGE SIND, KOMPLETT FÜR SICH ALLEIN ZU SORGEN, SOLLTE ÜBERLEGT WERDEN, WIE IHNEN MEHR SELBSTÄNDIGKEIT ERMÖGLICHT WERDEN KANN:

- GIBT ES (TEIL-)AUFGABEN, DIE DER JUGENDLICHE TROTZ SEINER EINSCHRÄNKUNGEN ÜBERNEHMEN KANN?
- GIBT ES HILFSMITTEL FÜR MEHR AUTONOMIE?
- KANN JEMAND ANDERS AUFGABEN ÜBERNEHMEN (Z.B. EIN PFLEGEDIENST)?

Fazit: Verstehen Sie die Abgabe der Verantwortung nicht als Kontrollverlust, sondern als Chance. Durch die zunehmende Selbständigkeit Ihres Kindes haben Sie wieder mehr Zeit für andere Dinge und vielleicht weniger Konflikte mit Ihrem jugendlichen Kind. Vertrauen Sie darauf, dass Sie Ihr Kind bestmöglich vorbereitet haben, sodass es seinen Weg finden wird!

Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an: DRK Kliniken Berlin, Fallmanagement, Spandauer Damm 130, 14050 Berlin

Erstellt von: Kompetenznetz Patientenschulung e.V.; www.kompetenznetz-patientenschulung.de; transition@drk-kliniken-berlin.de