



Strategien von Young Carers im Umgang mit ihrer Betreuungsrolle für Nahestehende – Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft

Hannah Wepf^{a,b}, MSc, Sarah Rabhi-Sidler^a, lic. rer. soc., Julia Sellig^{a,c}, MA, & Agnes Leu^{a,d}, Prof. Dr.

^a Careum Hochschule Gesundheit, Kalaidos Fachhochschule, Zürich, Schweiz; ^b Psychologisches Institut, Universität Zürich, Zürich, Schweiz; ^c Lehrstuhl für Soziologie mit Schwerpunkt Techniksoziologie und nachhaltige Entwicklung, Universität Passau, Passau, Deutschland; ^d Institut für Bio- und Medizinethik, Universität Basel, Basel, Schweiz

Ausgangslage

Jugendliche und junge Erwachsene, die eine Person mit gesundheitlicher Beeinträchtigung im nahen Umfeld unterstützen (sogenannte Young Carers; Leu & Becker, 2019), erleben in ihrem Alltag ausserordentliche Herausforderungen und Stress (z. B. Stamatopoulos, 2018). Die Sensibilisierung für diese vulnerable Gruppe ist unter Fachpersonen und in der Bevölkerung gering. Bisher gibt es wenige Unterstützungsangebote, die sich gezielt an Young Carers richten (Nap et al., 2020).

Studienziele

- Erforschen, welche Strategien Young Carers im Umgang mit Herausforderungen nutzen
- Aufzeigen, wie Young Carers ressourcenorientiert begleitet und unterstützt werden können

Methoden

Es wurden 31 problemzentrierte Interviews (Witzel, 2000) mit Young Carers im Alter von 15–26 Jahren (24 weiblich, 7 männlich) in der ganzen Schweiz durchgeführt, verschriftlicht und anhand der qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet (Kuckartz, 2014).

Unterstützt seit ...	n	Unterstützte Personen:	n
Geburt bzw. Erinnerungsvermögen (inkl. unklar)	13	Eltern	26
Kindesalter	8	Grosseltern	2
Jugendalter	10	Geschwister	5
		Andere nahestehende Person	1

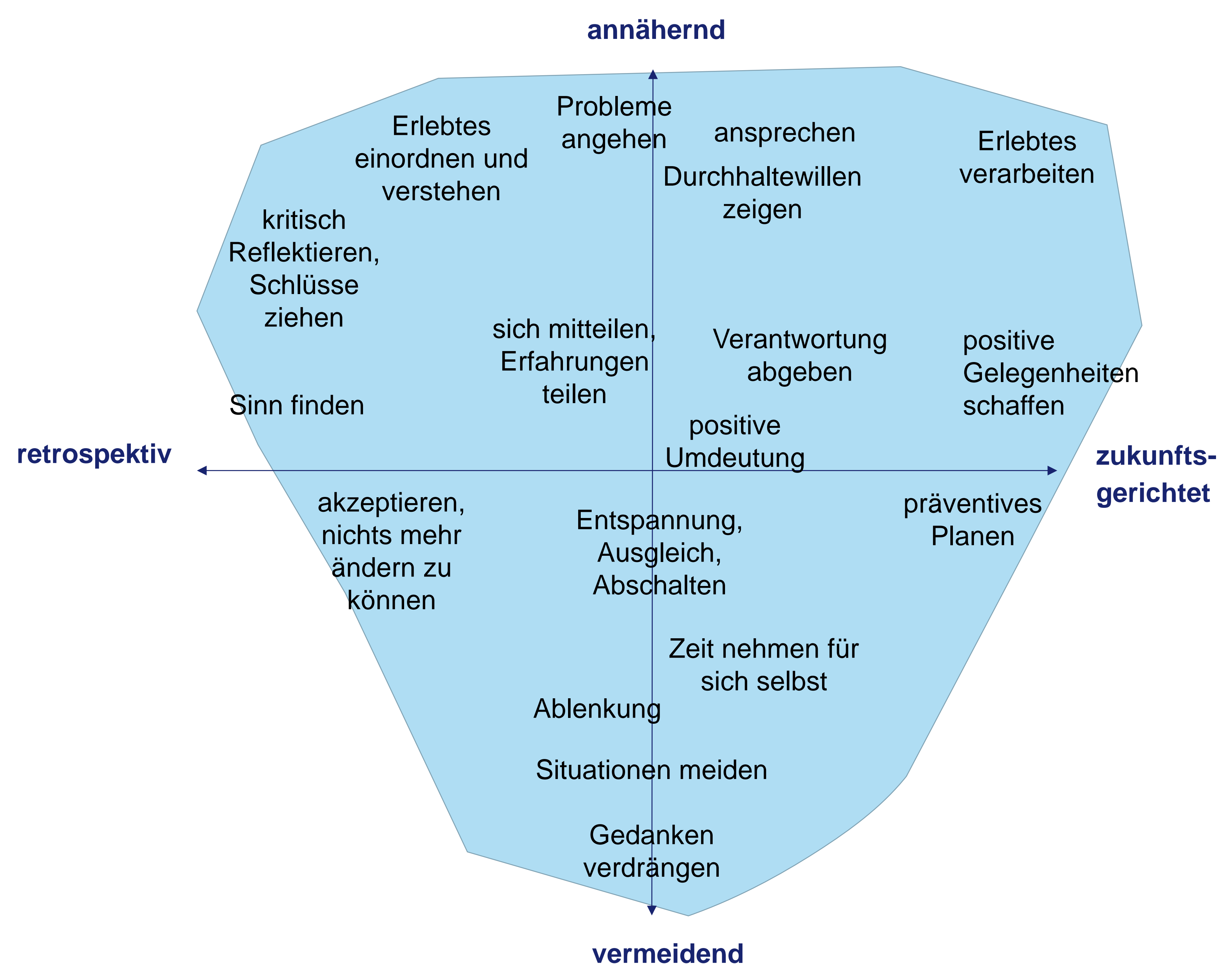
Ergebnisse

Die meisten beschriebenen Herausforderungen der Young Carers standen im Zusammenhang mit ihrer Betreuungsrolle – teils direkt, teils indirekt.



Häufigste Herausforderungen

- Emotionale Belastung aufgrund der Betreuungsrolle (u. a. Sorgen, Ängste, Schuldgefühle, Mitleid)
- Das Familienleben leidet unter der Situation (Stimmung, gemeinsame Aktivitäten)
- Schuldgefühle, wenn man sich Zeit für sich nimmt
- Den Verlauf und die Auswirkungen der Erkrankung miterleben und vorhersehen; Umgang mit dem Thema Tod
- Schwierigkeiten, sich von den Eltern abzulösen (z. B. bei der Planung des eigenen Auszugs)
- Zu wenig Wissen über Entlastungsangebote
- Rolle eines Elternteils übernehmen; Rollentausch mit der betreuten Person
- Schwierigkeiten, Ausbildung, Unterstützungstätigkeiten, Freunde, und Hobbies unter einen Hut zu bekommen; mangelnde Unterstützung dabei, alles zu managen



Drei Hauptkategorien von Copingstrategien traten aus dem Datenmaterial hervor:

retrospektiv	unmittelbar	zukunftsgerichtet
- Umgang mit Vergangenheit	- aktuelle Herausforderungen	- Auseinandersetzung mit dem, was unmittelbar oder retrospektiv schwierig war
- vorwiegend annähernd	- breites Spektrum, vermeidender Umgang ist hier ebenfalls wichtig	- Planung des Umgangs mit potenziellen Stressoren
- kritisches Reflektieren fördert künftiges Coping		- vorwiegend annähernd

Wie die Grafik oben zeigt, waren die annähernden und vermeidenden Bewältigungsstrategien – je nach Zeithorizont unterschiedlich – relevant.

Fazit

- Young Carers brauchen Raum für beides – Auseinandersetzung mit der Betreuungsrolle und Ablenkung davon.
- Viele Young Carers möchten nicht über ihre aktuelle Situation sprechen.
- Gespräche zu vergangenen Situationen oder die Zukunftsgestaltung könnten ein Weg darstellen, die jungen Menschen bei der Verarbeitung und Bewältigung ihrer Situation zu unterstützen.

Ausblick

Diese und weitere Erkenntnisse aus dem Projekt fließen in die Weiterentwicklung von zwei nationalen Angeboten:

1. Young Carers Get-together
2. Webbasierte Netzwerkkarte (weitere Informationen [hier](#))

Literatur

- Kuckartz, U. (2014). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung* (3., überarbeitete Auflage). Beltz Juventa.
- Leu, A., & Becker, S. (2019). Young carers. In H. Montgomery (Ed.), *Oxford bibliographies in childhood studies*. Oxford University Press. [Link](#)
- Nap et al. (2020). The awareness, visibility and support for young carers across europe: a delphi study. *BMC Health Services Research*, 20(1), 921. [Link](#)
- Stamatopoulos, V. (2018). The young carer penalty: Exploring the costs of caregiving among a sample of Canadian youth. *Child & Youth Services*, 23(1), 1–26. [Link](#)
- Witzel, A. (2000). Das problemzentrierte interview. *Forum Qualitative Sozialforschung*, 1(1), Art. 22.

Projektinformation:

Titel: Young Carers zwischen Schule und Beruf

Fördermittel: Ebnet-Stiftung, Beisheim Stiftung, Gesundheitsförderung Schweiz

Laufzeit: August 2017–Juni 2020

Link: [Young Carers zwischen Schule und Beruf | Kalaidos FH \(kalaidos-fh.ch\)](#)

Kontakt

hannah.wepf@careum-hochschule.ch

<https://www.careum-hochschule.ch/Young-Carers>

[@youngcarersCH](#) @CareumCH @hannah_wepf

[@young_carers_ch](#) @careum_hochschule_gesundheit

[@Careum Hochschule Gesundheit](#)