

# Gemeinsam für Geschwister

## Informationen für Eltern



### Liebe Eltern,

wenn Sie ein krankes oder behindertes Kind in der Familie haben, sind Sie besonders gefordert und brauchen viel Kraft. Auch über Ihre anderen Kinder machen Sie sich viele Gedanken, damit sie durch die besondere Situation nicht zu stark belastet werden.

Sie versuchen, allen Kindern gerecht zu werden. Dabei können Sie sich unterstützen lassen. Damit das, was alle beschäftigt, nicht zu Schwierigkeiten bei den gesunden Geschwistern führt. Je früher die Unterstützung beginnt, desto eher können Belastungen abgefangen werden.

Einige Informationen haben wir hier für Sie zusammen gestellt. Sollten Sie darüber hinaus Fragen haben, können Sie uns gern anrufen: Tel. 01805 322633<sup>\*)</sup>, montags und dienstags 12.00–15.00 Uhr. Außerhalb dieser Zeit können Sie Ihre Nachricht auf den Anrufbeantworter sprechen. Wir rufen Sie dann zurück. Oder Sie schreiben eine Mail an: [infoline@initiative-familienbande.de](mailto:infoline@initiative-familienbande.de). Wir unterstützen Sie gern.

### Gemeinsam für Geschwister!

Ihr Team vom Institut für Sozialmedizin in der Pädiatrie Augsburg (ISPA): Antje Strasser, Caroline Stachura, Manfred Hägele

*„Ich wollte meine Eltern nicht noch mehr belasten und habe sie nicht mit Fragen zur Erkränkung meines Bruders gequält. So wusste ich lange Zeit aber auch nicht genau, wie es eigentlich um ihn steht und wie es weitergeht.“*

Maria, Geschwisterkind, 18 Jahre

*„Offene und altersangemessene Gespräche in der Familie über die Erkränkung oder Behinderung erleichtern den Geschwistern den Umgang mit der Situation.“*

Caroline Stachura, Diplom-Psychologin

*„Die besonderen Herausforderungen, die Familien mit schwerkranken oder behinderten Kindern meistern, prägen auch die gesunden Geschwister. Familienbünde möchte konkrete Möglichkeiten zur Unterstützung von Geschwistern aufzeigen.“*

Manfred Hägele, Diplom-Sozialpädagoge

\*) 14 ct/Min. aus dem Festnetz; maximal 42 Ct/Min. aus dem Mobilfunknetz

## Was können Sie tun?

### Reden Sie!



Sprechen Sie mit Ihrem Kind (Ihren Kindern) über das, was Sie bewegt. Kinder spüren ohnehin, dass Sie etwas beschäftigt. Ihre Offenheit ist hilfreich für die Entwicklung der Kinder. Sagen Sie auch, wenn Sie selbst etwas nicht wissen.

### Nehmen Sie sich Zeit!



Nehmen Sie sich regelmäßig exklusiv Zeit für Ihr gesundes Kind. Dabei ist gar nicht so entscheidend, was Sie gemeinsam tun und wie lang diese Zeit ist. Wichtig ist, dass es Zeiten ungeteilter Aufmerksamkeit gibt. Sie sind wertvoll für die Beziehung, auch wenn die Zeiten kurz sind. Ein Tipp: Suchen Sie nach Möglichkeiten, wo Geschwister andere kennenlernen können, die ähnliche Erfahrungen in ihren Familien machen. Der Austausch ist wichtig, um sich nicht alleine zu fühlen.

### Geben Sie Ihrem Kind Freiräume!



Jedes Kind braucht einen eigenen Platz in der Familie – im übertragenen und im wörtlichen Sinn. Ein eigenes Zimmer oder zumindest ein Bereich im gemeinsamen Zimmer, das nur ihm gehört. Ebenso braucht jedes Kind Erfahrungen und Erlebnisse außerhalb der eigenen Familie. Interessen, Hobbys, Kontakte, die es mit niemandem aus der Familie teilen muss. Das ist wichtig für die Entwicklung von Eigenständigkeit und Selbstbewusstsein.

### Verantwortung und Verpflichtung



Natürlich möchte Ihr Kind Ihnen und seinem kranken/behinderten Geschwister helfen und es unterstützen. Fürsorge und Rücksichtnahme sind wichtige Werte in einer Familie. Sprechen Sie mit allen Kindern konkret ab, welche Aufgaben jeder übernehmen kann und möchte. Überlassen Sie Heranwachsenden selbst die Entscheidung darüber, wie viel Verantwortung sie aktuell und zukünftig für ihr erkranktes/behindertes Geschwister übernehmen.

## Achten Sie auf sich!



Überfordern Sie sich nicht selbst. Achten Sie auf sich. Auch Sie brauchen Freiräume. Holen Sie sich Unterstützung, wo Sie es brauchen. Damit sind Sie auch ein Vorbild für Ihre Kinder. Die haben nämlich sehr feine Antennen für Ihre drohende Überlastung und Überforderung.

## Holen Sie sich Hilfe!



Ihre Lebenssituation fordert Sie besonders heraus. Es gibt Menschen, die Sie und Ihre Familie unterstützen können, die wissen, wo es Angebote für Sie und Ihre Familie gibt. Das FamilienBande Netzwerk hilft Ihnen bei der Suche nach geeigneter Unterstützung. Telefonisch erreichen Sie unsere Infoline unter 01805 322633<sup>\*)</sup> montags und dienstags von 12.00 bis 15.00 Uhr. Wenn Sie eine Nachricht auf Band sprechen, rufen wir Sie gern zurück.

\*) 14 ct/Min. aus dem Festnetz; maximal 42 Ct/Min. aus dem Mobilfunknetz

## Hier finden Sie Informationen, Anregungen und Unterstützung

### [www.initiative-familienbande.de](http://www.initiative-familienbande.de)

Informationen und News für Geschwister, Eltern und Fachkräfte; Literatur, bundesweite Online-Datenbank zu Angeboten für Geschwisterkinder (Gruppen, Events, Beratung, Begleitung ...).

### [www.geschwisterkinder.de](http://www.geschwisterkinder.de)

Webseite von Marlies Winkelheide, Beratungsstelle Geschwisterkinder, Lebenshilfe Bremen e.V., mit Literatur und Informationen, Bildungsangeboten für Geschwisterkinder und Familien sowie Fortbildungen zum Thema für Fachkräfte.

### [www.familienhandbuch.de/behinderung/behinderte-kinder/vom-uberbehuten-und-ubergehen-zur-situation-der-geschwister-behinderter-oder-chronisch-kranker-kinder](http://www.familienhandbuch.de/behinderung/behinderte-kinder/vom-uberbehuten-und-ubergehen-zur-situation-der-geschwister-behinderter-oder-chronisch-kranker-kinder)

„Vom Überbehüten und Übergehen. Zur Situation der Geschwister behinderter oder chronisch kranker Kinder“ (2004) Ilse Achilles, aus: Das Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik (IFP), Bayern.

### [www.ifb.bayern.de/forschung/2005\\_geschwister.html](http://www.ifb.bayern.de/forschung/2005_geschwister.html)

Infomaterial zum Download für Eltern und Geschwister behinderter Kinder.

### [www.kinderkrebsstiftung.de/geschwister.html](http://www.kinderkrebsstiftung.de/geschwister.html)

Seite der Deutschen Kinderkrebsstiftung für Geschwister von krebskranken Kindern. Informationsmaterial, Bücher, Broschüren zum Bestellen. Bundesweiter Überblick über Projekte für Geschwister krebskranker Kinder.

### [www.geschwisterkinder-netzwerk.de](http://www.geschwisterkinder-netzwerk.de)

Die Seite zum Thema Geschwister vom Netzwerk für die Versorgung schwerkranker Kinder und Jugendlicher e.V. in Niedersachsen.



## Zum Weiterlesen



### **Geschwister behinderter Kinder – Besonderheiten, Risiken und Chancen. Ein Familienratgeber**

Eberhard Grünzinger,  
2005, Care-Line Verlag GmbH



### **Ich suche meinen Weg – Aus dem Labyrinth von Geschwisterbeziehungen Kinder und Eltern berichten**

Marlies Winkelheide,  
2009, Geest-Verlag

## Impressum

**Inhalte:** Institut für Sozialmedizin in der Pädiatrie (ISPA), Augsburg; Ansprechpartnerin: Caroline Stachura  
**Herausgeber:** FamilienBande, Novartis Deutschland GmbH, Roonstr. 25, 90429 Nürnberg



**FamilienBande**  
Gemeinsam für Geschwister