

# Die Pflegeschätze

Eine Sammlung von  
Bewältigungsstrategien pflegender Familien



## Autorinnen:

Britta Levering

Johanna Krieser

Laura Blasius

Isabel Zorn

Erscheinungsjahr: 2026

Technology  
Arts Sciences  
TH Köln

 Pflegeschätze

## Impressum

**Autorinnen:** Britta Levering, Johanna Krieser, Laura Blasius, Isabel Zorn

*Unter Mitarbeit von:* Marietta Christin Riechmann, Verena Schubert, Margareta Marie Schulz, Klara Schwibbert

Technische Hochschule Köln  
Fakultät für Angewandte Sozialwissenschaften  
Institut für Medienforschung und Medienpädagogik (IMM)  
Gustav-Heinemann-Ufer 54  
D-50968 Köln

**Stand:** März 2026

**Lizenz:** Das Dokument steht im Internet kostenfrei als elektronische Publikation (Open Access) zur Verfügung mit der Lizenz CC BY-SA-NC.

## Zitiervorschlag

Levering et al. (2026): Die Pflegeschätze – Eine Sammlung von Bewältigungsstrategien pflegender Familien. Köln: TH Köln. DOI: 10.57683/EPUB-3394. Online unter: <https://epb.bibl.th-koeln.de/frontdoor/index/index/docId/3394>.

## Projekthintergrund

Diese Pflegeschätze-Sammlung ist im Verbundprojekt „*Identifizierung, Visualisierung und Transfer familiärer Innovationen aus dem Alltag mit pflegebedürftigen Kindern*“ (Kurztitel: „Pflegeschätze“) entstanden. Das Projekt wurde mit Mitteln des Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt (BMFTR) im Rahmen des Forschungsprogramms „Miteinander durch Innovation – Interaktive Technologien für Gesundheit und Lebensqualität“ vom 01.10.2023 - 31.03.2026 gefördert (Förderkennzeichen: 16SV9227).

## **Danksagung**

Pflegende Familien haben mit großem Engagement ihre Erfahrungen und Perspektiven in das Projekt *Pflegeschätze* eingebracht. Ihr offener Austausch, ihre Zeit und ihre Bereitschaft, Einblicke in ihren Familien- und Pflegealltag zu geben, haben diese Pflegeschätze-Sammlung erst möglich gemacht. Dafür sprechen wir ihnen unseren aufrichtigen Dank aus und widmen ihnen diese Veröffentlichung.

## **Inhalt**

|  |     |
|--|-----|
| 1. Vorwort.....  | 1   |
| 2. Hintergrund.....  | 3   |
| 2.1 Wer sind pflegende Familien? .....                             | 3   |
| 2.2 Was sind Pflegeschätze? .....                                  | 5   |
| 2.3 Wie wurden die Pflegeschätze gefunden?.....                    | 7   |
| 2.3.1 Feldzugang und Community Building .....                      | 8   |
| 2.3.2 Leitfadengestützte Interviews und Messenger-Schatzsuche..... | 9   |
| 2.4 Wie werden die Pflegeschätze dargestellt? .....                | 11  |
| 2.5 Die Bedeutung von Pflegeschätzen.....                          | 13  |
| 2.6 Literaturverzeichnis.....                                      | 16  |
| 3. Praxisteil.....   | 20  |
| 3.1 Haftungsausschluss.....  | 20  |
| 3.2 Die Pflegeschätze nach Kontexten.....                          | 21  |
| Alltagsorganisation.....   | 27  |
| Beziehung und Zwischenmenschliches .....                           | 68  |
| Freizeit als Familie.....  | 80  |
| Für mein Kind.....   | 97  |
| Institutionen.....   | 157 |
| Job .....  | 168 |
| Selbstfürsorge .....   | 172 |
| Unterstützung und Netzwerk.....                                    | 193 |

## **1. Vorwort**

Familien mit Kindern, die im Alltag mehr Unterstützung und/oder Pflege brauchen (pflegende Familien, vgl. Kapitel 2.1), erleben täglich vielfältige Herausforderungen. Sie finden oft kreative Lösungen und praktische Tricks, die ihnen helfen, diese Herausforderungen zu bewältigen und ihren Alltag schöner zu gestalten. Diese Lösungen und Tricks nennen wir „Pflegeschätze“ (vgl. Kapitel 2.2). Pflegeschätze können als „Life-Hacks“ von pflegenden Familien verstanden werden. Sie sparen Zeit, Kraft oder machen etwas möglich, was vorher nicht möglich war. Sie basieren auf den Erfahrungen realer pflegender Familien, wurden mit wissenschaftlichen Methoden identifiziert (vgl. Kapitel 2.2 und 2.3) und anschließend barrierearm beschrieben und bebildert (vgl. Kapitel 2.4).

In der vorliegenden Pflegeschätze-Sammlung finden Sie 168 Pflegeschätze aus 31 pflegenden Familien (vgl. Kapitel 3). Diese Sammlung macht das Erfahrungswissen und die Bewältigungsstrategien pflegender Familien sichtbar und würdigt sie. Zugleich soll die Sammlung den systematischen, lösungsorientierten Austausch individueller Erfahrungen auf Basis wissenschaftlicher Kriterien und Vorgehensweisen fördern. Die Vielfalt der dargestellten Pflegeschätze verdeutlicht einerseits die Kreativität und den Einfallsreichtum pflegender Eltern im täglichen Umgang mit ihrer Situation. Andererseits zeigt sie die Vielfalt an ungedeckten Bedarfen und alltäglichen Herausforderungen auf, denen pflegende Familien begegnen. Dabei wird deutlich, dass sich einige Pflegeschätze auf persönliche Herausforderungen beziehen, während andere individuelle Lösungsansätze für strukturelle Defizite und Versorgungslücken sind. Die Pflegeschätze-Sammlung lädt dazu ein, individuelle Pflegesituationen lösungsorientiert zu reflektieren und zugleich die strukturellen Rahmenbedingungen pflegender Elternschaft kritisch zu hinterfragen (vgl. Kapitel 2.5).

Die Pflegeschätze-Sammlung wird im Rahmen des Forschungsprojekts „Identifizierung, Visualisierung und Transfer familiärer Innovationen aus dem Alltag mit pflegebedürftigen Kindern“ – kurz: „Pflegeschatze“ – publiziert. Das Projekt wurde vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt (BMFTR) gefördert und von einem Team aus Wissenschaft und Praxis umgesetzt.

Die Pflegeschätze-Sammlung entstand im Teilprojekt der TH Köln. Die Pflegeschätze dieser Sammlung wurden von Forschenden der TH Köln gemeinsam mit pflegenden Familien erhoben.

## **2. Hintergrund**

Das Projekt *Pflegeschätze* hat das übergeordnete Ziel, Sorgegemeinschaften zu stärken und die Lebensqualität pflegender Angehöriger zu verbessern (Richtlinie zur Förderung von Projekten zum Thema „Technologiegestützte Innovationen für Sorgegemeinschaften zur Verbesserung von Lebensqualität und Gesundheit informell Pflegender“. Bekanntmachung vom 10.06.2021, BAnz AT 22.06.2021 B4, 2021). Dafür werden Bewältigungsstrategien pflegender Familien – die sogenannten Pflegeschätze – identifiziert, visualisiert, systematisch dargestellt und mit anderen Familien sowie Fachkräften geteilt.

### **2.1 Wer sind pflegende Familien?**

Zielgruppe des Projektes *Pflegeschätze* sind pflegende An- und Zugehörige (selbstorganisiert Pflegende) von Kindern, die im Alltag mehr Unterstützung und/oder Pflege benötigen (Kinder mit Pflegebedarf).

*Wer zählt zu den Kindern mit Pflegebedarf?*

Im Fokus des Projekts stehen die Lebensphasen der Kindheit und frühen Jugend bis zum 18. Lebensjahr. Nehmen Familien teil, deren Kinder mit Pflegebedarf bereits volljährig sind, wird diese Zeit retrospektiv in den Blick genommen. Der Schwerpunkt auf der Kindheit ergibt sich daraus, dass sich Bedürfnisse, Alltagsgestaltung und Entwicklungsprozesse pflegebedürftiger Kinder von denen älterer Menschen unterscheiden (Jennessen, 2022).

Im Projektkontext gelten Kinder dann als pflegebedürftig, wenn sie im Alltag mehr Unterstützung und/oder Pflege brauchen als andere gleichaltrige Kinder. Es muss nicht notwendigerweise ein Pflegegrad gemäß § 15 SGB XI festgestellt worden sein. Denn der Pflegegrad dient in erster Linie als Voraussetzung für die Leistungsberechtigung.

Allerdings haben laut der Kindernetzwerkstudie zur Lebens- und Versorgungssituation von Familien, die Kinder mit chronischer Erkrankung und Behinderung versorgen, in Deutschland nur rund 60 % der Betroffenen einen Pflegegrad (Kofahl & Lüdecke, 2014, S. 11). Vor diesem Hintergrund werden im Projekt alle Kinder als Kinder mit Pflegebedarf betrachtet, die aufgrund von Erkrankungen, Neurodiversität (z. B. Autismus-Spektrum-Störung; Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung) oder sichtbaren und unsichtbaren Behinderungen körperliche, geistige und/oder psychische Einschränkungen vorweisen oder vor besonderen Herausforderungen im Alltag stehen und somit einen erhöhten Unterstützungsbedarf haben. Der Pflegebedarf kann dabei auch vorübergehend bestehen. Wie viele pflegebedürftige Kinder es nach dieser Definition gibt, kann nicht quantifiziert werden. Empfänger\*innen von Pflegegeldleistungen waren im Jahr 2023 in Deutschland 397.472 Kinder im Alter bis 25 Jahren (Statistisches Bundesamt [Destatis], 2025).

### *Wer sind selbstorganisiert Pflegende?*

Die Versorgung, Pflege und Unterstützung von Kindern mit Pflegebedarf wird in 99 % der Fälle im häuslichen Umfeld geleistet (Matzk et al., 2022). Diese Form der Pflege außerhalb eines professionell-vertraglich geregelten Verhältnisses gilt allgemein als informelle Pflege (Calahorrano et al., 2025). Da auch häusliche Pflege durchaus formalisierte Elemente enthält, werden die pflegenden Personen im Projektkontext als *selbstorganisiert Pflegende* bezeichnet. Zu ihnen zählen alle Personen, die alltägliche Verantwortung für Kinder mit Pflegebedarf übernehmen oder in der Vergangenheit übernommen haben (also neben Vätern und Müttern z. B. auch Großeltern, Pflegeeltern, Partner\*innen, verwaiste Eltern etc.). Selbstorganisiert Pflegende von Kindern sind damit zumeist pflegende Eltern, aber nicht ausschließlich.

Die Gruppe der selbstorganisiert Pflegenden von Kindern zeichnet sich durch eine hohe Heterogenität aus (z. B. hinsichtlich kultureller und sozialer Hintergründe oder

familiärer Konstellationen). Auch die Belastungen pflegender Familien sind unterschiedlich, wirken sich jedoch meist auf alle Lebensbereiche aus, sind häufig erheblich und bestehen meist jahrzehntelang (z. B. hinsichtlich Gesundheit, Erwerbstätigkeit oder Familie). Erschwert wird die Situation pflegender Angehöriger dabei durch ungünstige Rahmenbedingungen wie z. B. strukturelle Vernachlässigung und komplexe sozialrechtliche Zuständigkeiten. Pflegende Angehörige sind folglich von Behinderung im Sinne der *third party disability* betroffen (Blasius et al., 2024; Jennessen, 2022; Koch et al., 2021; Matzk et al., 2022).

## **2.2 Was sind Pflegeschätze?**

Pflegeschätze lassen sich vereinfacht als *Life-Hacks*<sup>1</sup> pflegender Eltern beschreiben. Aus wissenschaftlicher Perspektive handelt es sich um individuelle Bewältigungsstrategien, die im Alltag aus dem Erfahrungswissen und der Expertise pflegender Familien entstehen. Sie ermöglichen es, alltägliche Herausforderungen zu bewältigen und den Alltag besser zu gestalten. Dieser Zusammenhang wird nachfolgend eingeführt, um anschließend Pflegeschätze zu definieren.

### *Erfahrungswissen, Alltagsexpertise und Bewältigungsstrategien*

Die Literatur über selbstorganisiert pflegende Angehörige beschäftigt sich vielfach vor allem mit den strukturell ungelösten, überbordenden Belastungen (u.a. Brandt et al., 2022; Koch et al., 2021) und den Bedarfen Pflegender (u.a. Hetzel et al., 2022; Wingenfeld, 2021). Wenig erforscht ist hingegen, wie pflegende Angehörige die aus den Belastungen und Bedarfen entstehenden alltäglichen Herausforderungen konkret

---

<sup>1</sup> Der Begriff „Lifehack“ bezeichnet ursprünglich einfache technische Kurzlösungen, die von Informatiker\*innen zur Effizienzsteigerung in ihrem Arbeitsalltag entwickelt werden (Trapani, 2005). Heute hat sich der Begriff auf alle Alltagsbereiche ausgeweitet und meint kreative und pragmatische Lösungen und Tipps zur Vereinfachung des täglichen Lebens (Müller, 2020).

bewältigen. Mischke (2012) hat untersucht welche Ressourcen pflegenden Angehörigen helfen, mit den Anforderungen der Pflege umzugehen.

Neben den von Mischke (2012) untersuchten materiellen und immateriellen Ressourcen, verfügen selbstorganisiert pflegende Angehörige von Kindern mit Pflegebedarf über umfangreiches Erfahrungswissen zur Versorgung und Alltagsgestaltung im Rahmen der informellen Pflege. Im Projektkontext wird dieses Erfahrungswissen, dem Empowerment-Gedanken (Herriger, 2020; Theunissen, 2022) folgend, als Expert\*innenwissen bzw. Alltagsexpertise in Bezug auf die eigenen Lebensumstände verstanden. Erfahrungswissen entsteht vornehmlich durch praktische Erfahrung und die wiederholte Bewältigung alltäglicher Anforderungen – bei der Entwicklung steht eine systematische Genese oder wissenschaftliche Überprüfung von Erkenntnissen für die pflegenden Eltern nicht im Vordergrund (Böhle, 2015). Das Erfahrungswissen pflegender Eltern wird aus der Notwendigkeit heraus generiert, Routinen und Abläufe gezielt an die besonderen Herausforderungen des Alltags anzupassen. So entstehen Bewältigungsstrategien, mit denen sowohl alltägliche Belastungen als auch unregelmäßig auftretende Krisen gemeistert werden können (Jespersen, 2011; Oetting-Roß et al., 2019).

### *Definition von Pflegeschätzen*

Pflegeschätze sind kreative<sup>2</sup> und/oder innovative<sup>3</sup> Praktiken, Prozesse und Artefakte, die pflegenden Familien bei wiederkehrenden Herausforderungen in ihrem Alltag

---

<sup>2</sup> Kreativität wird hier als Fähigkeit verstanden, originelle und gleichzeitig nützliche Ideen zu generieren. Zudem beziehen wir uns vor allem auf alltägliche Kreativität, die im Gegensatz zur herausragenden Kreativität eher subjektiv und im Kontext des jeweiligen Familienalltags zu betrachten ist (Hennessey & Amabile, 2010).

<sup>3</sup> Innovation bezeichnet hier eine relativ wahrgenommene Neuerung - in Form eines materiellen Artefakts, einer praktischen Methode, eines sozialen Verhaltens, einer Organisations- oder Lebenspraxis oder einer Veränderung von Haltungen – die in einem gegebenen sozialen Kontext als neu erlebt wird und durch die eine Verbesserung der Lebensqualität, Effizienz oder Problemlösungskapazität für die betroffene Gemeinschaft oder Person erreicht wird.

sowie in nicht-alltäglichen Situationen (z. B. bei Krankenhausaufenthalt oder im Urlaub) geholfen haben.

Es handelt sich also um individuelle Alltagserfahrungen, die pflegende Familien bei der aktiven Alltagsgestaltung unterstützen und die zu einer Verbesserung der Lebensqualität beitragen können. Sie entstehen im häuslichen Umfeld bei der selbstorganisierten Pflege und Versorgung von Kindern mit erhöhtem Unterstützungs- und/oder Pflegebedarf. Pflegeschätze resultieren aus dem Bedarf, immer wiederkehrende Herausforderungen zu lösen und besondere Alltagsanforderungen zu bewältigen. Pflegeschätze entstehen allein oder im Austausch mit anderen Menschen in Sorgegemeinschaften. Die Handelnden sind selbstorganisiert Pflegenden – also Eltern, andere Angehörige oder sonstige Personen innerhalb einer Sorgegemeinschaft.

Pflegeschätze sind individuelle Erfahrungsbeschreibungen realer pflegender Familien. Die Darstellung der Pflegeschätze basiert ausschließlich auf den Aussagen und Angaben dieser Familien. Sie sind nicht als Empfehlung zur Nachahmung oder als Handlungsanweisung zu verstehen. Es ist nicht ausgeschlossen, dass die von Pflegenden beschriebenen, nützlichen Erfahrungen anderen Menschen auch schaden können.

### **2.3 Wie wurden die Pflegeschätze gefunden?**

Pflegeschätze sind den selbstorganisiert Pflegenden nicht zwingend bewusst, einige sind implizites Wissen, das sich in Vorgehensweisen und Fähigkeiten zeigt. Diese müssen erst durch geeignete Methoden bewusst und erklärbar gemacht werden (Böhle, 2020; Lehner, 2021). Deshalb agieren Forschende im Projekt *Pflegeschätze* als

---

Innovation kann inkrementell oder radikal sein, und sie wirkt unabhängig davon, ob sie marktwirtschaftlich oder institutionell verbreitet wird. Dieses im Projekt herangezogene Verständnis von Innovation beruht auf Konzepten zu User Innovation (Hippel, 1986), Soziale Innovationen (Zapf, 1989) und Common Innovations (Swann, 2014).

Unterstützende, die pflegende Eltern dabei begleiten, ihr Erfahrungswissen zu entdecken, zu strukturieren, sichtbar zu machen und weiterzugeben. Um ein möglichst breites Spektrum individuellen Erfahrungswissens abzubilden und gleichzeitig den unterschiedlichen Bedarfen pflegender Familien gerecht zu werden, ist es wichtig, eine vielfältige Teilnehmendengruppe zu adressieren (Feldzugang und Community-Building) sowie verschiedene Teilnahmeformen anzubieten (Erhebungsmethoden der qualitativen Sozialforschung).<sup>4</sup>

### **2.3.1 Feldzugang und Community Building**

Um niedrigschwellige und vielfältige Teilhabechancen zu schaffen und pflegende Angehörige aus unterschiedlichen Lebenswelten zu erreichen, wurde der Akquise, über die rein organisatorischen Aspekte hinaus, ein besonderes Augenmerk gewidmet. Schon vor Beginn der Erhebung und während des gesamten mehrstufigen Akquise- und Erhebungsprozesses wurden unterschiedliche Vernetzungsmöglichkeiten und Kommunikationswege genutzt (z.B. Direktansprache, Instagram, Mailingliste, Website, Postkarten, Fachtagungen). Bei der Zielgruppenansprache wurden folgende Prinzipien berücksichtigt: Die Adressierung der Teilnehmenden als Expert\*innen ihrer eigenen Lebens- und Pflegesituationen; Aufbau einer sozialen Gemeinschaft mit gegenseitigem Erfahrungsaustausch (z.B. über Instagram) sowie die Bereitstellung

---

<sup>4</sup> Durch die Nutzung unterschiedlicher Akquise-Wege und Erhebungsmethoden konnten die Teilnahmebarrieren verringert und die Diversität der Teilnehmenden zumindest teilweise gewährleistet werden. Die Teilnahmebereitschaft innerhalb der Zielgruppe war sehr hoch, sodass mehr Interessenten als geplante Erhebungen vorhanden waren. Gleichzeitig verbleiben Einschränkungen bezüglich der Repräsentativität der Stichprobe. So setzten sich die Teilnehmenden bspw. ausschließlich aus pflegenden Eltern zusammen. Zudem war die Stichprobe überwiegend weiblich, gut gebildet und deutschsprachig.

eines konkreten Nutzens (z.B. Weitergabe von Pflegeschätzen in der Projektlaufzeit) (Krieser et al., eingereicht; Krieser et al., im Druck).<sup>5</sup>

### **2.3.2 Leitfadengestützte Interviews und Messenger-Schatzsuche**

Zur Erhebung von Pflegeschätzen wurden zwei Einzelerhebungsmethoden aus der qualitativen Sozialforschung verwendet: das leitfadengestützte Interview sowie die eigens für das Projekt auf der Basis von etablierten wissenschaftlichen Methoden entwickelte Messenger-Schatzsuche. Die forschungsleitende Fragestellung war dabei: Welche Bewältigungsstrategien haben pflegende Angehörige von pflegebedürftigen Kindern, um Herausforderungen zu bewältigen und ihren Alltag zu gestalten?

Insgesamt wurde mit zehn pflegenden Eltern ein leitfadengestütztes Interview<sup>6</sup> durchgeführt. Die Interviews fanden online, an einem neutralen Ort oder als Hausbesuch bei den pflegenden Familien statt. Der Leitfaden enthält lösungsorientierte und kreativitätsfördernde Fragen zu folgenden zentralen Themen: Alltag mit pflegedürftigem Kind, Selbstfürsorge der Pflegenden und Umgang mit wiederkehrenden Situationen und Herausforderungen. Die Fragen wurden basierend auf den Dimensionen der Pflege nach Nolan et al. (1995)<sup>7</sup> sowie vor dem Hintergrund

---

<sup>5</sup> Bei dieser Herangehensweise mussten von den Forschenden diverse Herausforderungen adressiert werden (z.B. hinsichtl. Planungsaufwand, Kommunikation, Datenschutz, ethische Verantwortung) (Krieser et al., eingereicht; Krieser et al., im Druck).

<sup>6</sup> Das leitfadengestützte Interview ist eine qualitative Forschungsmethode, bei der ein halbstrukturierter Gesprächsleitfaden den Ablauf und die Themen des Interviews lenkt, um vergleichbare, aber zugleich flexible und offen geführte Gespräche zu ermöglichen (Helfferich, 2014).

<sup>7</sup> Nolan et al. (1995) verstehen Pflege innerhalb der Familie als komplexes, vielschichtiges Phänomen, das über sichtbare Pflegehandlungen hinausgeht. Sie legen den Fokus auch auf die subjektiven Perspektiven und Erfahrungen pflegender Angehörigen. Aufbauend auf der Typologie von Bowers (1987) unterscheiden sie acht Typen bzw. Dimensionen von Pflege, die sowohl praktische Unterstützung als auch emotionale und identitätswahrende Aspekte umfassen.

eines lebensweltorientierten Ansatzes nach Thiersch (2020)<sup>8</sup> entwickelt. Pflege wird nicht nur als körperliche Versorgung verstanden, sondern als ganzheitlicher Prozess, bei dem der gesamte Familien- und Pflegealltag und besonders der Nutzen von Bewältigungsstrategien für die pflegenden Angehörigen in den Fokus genommen wird. Die Gestaltung des Leitfadens und die Interviewführung ermöglichten zugleich flexibles Nachfragen sowie offenes Erzählen persönlicher Sichtweisen und Erfahrungen der Pflegenden. Die Interviews dauerten zwischen 1,5 und 3h.

Zusätzlich zu den Interviews wurden mit 23 pflegenden Eltern Messenger-Schatzsuchen durchgeführt. Die Messenger-Schatzsuche wurde im Projekt *Pflegeschätze* entwickelt, um eine flexible, asynchrone, barrierearme und digitale Erhebung zu ermöglichen.<sup>9</sup> Während der Erhebungsphase erhielten die pflegenden Eltern sechs Tage lang jeden Morgen per WhatsApp oder Threema eine Frage oder einen Denkanstoß. Diese orientieren sich an den Interviewfragen sowie an ersten Ergebnissen und wurden bewusst kreativitätsfördernd und lösungsorientiert formuliert. Im Unterschied zum Interview können die Eltern bei der „Schatzsuche“ flexibel auf die Fragen reagieren – ganz nach eigenem Zeitplan und in der Form, die ihnen am besten entspricht, sei es per Textnachricht, Sprachnachricht oder Foto. Durch diese Orts- und Zeitunabhängigkeit erhalten die Fragen den Charakter von Impulsen, die pflegende Eltern mit in ihren Alltag nehmen können (Blasius et al., 2024). Einige Eltern meldeten zurück, dass für sie die Hürde zur Teilnahme dadurch sank und gleichzeitig Raum für Selbstbeobachtung und Reflexion entstand.

---

<sup>8</sup> Lebensweltorientierung ist ein Theoriekonzept der Sozialen Arbeit. Charakteristisch daran ist die Perspektive, den gewöhnlichen Alltag, die alltäglichen Erfahrungen und Bewältigungsmuster von Menschen als Bezugspunkt zu sehen (Thiersch, 2020).

<sup>9</sup> Die Methode, basiert auf Ansätzen wie Photovoice (Wang & Burris, 1997), Diary-Verfahren (Kunz, 2018), Cultural Probes (Gaver et al., 1999) und mobiler Ethnografie (Stickdorn et al., 2014).

Das in mehreren Erhebungsrunden dokumentierte Erfahrungswissen der pflegenden Eltern wurde im Rahmen einer qualitativen Inhaltsanalyse ausgewertet (Kuckartz & Rädiker, 2022). Entlang wissenschaftlicher Kriterien wurden Pflegeschätze identifiziert (basierend auf der Definition von Pflegeschätzen in Kapitel 2.2) und strukturiert beschrieben, visualisiert und kategorisiert (Kapitel 2.4).

## **2.4 Wie werden die Pflegeschätze dargestellt?**

Zwar tauschen manche pflegende Angehörige ihr Erfahrungswissen, sofern es ihnen überhaupt bewusst ist, informell etwa über soziale Medien oder Selbsthilfegruppen aus (Friedman et al., 2018; Lancaster et al., 2023), doch fehlt es an einer systematischen und lösungsorientierten Sammlung dieser Alltagsexpertise (Zorn et al., 2024). Deshalb hat sich das Projekt *Pflegeschätze* zum Ziel gesetzt, den systematischen Erfahrungsaustausch zu unterstützen. Ein wesentlicher Aspekt ist dabei die Art und Weise der Darstellung von Pflegeschätzen.

Grundlegend für die Beschreibung von Pflegeschätzen ist, dass exakt die von den pflegenden Eltern beschriebenen Erfahrungen dargestellt werden. Vorgehen, Situationen und das individuelle Erleben der Pflegenden wurden ohne zusätzliche Prüfungen oder Ergänzungen wiedergegeben. Die Pflegeschätze wurden zugunsten einer besseren Zugänglichkeit für eine vielfältige Interessiertengruppe in einfacher Sprache nach festen Strukturen beschrieben und durch prägnante Illustrationen oder Fotos visualisiert. In einem iterativen und partizipativen Prozess entstanden grundlegende Leitlinien zur Darstellung der Pflegeschätze, die folgende Punkte umfassen: Zielgruppenorientierung, Lösungs- und Nutzenorientierung, Erfahrungsorientierung und impulsgebende Darstellung, Vertrauensbildung sowie funktionsbezogene, verständliche und barrierearme Präsentation. Eine Veröffentlichung dieses Darstellungsleitfadens in Open Access ist geplant.

Die so dargestellten Pflegeschätze wurden während der Projektlaufzeit auf unterschiedlichen Wegen mit der Zielgruppe geteilt (z. B. über Instagram und auf [www.pflageschaetze.de](http://www.pflageschaetze.de)) und sollen nach Projektende auf einer interaktiven Plattform ausgestellt und angezeigt werden. Dafür wurden im Rahmen eines interdisziplinären und partizipativen Prozesses Kategorien entwickelt<sup>10</sup>, anhand derer die Pflegeschätze systematisch erfasst und zugeordnet werden. Das Kategoriensystem umfasst die drei Hauptkategorien: Kontext<sup>11</sup>, Art<sup>12</sup> und Situation<sup>13</sup> - jeweils mit spezifischen Unterkategorien<sup>14</sup>. Ziel der Kategorisierung ist es, ein flexibles und praxisnahes Instrument zu schaffen, das die Auffindbarkeit von Pflegeschätzen für Interessierte erleichtert.<sup>15</sup> Dabei orientiert sich die Kategorienwahl weniger an der Versorgung der pflegebedürftigen Kinder oder an spezifischen Problemlagen, sondern vielmehr am konkreten Nutzen für die pflegenden Angehörigen bzw. am übergeordneten Projektziel, die Verbesserung der Lebensqualität selbstorganisiert Pflegenden darzustellen.<sup>16</sup>

---

<sup>10</sup> Das Kategoriensystem basiert auf zunächst induktiv erarbeiteten Kategorien und wurde durch deduktive Elemente ergänzt. An der Erarbeitung des Kategoriensystems waren sowohl der sozialwissenschaftliche als auch der technische Projektpartner (TH Köln und TU Darmstadt), sowie Vertreter\*innen der Zielgruppe (Bürgerbeirat\*innen) beteiligt. Der Prozess der Kategorienentwicklung beinhaltete u.a. iterative Tests mit Vertreter\*innen der Zielgruppe, die das System hinsichtlich Verständlichkeit, Barrierearmut, und praktischer Relevanz bewerteten.

<sup>11</sup> Die Hauptkategorie Kontext beinhaltet Lebensbereiche, in denen Pflegeschätze zur Anwendung kommen, z. B. „Für mein Kind“, „Beziehungen & Zwischenmenschliches“, „Job“, „Selbstfürsorge“, „Unterstützung & Netzwerk“, „Alltagsorganisation“, „Freizeit als Familie“ und „Institutionen“.

<sup>12</sup> Die Kategorie Art beschreibt die Form der Pflegeschätze, zugeordnet werden können beispielsweise „Produkte & Dienstleistungen“, „Digitale Tools“, „DIY (Do it yourself)“ und „Strategien“.

<sup>13</sup> Die Kategorie Situation ordnet Pflegeschätze den Anwendungsorten oder -umständen zu, wie etwa „Zu Hause“, „Unterwegs“, „Im Notfall“ sowie „Sonstiges“ - letztere Unterkategorie wurde aus pragmatischen Gründen zur Erfassung unscharf zuordenbarer Fälle ergänzt.

<sup>14</sup> Die Kategorie „Sonstiges“ wird bewusst vermieden, um unklare Zuordnungen zu minimieren, was jedoch in der Situation-Kategorie eine Ausnahme bildet.

<sup>15</sup> Dabei wurde ein Balanceakt zwischen wissenschaftlicher Genauigkeit und Benutzerfreundlichkeit vollzogen: komplexe fachliche Trennungen wurden zugunsten einer einfachen, intuitiven Bedienung teilweise vereinfacht, um pflegenden Eltern eine niederschwellige Orientierung zu ermöglichen.

<sup>16</sup> Deshalb wird bspw. auch auf Kategorien zu Erkrankungen, Behinderungen oder bestimmten Altersspannen verzichtet. Die detaillierte Verschlagwortung ermöglicht allerdings die Suche nach entsprechenden Aspekten, sofern diese im Kontext des dargestellten Pflegeschatzes von entscheidender Bedeutung sind.

## **2.5 Die Bedeutung von Pflegeschätzen**

Obwohl rund 99 % der Kinder mit erhöhtem Unterstützungs- und Pflegebedarf im häuslichen Umfeld versorgt werden (Matzk et al., 2022), erfahren pflegende Angehörige dieser Personengruppe im Vergleich zu Angehörigen pflegebedürftiger Senior\*innen deutlich weniger gesellschaftliche Sichtbarkeit und Repräsentation (Blasius et al., 2024). An diesem Punkt setzt das Projekt *Pflegeschätze* an. Die Pflegeschätze machen sichtbar, welche umfassenden und vielfältigen Bewältigungsstrategien pflegende Eltern im Alltag entwickeln. Die Darstellung dieser meist unsichtbaren Pflegearbeit sowie die damit verbundene Lösungskompetenz erkennt zudem die Expertise der selbstorganisierten Pflegenden an. Auch die teilnehmenden pflegenden Eltern gaben an, dass genau hierin ihre intrinsische Motivation zur Teilnahme lag: Sie wollten ihr Wissen teilen, die Sichtbarkeit der Zielgruppe erhöhen und so zu einer Verbesserung der Situation pflegender Familien beitragen.

Die Pflegeschätze liefern zahlreiche praktische Beispiele für das Erfahrungswissen pflegender Eltern. Entscheidend ist dafür eine ressourcenorientierte Perspektive im Projekt, die die pflegenden Eltern als Expert\*innen für ihre eigene Lebenssituation versteht. Anstatt selbst Wissen zu generieren, agieren die Forscher\*innen als Unterstützer\*innen, die pflegende Eltern dabei begleiten, ihr Erfahrungswissen zu entdecken und weiterzugeben. Die Zusammenführung des Alltagswissens unterschiedlicher Familien macht individuelle Erfahrungen als Teil eines kollektiven Wissensbestands sichtbar und nutzbar. Dieser Ansatz unterstützt die Demokratisierung

von Wissen<sup>17</sup>, indem er Alltagsexpertise unterschiedlicher pflegender Familien breit zugänglich macht.

Pflegeschätze werden ausdrücklich und konsequent als individuelle Erfahrungen und nicht als Anleitung zur Nachahmung beschrieben (vgl. Kapitel 3). Die Erfahrungen aus der Weitergabe und dem Austausch der Pflegeschätze zeigen, dass ihre systematische Darstellung anderen pflegenden Familien kreative Impulse vermitteln kann. Diese Impulse können darin unterstützen, den eigenen Pflegealltag lösungsorientiert zu reflektieren, eigene Pflegeschätze zu erkennen und neue Lösungsansätze für bestehende Herausforderungen zu entwickeln.

Aus dem erhobenen Datenmaterial wird deutlich, dass vielen pflegenden Eltern der Umfang und Wert ihres Erfahrungswissens erstmals im Rahmen der Reflexion des eigenen Alltags bewusst wurde. Insofern kann die Suche nach eigenen Pflegeschätzen bereits bestärkend wirken. Die Eltern erleben sich dabei als selbstwirksam in ihrem Alltag<sup>18</sup>, was dem Gefühl der Machtlosigkeit entgegenwirken kann (Empowerment).

Diese Selbstwirksamkeit ist jedoch wesentlich durch die bestehenden Gegebenheiten begrenzt. Pflegende Eltern sehen sich häufig mit Situationen konfrontiert, in denen institutionelle, strukturelle oder versorgungsbezogene Rahmenbedingungen zu zusätzlichen Belastungen und Herausforderungen führen. Viele Pflegeschätze entstehen daher aus Improvisation, aus Notsituationen und als Reaktion auf konkrete, nicht gedeckte Bedarfe. In diesem Sinne machen Pflegeschätze nicht nur individuelle

---

<sup>17</sup> Die Demokratisierung des Wissens bedeutet, Wissen und Informationen möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen sowie unterschiedliche Personen und Communities mit ihren Perspektiven an der Generierung von (wissenschaftlichem) Wissen zu beteiligen (Raza & Sohaib Murad, 2008).

<sup>18</sup> Die Studienlage zeigt vor allem einen indirekten (moderierend und mediiierenden) Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeitserwartung und der Lebensqualität auf (Czens et al., 2023). Auf den Projektkontext bezogen wird dieser Zusammenhang von Hochschule München untersucht (Herold-Majumdar et al., 2025).

Lösungsstrategien sichtbar, sondern verweisen zugleich auf strukturelle Problemlagen und bestehende Versorgungslücken.

Einige Pflegeschätze weisen darüber hinaus auf eine aktivistische bzw. sozio-politische Dimension von Pflege hin (Schulz, 2025). In den darin dokumentierten Strategien treten pflegende Eltern zuweilen als politisch Handelnde hervor, die Rechte, Sichtbarkeit und Akzeptanz von Gesellschaft und Institutionen für ihre Kinder und sich selbst einfordern.

## 2.6 Literaturverzeichnis

- Blasius, L., Krieser, J., Levering, B. & Zorn, I. (2024). *Die Digitale Tagebuch-Impuls-Methode: Herausforderungen und Potenziale bei der Implementation digitaler (Erhebungs-) Methoden im Kontext partizipativer Forschung und Entwicklung mit selbstorganisiert pflegenden Angehörigen von Kindern mit erhöhtem Unterstützungs- und Pflegebedarf.* Mensch und Computer 2024 - Workshopband. MCI-WS14: Bedürfnisse sind unterschiedlich und verändern sich, Methoden auch? Umdenken bei Forschungsmethoden. Karlsruhe. 1.-4. September 2024. <https://doi.org/10.18420/muc2024-mci-ws14-198>
- Böhle, F. (2015). Erfahrungswissen jenseits von Erfahrungsschatz und Routine. In A. Dietzen, J. J. W. Powell, A. Bahl & L. Lassnigg (Hrsg.), *Bildungssoziologische Beiträge. Soziale Inwertsetzung von Wissen, Erfahrung und Kompetenz in der Berufsbildung* (S. 34–63). Beltz.
- Böhle, F. (2020). Implizites Wissen und subjektivierendes Handeln – Konzepte und empirische Befunde aus der Arbeitsforschung. In R. Hermkes, G. H. Neuweg & T. Bonowski (Hrsg.), *Wirtschaft - Beruf - Ethik: Bd. 38. Implizites Wissen: Berufs- und wirtschaftspädagogische Annäherungen* (S. 37–64). wbv.
- Bowers, B. J. (1987). Intergenerational caregiving: adult caregivers and their aging parents. *Advances in Nursing Science*, 9(2). [https://journals.lww.com/advancesinnursingscience/fulltext/1987/01000/intergenerational\\_caregiving\\_adult\\_caregivers\\_and.6.aspx](https://journals.lww.com/advancesinnursingscience/fulltext/1987/01000/intergenerational_caregiving_adult_caregivers_and.6.aspx)
- Brandt, M., Johannsen, L., Inhestern, L. & Bergelt, C. (2022). Parents as informal caregivers of children and adolescents with spinal muscular atrophy: a systematic review of quantitative and qualitative data on the psychosocial situation, caregiver burden, and family needs. *Orphanet Journal of Rare Diseases*, 17(1), 1–30. <https://doi.org/10.1186/s13023-022-02407-5>
- Richtlinie zur Förderung von Projekten zum Thema „Technologiegestützte Innovationen für Sorgegemeinschaften zur Verbesserung von Lebensqualität und Gesundheit informell Pflegender“. Bekanntmachung vom 10.06.2021, BAnz AT 22.06.2021 B4 (2021).
- Calahorrano, L., Hausmann, K., Praet, M. & Rebaudo, M. (2025). *Daten zur Informellen Pflege: Pflegebedürftige und Pflegende.* <https://public-rest.fraunhofer.de/server/api/core/bitstreams/6efe715c-4193-42e9-8850-3936305f4e9c/content>
- Czens, F., Rana, M [Madiha], Bauer, D. & Rana, M [Majeed]. (2023). Kohärenzgefühl und Selbstwirksamkeit: Zwei gesundheitspsychologische Modelle und ihr Einfluss auf die gesundheitsbezogene Lebensqualität. In J. Plugmann & P. Plugmann (Hrsg.), *Innovationen in der Gesundheitsversorgung* (S. 205–220). Springer Fachmedien Wiesbaden. [https://doi.org/10.1007/978-3-658-41681-2\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-658-41681-2_13)
- Friedman, E. M., Trail, T. E., Vaughan, C. A. & Tanielian, T. (2018). Online peer support groups for family caregivers: are they reaching the caregivers with the greatest needs? *Journal of the American Medical Informatics Association: JAMIA*, 25(9), 1130–1136. <https://doi.org/10.1093/jamia/ocy086>
- Gaver, B., Dunne, T. & Pacenti, E. (1999). Design: Cultural probes. *Interactions*, 6(1), 21–29.

- Helferich, C. (2014). Leitfaden- und Experteninterviews. In N. Baur & J. Blasius (Hrsg.), *Handbuch. Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung* (S. 559–574). Springer VS. [https://doi.org/10.1007/978-3-531-18939-0\\_39](https://doi.org/10.1007/978-3-531-18939-0_39)
- Hennessey, B. A. & Amabile, T. M. (2010). Creativity. *Annual review of psychology*, 61, 569–598. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100416>
- Herold-Majumdar, A., Darching, B. & Gebhardt, J. (2025). Studie »Pflegeschätze«: Sachkompetenz und Innovationskraft pflegender Eltern gezielt in der Selbsthilfe nutzen. *epiKurier*, 31(2), 21–22.
- Herriger, N. (2020). *Empowerment in der Sozialen Arbeit: Eine Einführung* (6., erweiterte und aktualisierte Auflage). W. Kohlhammer Verlag. <https://elibrary.kohlhammer.de/book/10.17433/978-3-17-034147-0>  
<https://doi.org/10.17433/978-3-17-034147-0>
- Hetzel, C., Bühne, D., Michel, W., Holzer, M. & Froböse, I. (2022). Mehr Freiraum für mich? Effekte einer Gruppenintervention für pflegende Angehörige anhand von Routinedaten der SVLFG-Pflegekasse [More free time for me? Effects of a group intervention for informal caregivers based on routine data from the SVLFG long-term care insurance]. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*. Vorab-Onlinepublikation. <https://doi.org/10.1007/s00391-022-02086-8>
- Hippel, E. von (1986). Lead Users: A Source of Novel Product Concepts. *Management Science*, 32(7), 791–805. <https://doi.org/10.1287/mnsc.32.7.791>
- Jennessen, S. (2022). Familien mit pflegebedürftigen Kindern. Lebenslagen – Herausforderungen – Teilhabe. In K. Jacobs, A. Kuhlmeier, S. Greß, J. Klauber & A. Schwinger (Hrsg.), *Pflege-Report 2022: Spezielle Versorgungslagen in der Langzeitpflege* (S. 17–29). Springer Open. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-65204-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-662-65204-6_2)
- Jespersen, A. (2011). *Belastungen und Ressourcen von Pflegeeltern: Analyse eines Pflegeeltern-Onlineforums* (1. Aufl.). ZPE-Schriftenreihe / Zentrum für Planung und Evaluation Sozialer Dienste der Universität Siegen: Nr. 29. ZPE.
- Koch, A., Kozhumam, A. S., Seeler, E., Docherty, S. L. & Brandon, D. (2021). Multiple Roles of Parental Caregivers of Children with Complex Life-Threatening Conditions: A Qualitative Descriptive Analysis. *Journal of pediatric nursing*, 61, 67–74. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2021.03.017>
- Kofahl, C. & Lüdecke, D. (2014). *Familie im Fokus: die Lebens- und Versorgungssituation von Familien mit chronisch kranken und behinderten Kindern in Deutschland ; Ergebnisse der Kindernetzwerk-Studie*. Abteilung Prävention des AOK-Bundesverbandes. [https://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/hintergrund/dossier/selbsthilfe/33selbsthilfestudie\\_web.pdf](https://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/hintergrund/dossier/selbsthilfe/33selbsthilfestudie_web.pdf)
- Krieser, J., Blasius, L., Ackermann, A., Brabänder, W., Darching, B., Fohrmann, K., Göbel, S., Herold-Majumdar, A. & Zorn, I. (im Druck). Verfahrensweisen zur Gestaltung von Partizipation: Visualisierung und Transfer familialer Innovationen mit selbstorganisiert pflegenden Eltern. In M. Schaller, P. Held, C. Kunze & F. Fischer (Hrsg.), *Care - Forschung und Praxis: Bd. 11. Technik und Sorge Theorie, Kritik und Empirie zur Partizipation von informell Pflegenden* (1. Auflage). transcript transcript.

- Krieser, J., Blasius, L., Schulz, M. M. & Levering, B. (eingereicht). Instagram as a Tool for Field Access in Participatory Research. *European Social Work Research*.
- Kuckartz, U. & Rädiker, S. (2022). *Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung: Grundlagentexte Methoden* (5. Auflage). *Grundlagentexte Methoden*. Beltz Juventa.  
[http://www.content-select.com/index.php?id=bib\\_view&ean=9783779955337](http://www.content-select.com/index.php?id=bib_view&ean=9783779955337)
- Kunz, A. M. (2018). *Einführung in Diary-Verfahren: Theorie und Praxis in qualitativer Forschung* (1. Auflage). *Grundlagentexte Methoden*. Beltz Juventa.  
<http://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-epflicht-1141465>
- Lancaster, K., Bhohti, A., Kern, M. L., Taylor, R., Janson, A. & Harding, K. (2023). Effectiveness of peer support programmes for improving well-being and quality of life in parents/carers of children with disability or chronic illness: A systematic review. *Child: Care, Health and Development*, 49(3), 485–496. <https://doi.org/10.1111/cch.13063>
- Lehner, F. (2021). *Wissensmanagement: Grundlagen, Methoden und technische Unterstützung* (7., überarbeitete und erweiterte Auflage). *Hanser eLibrary*. Hanser.  
<https://doi.org/10.3139/9783446468115>
- Matzk, S., Tsiasioti, C., Behrendt, S., Jürchott, K. & Schwinger, A. (2022). Pflegebedürftigkeit in Deutschland. In K. Jacobs, A. Kuhlmeier, S. Greß, J. Klauber & A. Schwinger (Hrsg.), *Pflege-Report 2022: Spezielle Versorgungslagen in der Langzeitpflege* (S. 251–286). Springer Open. [https://doi.org/10.1007/978-3-662-65204-6\\_17](https://doi.org/10.1007/978-3-662-65204-6_17)
- Mischke, C. (2012). Ressourcen pflegender Angehöriger - eine Forschungslücke? Gesundheitssoziologische und empirische Annäherung an ein bislang vernachlässigtes Forschungsfeld [Resources and their meaning for caregivers—a gap in research? Health sociological and empirical approach to a hitherto neglected field of research]. *Pflege*, 25(3), 163–174. <https://doi.org/10.1024/1012-5302/a000199>
- Müller, K. (2020). Was bedeutet „Lifhack“? Bedeutung und Definition. <https://www.netzwelt.de/abkuerzung/181822-bedeutet-lifhack-bedeutung-definition.html>
- Nolan, M., Keady, J. & Grant, G. (1995). Developing a typology of family care: implications for nurses and other service providers. *Journal of Advanced Nursing*, 21(2), 256–265. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.1995.tb02522.x>
- Oetting-Roß, C., Schnepf, W. & Büscher, A. (2019). Elterliche Sorgearbeit: Familiäre Palliativpflege lebenslimitierend erkrankter Kinder und Jugendlicher. *QuPuG : Journal für qualitative Forschung in Pflege- und Gesundheitswissenschaft*, 6(1), 27–36.
- Raza, A. & Sohaib Murad, H. (2008). Knowledge democracy and the implications to information access. *Multicultural Education & Technology Journal*, 2(1), 37–46. <https://doi.org/10.1108/17504970810867142>
- Schulz, M. M. (2025). *Väter pflegebedürftiger Kinder: eine qualitative Untersuchung zur Gestaltung familiärer Pflege: [Unveröffentlichte Masterarbeit]. MA-Thesis zur Erlangung des MA in Management und Pädagogik der Sozialen Arbeit. Betreut von Prof. Dr. Isabel Zorn und M. A. Johanna Krieser. Köln. Technische Hochschule Köln, Fak. f. Angewandte Sozialwissenschaften, Institut für Medienforschung und Medienpädagogik.*

- Statistisches Bundesamt. (2025). *Statistik über d. Empfänger v. Pflegegeldleistungen: Stichtag: 31.12.2023*.  
<https://www-genesis.destatis.de/datenbank/online/statistic/22421/table/22421-0001>
- Stickdorn, M., Frischhut, B. & Schmid, J. S. (2014). Mobile ethnography: A pioneering research approach for customer-centered destination management. *Tourism analysis*.
- Swann, P. (2014). *Common innovation: How we create the wealth of nations*. Edward Elgar.
- Theunissen, G. (2022). *Empowerment: Wegweiser für Inklusion und Teilhabe behinderter Menschen* (4., aktualisierte Auflage). *Inklusion*. Lambertus.
- Thiersch, H. (2020). *Lebensweltorientierte Soziale Arbeit – revisited*. Beltz Juventa.
- Trapani, G. (2005). *Interview: father of „life hacks“ Danny O’Brien*.  
<https://lifehacker.com/interview-father-of-life-hacks-danny-obrien-36370>
- Wang, C. & Burris, M. A. (1997). Photovoice: Concept, Methodology, and Use for Participatory Needs Assessment. *Health education & behavior: the official publication of the Society for Public Health Education*, 24(3), 369–387.
- Wingenfeld, K. (2021). Bei Versorgung von Kindern auch die Eltern unterstützen. *Pflegezeitschrift*, 74(9), 52–55. <https://doi.org/10.1007/s41906-021-1113-8>
- Zapf, W. (1989). Über soziale Innovationen. *Soziale Welt*, 40(1/2), 170–183.
- Zorn, I., Krieser, J., Levering, B. & Herold-Majumdar, A. (2024). Empowering family carers: Discovering and sharing creative ideas to navigate daily life. *Gerontechnology*, 23(2), 1.  
<https://doi.org/10.4017/gt.2024.23.s.1092.opp>

### **3. Praxisteil**

#### **3.1 Haftungsausschluss**

Zweck der folgenden Zusammenstellung von Pflegeschätzen in diesem Praxisteil ist es, diverse Erfahrungen und das Bewältigungshandeln – also die Pflegeschätze – pflegender Familien zu veranschaulichen, ihre Praktiken aufzuzeigen und so die Sichtbarkeit für die Lage pflegender Familien zu erhöhen.

Bei der Beschreibung der Pflegeschätze handelt es sich also um die Darstellung von individuellen Erfahrungsberichten informell Pflegender. Die Beschreibung der Erfahrungen basiert ausschließlich auf den Aussagen und Angaben von pflegenden Familien. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass diese Erfahrungsberichte nicht medizinisch, pflegefachlich oder wissenschaftlich geprüft wurden. Sie sind auch nicht von einer offiziellen und autorisierten Stelle validiert. Der Forschungsverbund kontrolliert nicht, überwacht nicht und verantwortet nicht die Qualität der erhobenen Erfahrungen und Bewältigungspraktiken.

Es handelt sich ausdrücklich nicht um fachlich geprüfte Handlungsanweisungen und nicht um zur Nachahmung vorgesehene Empfehlungen. Die bereitgestellten Erfahrungsberichte dienen ausschließlich allgemeinen Informationszwecken und ersetzen keine individuelle Beratung durch Pflegefachkräfte, Ärzt\*innen oder andere Fachkräfte. Für individuelle Fragen und spezielle Pflegesituationen wenden Sie sich an die entsprechenden Fachkräfte.

Die Nutzung der bereitgestellten Erfahrungsberichte erfolgt auf eigene Verantwortung.

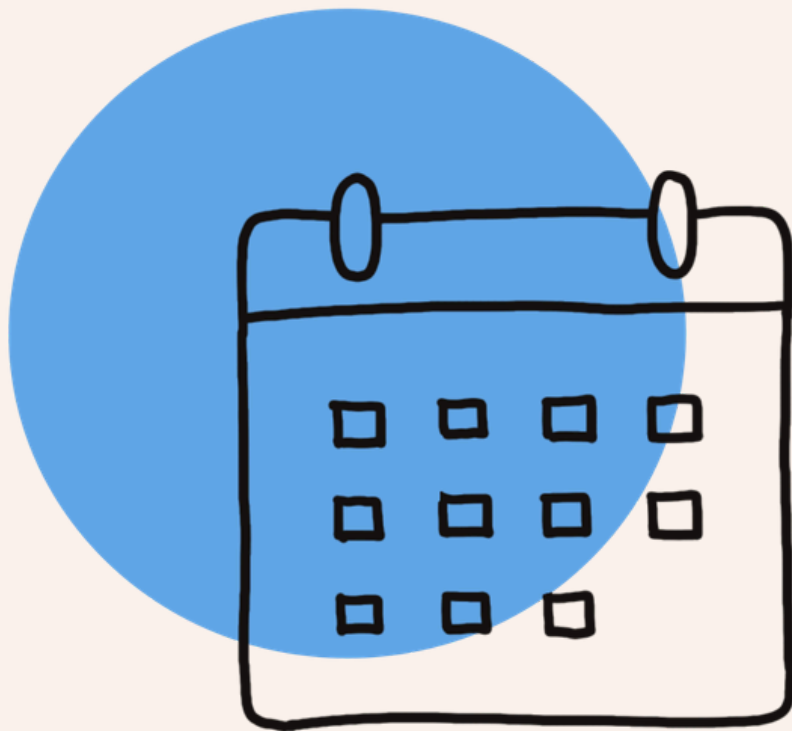
Der Forschungsverbund übernimmt keine Verantwortung für die inhaltliche Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechtmäßigkeit der veröffentlichten Berichte. Für Schäden, die sich aus der Nachahmung von Lösungen oder der Umsetzung von Erfahrungsberichten ergeben, insbesondere für schwerwiegende gesundheitliche Folgen, die die Nutzer\*in erleidet, einschließlich des Todes, haftet weder der Forschungsverbund noch irgendeine andere Person oder Organisation.

### **3.2 Die Pflegeschätze nach Kontexten**

Der nachstehende Praxisteil der Pflegeschätze-Sammlung enthält 168 Pflegeschätze von 31 pflegenden Familien, die im Rahmen des Projektes *Pflegeschätze* erhoben und für ein breites nicht-wissenschaftliches Publikum verständlich dargestellt wurden (vgl. Kapitel 2). Bei der vorliegenden Sammlung handelt es sich um alle bis zum Februar 2026 aus dem erhobenen Datenmaterial identifizierten, beschriebenen und dargestellten Pflegeschätze. Diese werden in Kapitel 2.3.2 nach Kontexten (vgl. Kapitel 2.3) geordnet vorgestellt. Bei den dargestellten Pflegeschätzen handelt es sich um Alltagserfahrungen von realen pflegenden Familien. Die Pflegeschätze sind nicht als Empfehlung zur Nachahmung und nicht als Handlungsanweisung zu verstehen (vgl. Kapitel 3.1).

Alle Pflegeschätze sind immer mit Blick auf den Nutzen für die pflegenden Angehörigen beschrieben, denn die Lebensqualitätsverbesserung pflegender Angehöriger zählt zu den Projektzielen. Da die dargestellten Pflegeschätze ausschließlich von pflegenden Eltern und nicht von anderen Angehörigen stammen, werden in den Beschreibungen nur diese benannt. Sofern das Geschlecht nicht relevant ist, wird die neutrale Bezeichnung „Elternteil“ mit dem Pronomen „er“ verwendet.

# ALLTAGS- ORGANISATION





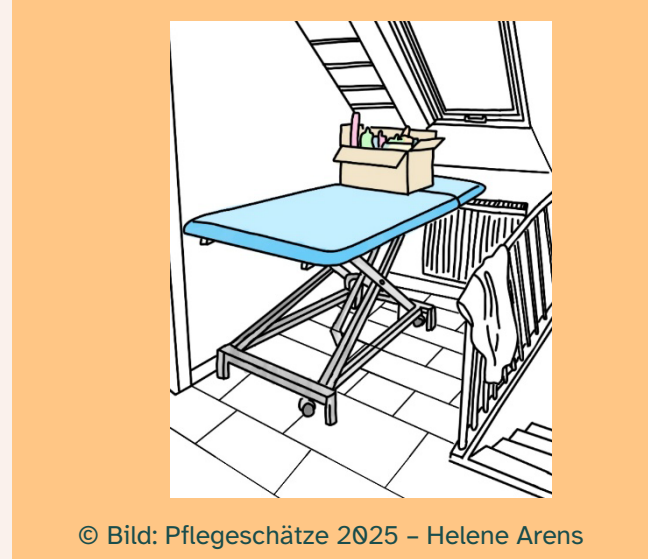
**Schlagworte:** Raumnutzung ■ Hilfsmittel ■ Körperübungen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind regelmäßig Körperübungen machen muss. Dafür brauchen sie eine Physio-Liege. Die Liege passt aber in keines der Zimmer.

### Der Pflegeschatz

Die Familie benutzt den Platz im Flur. Hier passt die Liege gut hin. Die Übungen werden also auch im Flur gemacht.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Helene Arens

### Nutzenbeschreibung

Die Liege steht nicht im Weg und muss nicht immer auf- und abgebaut werden. Das spart Arbeit und Zeit.



**Schlagworte:** Sehbehinderung ■ Hilfsmittel ■ Mental Load

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass im Alltag unterschiedliche Hilfsmittel benötigt werden. Zum Beispiel müssen die Kontaktlinsen des Kindes manchmal gereinigt werden oder das Kind braucht Ersatzlinsen, weil es eine Kontaktlinse verliert. Die Hilfsmittel werden zu unterschiedlichen Zeiten an verschiedenen Orten benötigt. Es kann nur schwer geplant werden, wann und wo sie benötigt werden.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben mehrere kleine Taschen gepackt. Diese Taschen stehen an unterschiedlichen Orten im Haus. Zum Beispiel: Eine Tasche ist im Auto. Eine andere Tasche kann in der Handtasche mitgenommen werden.

In den Taschen sind wichtige Dinge, die sie im Notfall schnell benötigen. Zum Beispiel Ersatz-Kontaktlinsen und dafür notwendiges Zubehör. So müssen die Eltern nicht lange suchen. Die Taschen nennt der Elternteil Notfalltaschen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Notfalltaschen geben ein gutes und sicheres Gefühl. Im Notfall sind alle wichtigen Dinge griffbereit.



**Schlagworte:** Wohnraum ■ Hörgeräte ■ Aufbewahrung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind Hörgeräte nutzt. Für die Hörgeräte wird viel Zubehör benötigt.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat in der Küche einen geschlossenen Regalwürfel an der Wand angebracht.

Im Regal liegen alle Sachen für die Hörgeräte. Zum Beispiel Reinigungsmittel, Batterien und die Frequenzmodulations-Anlage (FM-Anlage).



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Alle wichtigen Dinge für die Hörgeräte sind an einem Ort, was Zeit spart. Das Regal ist in der Küche, weil es dort für die Familie am praktischsten ist.

### Zusatzinformation

Die FM-Anlage ist ein drahtloses System, das Sprache direkt an Menschen mit Hörbeeinträchtigungen überträgt.



**Schlagworte:** Bürokratie ■ Organisation ■ Digitalisierung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er viele verschiedenen Dokumente und Formulare unterschreiben und aufheben muss. Diese kommen von Ärzten, Behörden oder anderen Stellen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil scannt alle Unterlagen und Dokumente ein, so dass alle digital vorliegen. Die digitalen Dokumente speichert der Elternteil in einer Cloud.

Außerdem hat der Elternteil eine Datei mit einem Foto von seiner Unterschrift auf dem Computer. Diese Unterschrift kann er in den PDF-Reader einlesen und so PDF-Dokumente digital unterschreiben.



Bild: KI-generiert mit Canva MagicMedia

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil findet es im Alltag hilfreich, alle Unterlagen digital zu haben. So kann er überall auf die Dokumente zugreifen und muss sie nicht für Unterschriften ausdrucken. Außerdem behält er leichter den Überblick im Kontakt mit Behörden.



**Schlagworte:** Bedürfnisse ■ Wünsche ■ Teenager

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Eltern mit ihrem pflegebedürftigen Kind meist zu Hause sind. Deshalb kann das Geschwisterkind, ein Teenager, nicht allein und ungestört mit Freund\*innen zu Hause sein. Das Geschwisterkind wünscht sich, das auch zu dürfen.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern nehmen den Wunsch ernst und sorgen dafür, dass das Geschwisterkind auch mal allein zu Hause sein kann.

Dafür übernachten sie mit dem pflegebedürftigen Kind bei den Großeltern oder in einem Hotel.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern berücksichtigen die Wünsche und Bedürfnisse des Geschwisterkindes. Dadurch ist es zufriedener.

### Zusatzinformationen

Den Eltern ist es generell wichtig, dass Dinge, die zu einem normalen Alltag gehören, auch weiterhin möglich sind.



**Schlagworte:** Nonverbale Kommunikation ■ Morgenroutine ■ Checkliste

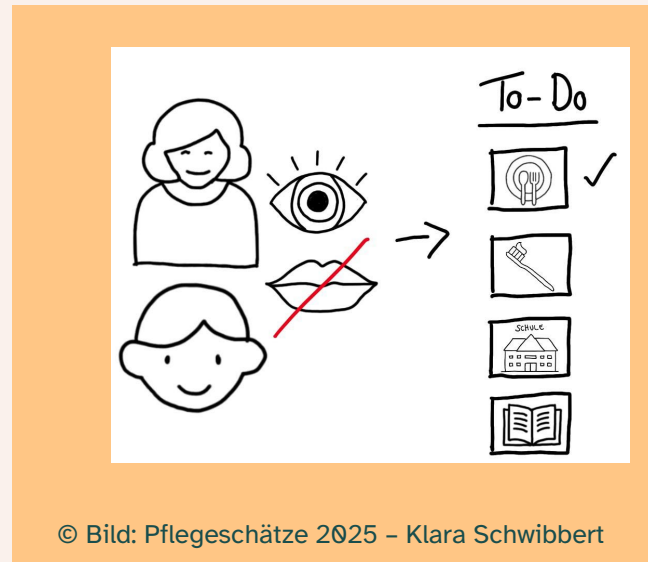
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es morgens am besten ist, so wenig wie möglich mit seinem Kind zu sprechen. Gleichzeitig braucht das Kind Erinnerungen, um alle Aufgaben zu erledigen.

### Der Pflegeschatz

Die Familie nutzt eine Liste mit den wichtigen Punkten, die das Kind morgens machen muss.

So kann ein Elternteil durch Draufzeigen dem Kind mitteilen, was als Nächstes zu tun ist, ohne sprechen zu müssen.



### Nutzenbeschreibung

Die Eltern können ihr Kind seinen Bedürfnissen entsprechend an die zu erledigenden Aufgaben am Morgen erinnern.

### Zusatzinformationen

Die Familie hat die Liste später mit Bildern ergänzt.



**Schlagworte:** Bürokratie ▪ Bedarfe ▪ Alltagserleichterung

## Ausgangslage

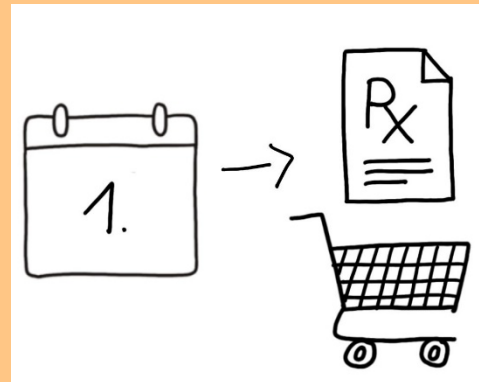
Ein Elternteil erzählt, dass er sich jeden Monat um die Rezepte von der Ärzt\*in sowie um die Neubestellung von Medikamenten und Materialien kümmern muss.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil erledigt dies immer am ersten Tag jeden Monats.

Verbrauchsmaterialien trägt er in eine Bedarfsliste ein. Er macht ein Foto und schickt das Foto per Email an die Versorger.

Bei der Kinderärzt\*in kann er Rezepte mit einer App bestellen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil sorgt so dafür, dass alles Notwendige für den Monat bestellt wird. Der feste Ablauf spart Zeit und gibt Sicherheit, da alles pünktlich erledigt wird.



**Schlagworte:** Eigenständigkeit ■ Essen ■ Arbeitsentlastung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind den Wunsch hat, alltägliche Dinge alleine zu machen. Der Elternteil möchte dem Kind erlauben, es zu versuchen, auch wenn nicht immer alles klappt.

Das Kind möchte zum Beispiel alleine Essen. Dabei fällt oft etwas runter und das Saubermachen kann anstrengend sein.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat für sein Kind ein Lätzchen besorgt. Dieses ist besonders groß. Das Lätzchen wird unter den Teller oder die Schale geklemmt. So fällt das Essen nicht so schnell herunter.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil hat nach dem Essen weniger Arbeit. Das Essen fällt nicht auf den Boden und muss nicht weggeputzt werden.



**Schlagworte:** Sicherheit ■ Alltag ■ Nachtruhe

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind in der Nacht einen Schutz braucht, damit es nicht aus dem Bett fällt. Der Elternteil möchte aber kein Pflegebett.

### Der Pflegeschatz

Das Kind hat ein Bett von einem bekannten Möbelhersteller. Beim Schreiner (Tischler) hat der Elternteil sich einen individuellen Rausfallschutz für das Bett bauen lassen.

An einer Seite von dem Bett ist ein Brett angebaut. Zum Einsteigen kann dieses Brett komplett nach unten geklappt werden. Wenn das Kind schläft, klappt der Elternteil das Brett hoch und macht es fest.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

So kann das Kind nachts nicht aus dem Bett fallen. Für den Elternteil bringt dieses Bett ein Stück Normalität. Gleichzeitig muss sich der Elternteil keine Sorgen machen, denn das Kind schläft sicher.



**Schlagworte:** Flexibilität ■ Umdenken ■ Alltag

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Familie lange versucht hat, gemeinsam am Tisch zu essen. Das führte zu Unruhe und war sehr anstrengend.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat ihre Vorstellung vom gemeinsamen Essen verändert und Gewohnheiten angepasst. Wichtig ist der Familie nicht, wie die Mahlzeit abläuft, sondern dass sich alle dabei wohlfühlen.

Die Familie isst zum Beispiel gemeinsam auf dem Boden. Dort kann sich das Kind freier bewegen und besser regulieren. Die Familie hat auch andere Wege ausprobiert. Manchmal darf das Kind auf dem Tisch sitzen und dort essen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

So können alle gemeinsam entspannt essen und allen geht es dabei gut.

**Schlagworte:** Nahrungsaufnahme ■ Digitale Unterstützung ■ Bedürfnisorientiert

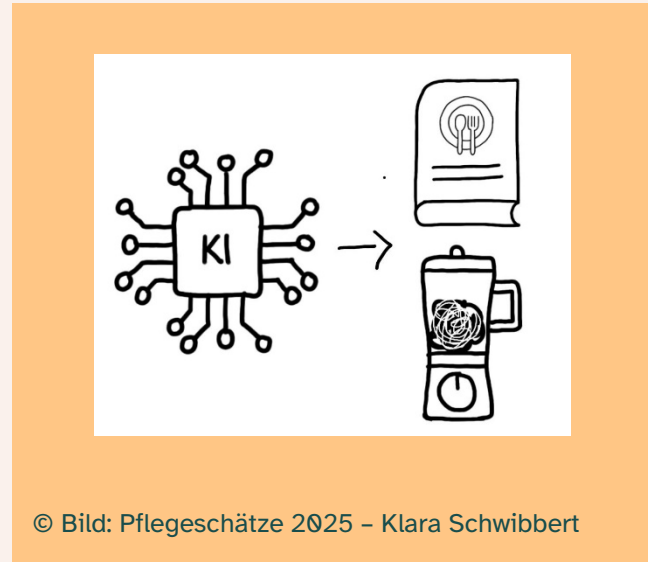
## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind spezielle Essgewohnheiten hat. Es braucht kalorienreiche Nahrung und kann nur Püriertes essen.

## Der Pflegeschatz

Zweimal pro Woche kocht das Elternteil große Mengen an püriertem Essen mit einer Küchenmaschine und friert es ein. Dazu gehören Mittag- und Abendessen und verschiedene Porridge-Varianten fürs Frühstück.

Für Rezepte nutzt der Elternteil Künstliche Intelligenz (KI). Er gibt an, welche Zutaten wichtig sind und dass das Essen kalorienreich (hochkalorisch) und püriert sein soll.



## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil kann ohne viel Mühe abwechslungsreich kochen und bekommt dank der Künstlichen Intelligenz viele passende Rezepte für sein Kind.



**Schlagworte:** Wohnraumgestaltung ■ Platzmangel ■ Teilhabe

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Küche in der Wohnung der Familie klein ist. Sie hat zwei Türen: eine führt zum großen Flur, die andere zum Wohnzimmer.

In der Küche ist wenig Platz. Deshalb passen Hilfsmittel, wie zum Beispiel ein Therapiestuhl, den eines der Kinder braucht, nicht hinein. Das Kind kann daher nicht mit den Eltern in der Küche sein. Aber das Kind möchte die Eltern immer sehen, sonst ist es verunsichert.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat den Durchgang zum Wohnzimmer mit einer Küchenzeile teils zugemacht. Das schafft eine große Arbeitsfläche in der Küche und eine Art Durchreiche oder Theke zum Wohnzimmer.

Der Therapiestuhl des Kindes steht auf der Wohnzimmerseite. So kann das Kind den Elternteil sehen, während dieser in der Küche auf der anderen Seite der Arbeitsfläche arbeitet.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil kann frei in der Küche arbeiten, während das Kind in seinem Therapiestuhl im Wohnzimmer sitzt. So kann das Kind den Elternteil beobachten und ist zufrieden.



**Schlagworte:** Raumaufteilung ■ kleiner Wohnraum ■ Platzmangel

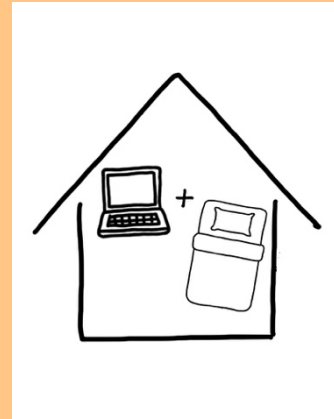
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Wohnung der Familie nicht genug Zimmer hat. Die Familie hat zwei Kinder und braucht ein Arbeitszimmer. Es gibt aber nur zwei Räume, die als Kinder- oder Arbeitszimmer genutzt werden können.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben entschieden, dass die Kinder kein Zimmer teilen. Ein Kind hat eine Behinderung und braucht viel Hilfe. Das andere Kind wird selbstständiger und will auch allein spielen. Deshalb hat es ein eigenes Zimmer, in dem die Kinder manchmal zusammenspielen.

Das Spielzeug des Kindes mit Behinderung ist im Wohnzimmer. Sein Pflegebett steht in einem Zimmer mit dem Schreibtisch eines Elternteils.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Kombination von Pflegebett und Arbeitszimmer hilft der Familie, ihren Wohnraum optimal und passend zu nutzen.

**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Möbel ■ Ergonomie

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind im Alltag viele Hilfsmittel, wie zum Beispiel einen Rollstuhl oder einen Stehständer braucht. Je nach Hilfsmittel muss der Tisch in einer anderen Höhe sein.

## Der Pflegeschatz

Die Familie nutzt einen elektrischen, höhenverstellbaren Schreibtisch. Dieser kann einfach und schnell mit einer Hand in der Höhe verstellt werden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Der Tisch lässt sich leicht an verschiedene Situationen und Bedürfnisse der Familie anpassen.

Das Kind kann den Schreibtisch in verschiedenen Positionen und mit unterschiedlichen Hilfsmitteln nutzen. Zum Beispiel im Rollstuhl, im Stehen, im Therapiestuhl oder mit dem Walker.

Die Eltern können den Tisch mit einer Hand verstellen, während sie ihrem Kind mit der anderen Hand Hilfestellung geben.

## Zusatzinformationen

Der Elternteil erzählt, dass der Schreibtisch eine der besten Investitionen der Familie war, auch wenn er etwas teuer war.



**Schlagworte:** Alltagsorganisation ■ Informationsmanagement ■ Kommunikation

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er oft interessante Links und Informationen findet, die nicht sofort wichtig sind.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat einen Messenger-Chat mit sich selbst, um Links zu speichern und an einem zentralen Ort zu sammeln.

Die beiden Eltern haben auch einen gemeinsamen Chat im Messenger, nur für wichtige Themen und Informationen rund um das pflegebedürftige Kind.

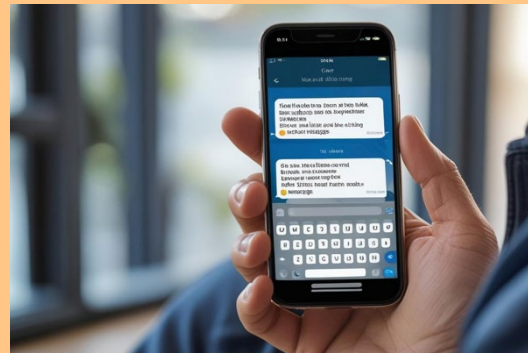


Bild: KI-generiert mit Canva Magic Media

### Nutzenbeschreibung

Relevante Informationen sind an einem Ort gesammelt und die Eltern können schnell und unkompliziert darauf zugreifen.

### Zusatzinformationen

Die Familie nutzt WhatsApp als Messenger.



**Schlagworte:** Spezialinteresse ■ Konfliktvermeidung ■ Wohnraum

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind sehr gerne mit Kunststoff-Figuren spielt und dies das Spezialinteresse des Kindes ist.

Wenn die Figuren weggeräumt werden mussten, gab es oft Stress in der Familie.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat einen eigenen Bereich eingerichtet, in dem die Figuren stehen bleiben dürfen. Niemand außer dem Kind fasst die Figuren an.



Bild: KI-generiert mit Canva Magic Media

### Nutzenbeschreibung

Das hat den Alltag für alle entspannter gemacht.

### Zusatzinformationen

Die Familie hat den Bereich im Dachgeschoss eingerichtet.



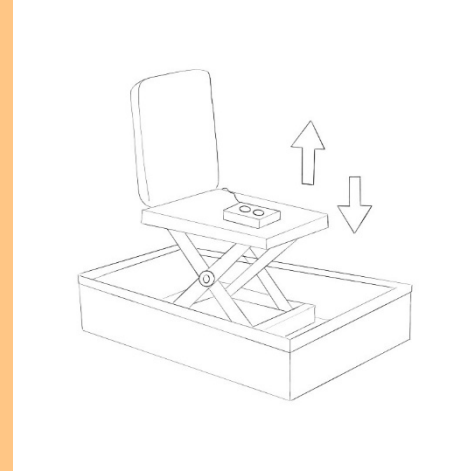
**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Ordnung ■ Praktikabilität

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind Hilfe bei der Körperpflege braucht.

## Der Pflegeschatz

Die Familie benutzt einen Badewannenlift und stellt ihn in eine Katzenklo-Wanne. Diese einfache viereckige Wanne passt genau für den Lift.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Der Badewannenlift macht das Waschen des Kindes leichter. Die Eltern müssen das Kind nicht mehr hochheben und können es auch in Schräglage gut waschen.

Durch das Abstellen des Lifts im Katzenklo bleibt der Boden trocken und alles kann leicht aufgeräumt werden.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Platzmangel ■ Möbel

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind meistens im Wohnzimmer spielt. Da das Kind nicht allein sitzen kann, braucht es Platz und Hilfsmittel. Es sitzt zum Beispiel auf dem Boden vor der Couch, wird mit schweren Kissen gestützt und hat Spielzeug auf einem niedrigen Tablett vor sich. Dafür muss der Couchtisch der Familie weggeschoben werden, was mit ihrem normalen Couchtisch umständlich ist.

## Der Pflegeschatz

Deshalb hat der Elternteil Rollen unter den vorhandenen Couchtisch geschraubt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

So kann der Tisch einfach und schnell verschoben werden. Das ist praktisch und die Familie kann den Platz im Wohnzimmer flexibel nutzen.

Wenn die Familie auf der Couch sitzt, kann sie den Tisch davorschieben. Braucht sie aber Platz für ihr Kind, kann der Couchtisch leicht zur Seite geschoben werden.



**Schlagworte:** Visualisierung ■ ADHS ■ Zeitmanagement

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind mit ADHS Probleme mit dem Zeitgefühl hat und ihm alltägliche Aufgaben wie Anziehen und Zähneputzen schwerfallen. Jeder Schritt der Morgenroutine dauert lange und kostet viel Energie. Der Elternteil findet es langweilig und wird ungeduldig, wenn er lange daneben stehen und helfen muss.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat deshalb Hilfen eingeführt, um die Zeit zu strukturieren. Eine Wanduhr mit Markierungen ist eine dieser Hilfen.

Der Elternteil hat rote Dreiecke an eine Wanduhr geklebt, die er zu Hause hatte. Die Markierungen unterteilen den Morgen in Zeitabschnitte. Sie zeigen an, wann es Zeit für Aufgaben wie Zähneputzen, Anziehen und Frühstück ist.

Zwischen den Aufgaben gibt es genug Zeit, damit die Struktur nicht zu eng ist.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das Kind kann auf der Uhr schnell sehen, wann es mit der nächsten Aufgabe beginnen soll. Es hat dazwischen auch Zeit, um zum Beispiel auf dem Sofa zu entspannen oder Fußball zu spielen.

Dadurch schafft das Kind es, die Morgenroutine zu erledigen. Das entlastet den Elternteil und der Morgen ist entspannter.



**Schlagworte:** Alltagsorganisation ■ ADHS ■ Selbstfürsorge

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, welchen Tipp er anderen Eltern von Kindern mit ADHS geben würde.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil findet es wichtig, immer einen Plan B zu haben.

Er denkt sich selbst oft Alternativen aus, falls der erste Plan nicht klappt. Zum Beispiel hat er immer mehrere Ideen, wie das Kind seine Schulaufgaben machen kann.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Dieses vorrauschauende und gleichzeitig flexible Planen hilft dem Elternteil entspannt zu bleiben und alltägliche Aufgaben zu meistern.



**Schlagworte:** ADHS ■ Morgenroutine ■ Alltagsorganisation

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sein Kind morgens viel unterstützen muss. Das Kind kommt schwer in den Tag und hat Probleme, sich aufs Fertigmachen zu konzentrieren.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil steht zehn Minuten vor seinem Kind auf und trinkt in Ruhe einen Kaffee.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Die kurze Pause hilft dem Elternteil entspannter in den Tag zu starten und sein Kind gut zu begleiten.



**Schlagworte:** Getrennterziehend ■ Konflikte ■ Informationsmanagement

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sich von seiner Partner\*in getrennt hat. Beide Eltern kümmern sich abwechselnd um die Kinder, die ein paar Tage beim Vater und ein paar Tage bei der Mutter wohnen (Wechselmodell). Eines der gemeinsamen Kinder braucht mehr Unterstützung im Alltag, daher müssen die Eltern viel planen und besprechen. Kurz nach der Trennung führten persönliche Gespräche bei den Eltern aber oft zu Streit.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern nutzen ein Notizbuch als Übergabeprotokoll. Wenn die Kinder zum anderen Elternteil wechseln, geben sie es mit. Sie schreiben alle wichtigen Infos und Anliegen hinein.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Das Notizbuch hilft den Eltern, sich ohne Streit über die Kinder auszutauschen. Mit etwas Abstand können sie die Einträge in Ruhe lesen und antworten. Dadurch können sie Missverständnisse oder Streit vermeiden.

### Zusatzinformationen

Mittlerweile nutzen die Eltern auch die Kommunikation mit Sprachnachrichten. Diese können sie auch mit Abstand abhören.



**Schlagworte:** Visualisierung ■ Organisation ■ ADHS

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind kein gutes Zeitgefühl hat. Es weiß oft nicht, wie lange eine Aufgabe dauert oder wie viel Zeit vergangen ist. Außerdem hat es Schwierigkeiten, das zu tun, was es muss, anstatt das zu tun, was es tun möchte (Impulskontrolle).

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat einen optischen Wecker gekauft. Er kann eine Scheibe drehen und so die Zeit einstellen. Es wird ein farbiger Bereich sichtbar. Der farbige Bereich wird kleiner, wenn die Zeit abläuft. Das Kind kann dadurch sehen, wie die Zeit vergeht.

Die Familie nutzt den Wecker zum Beispiel, um die Zeit für Hausaufgaben festzulegen. Der Elternteil zeigt mit dem Wecker auch, wie viel Zeit bleibt, bis sie das Haus verlassen. Manchmal fragt der Elternteil das Kind, wie lange es zum Beispiel noch Fußball spielen möchte, bevor es mit den Hausaufgaben beginnt und stellt danach den Wecker ein.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Der Wecker hilft dem Kind manchmal, die Zeit besser einzuschätzen und Dinge zu erledigen, auf die es keine Lust hat. Das ist eine Entlastung für den Elternteil, da er sich nicht so oft wiederholen muss. Tägliche Abläufe klappen dadurch manchmal besser.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil sagt auch, dass der Wecker nicht immer hilft. Manchmal verstellt das Kind den Wecker und die Zeit stimmt nicht mehr.



**Schlagworte:** ADHS ■ Visualisierung ■ Wechselmodell

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass seine zwei Kinder an einigen Tagen der Woche beim Vater und an anderen Tagen bei der Mutter wohnen. Zudem haben die Kinder Hobbys und Verabredungen.

Obwohl die Woche meistens gleich abläuft, ist es für eines der Kinder schwierig zu wissen, wann was passiert. Das Kind hat ADHS – deswegen ist es für die Familie herausfordernd pünktlich zu Terminen zu kommen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat deshalb eine große Tafel (ein Whiteboard) in den Flur gehängt. Die Tafel zeigt einen Wochenplan mit Zeilen und Spalten, um den Ablauf der Woche sichtbar zu machen.

Der Elternteil trägt dort für jedes Familienmitglied in einer anderen Farbe die Hobbys, Termine und gemeinsame Ausflüge ein. Außerdem können die Kinder auf dem Plan sehen, wann sie beim Vater und wann bei der Mutter sind.

Jeden Sonntag wird die neue Woche gemeinsam besprochen und die Tafel aktualisiert.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Den Wochenplan empfindet der Elternteil als Entlastung im Alltag. Er muss sich nicht so oft wiederholen und die Kinder daran erinnern, was ansteht. Die Kinder können selbstständig auf den Plan schauen.

Durch die visuelle Darstellung versteht das Kind mit ADHS besser, wie die kommende Woche ablaufen wird und was wann von ihm erwartet wird. So kann es zum Beispiel leichter selbstständig erkennen, ob eine Verabredung mit einem Freund oder ein Spiel vor dem Fußballtraining noch möglich ist.



**Schlagworte:** Visualisierung ■ Morgenroutine ■ ADHS

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es morgens oft stressig ist. Die Kinder sollen sich für die Schule fertig machen, aber sie wollen lieber etwas anderes tun. Besonders für das Kind mit ADHS ist es schwierig, notwendige Aufgaben am Morgen zu machen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat deshalb einen klappbaren Kalender gebastelt. Dieser veranschaulicht die Morgenroutine. Für jede Aufgabe, wie zum Beispiel das Zähneputzen oder Haare kämmen, gibt es ein Bild.

Die Kinder können die Bilder mit einem Klettverschluss zuklappen, wenn eine Aufgabe erledigt ist.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Kinder wissen genau, was zu tun ist. Sie finden es spannend, die Bilder selbst umzuklappen. Manchmal machen sie daraus einen Wettkampf. Das motiviert sie, ihre Aufgaben schneller zu erledigen. Dadurch wird der Morgen für den Elternteil entspannter.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil braucht den Kalender inzwischen nicht mehr. Zudem hat er früher manchmal gut geholfen und manchmal auch nicht.



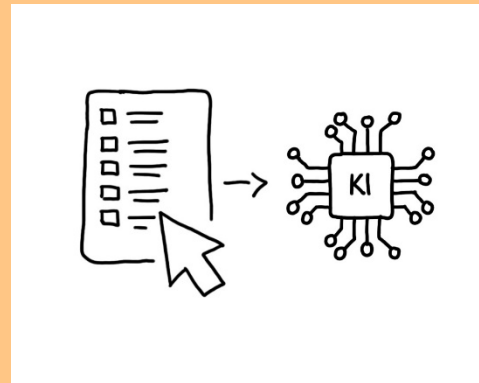
**Schlagworte:** Unterstützung ▪ Kommunikation ▪ Bürokratie

### Ausgangslage

Eltern von Kindern mit erhöhtem Unterstützungs- und Pflegebedarf müssen häufig viele Anträge stellen und mit Behörden kommunizieren.

### Der Pflegeschatz

Ein Elternteil erzählt, dass er oft Künstliche Intelligenz (KI) nutzt, um sich ein schriftliches Grundgerüst für Briefe und Anträge erstellen zu lassen. Er ergänzt dann selbst wichtige Details und Aspekte.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil findet, dass diese Vorgehensweise viel Zeit und Mühe spart.



**Schlagworte:** ■ Selbstgemacht ■ Barrierefreiheit ■ Anpassung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt von Selbstbau-Projekten (Do-it-yourself), die ihm den Alltag mit seinem körperbehinderten Kind erleichtern.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat eine Poolnudel zerschnitten und an die Kanten des Kindertisches angebracht. Er hat auch Poolnudeln am Walker des Kindes angebracht.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Am Kindertisch ist die Poolnudel eine Begrenzung. Am Walker (Laufhilfe) ist sie ein Kantenschutz und verhindert Schäden an Möbeln und Wänden.



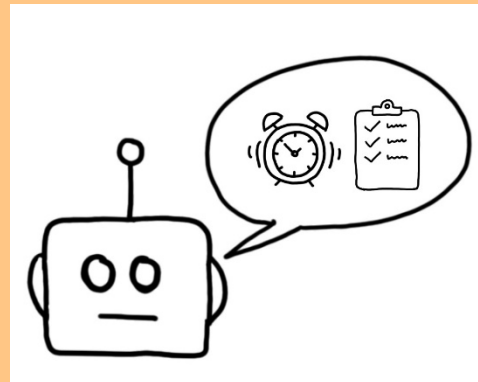
**Schlagworte:** Technologie ■ Entlastung ■ Alltagsstruktur

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind sich viele Dinge schwer oder gar nicht merken kann. Damit Tagesabläufe gut klappen, muss der Elternteil seinem Kind mehrmals stündlich erklären, was als Nächstes passiert.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil nutzt deshalb einen cloudbasierten Sprachassistenten. Der Sprachassistent erinnert das Kind regelmäßig an die nächsten Aktivitäten und Aufgaben.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil muss das Kind nicht mehr alleine an alles erinnern. Der Sprachassistent hilft dabei. Das hilft dem Elternteil vor allem dann, wenn er überlastet ist oder Angst hat, unfreundlich zu seinem Kind zu werden.



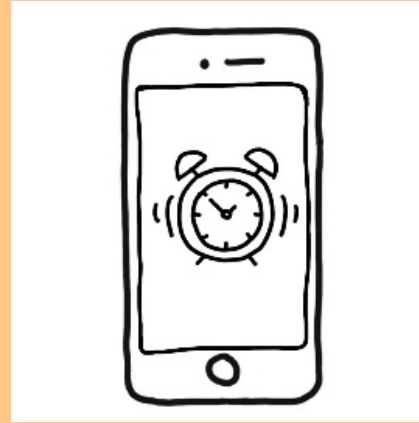
**Schlagworte:** Zeitmanagement ▪ Routinen ▪ Selbständigkeit

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein autistisches Kind Probleme hat, tägliche Aufgaben allein und in der vorgegebenen Zeit zu erledigen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil stellt dem Kind einen Handy-Timer für verschiedene alltägliche Aufgaben, wie zum Beispiel Anziehen oder Händewaschen. Das Kind kann den Timer sehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

So bleibt das Kind dran und macht die Aufgaben pünktlich.



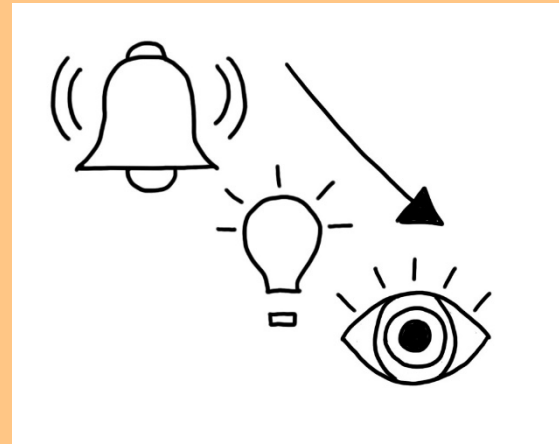
**Schlagworte:** Alltagserleichterung ■ Gehörlosigkeit ■ Kommunikation

## Ausgangslage

Eine Familie erzählt, dass sie sich zu Hause mit Gebärdensprache verständigen.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat zu Hause eine Blitzlichtklingel (optische Klingel) angebracht. Diese leuchtet, wenn man sie einschaltet.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Damit kann der Elternteil sein hörbehindertes Kind rufen, auch wenn es nicht in Sichtweite ist.



**Schlagworte:** Zeitersparnis ■ Ernährung ■ Organisation

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sich bewusst dafür entschieden hat, die Sondennahrung für das pflegebedürftige Kind selbst zuzubereiten. Die tägliche, frische Zubereitung braucht aber viel Zeit, weil die Sondennahrung extra gekocht werden muss.

## Der Pflegeschatz

Deshalb hat der Elternteil eine wöchentliche Routine entwickelt. Er kocht viele Mahlzeiten auf einmal, püriert sie, portioniert sie und friert sie ein.

Dafür kauft der Elternteil einmal wöchentlich ein und hat dann genug Zutaten für die ganze Woche, wie zum Beispiel frisches Gemüse und Dinkelflocken.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Die wöchentliche Routine zur Zubereitung der Nahrung spart dem Elternteil viel Zeit. Er muss seltener einkaufen und nicht mehr täglich frisch kochen.

Die eingefrorenen Mahlzeiten sind für den Elternteil praktisch. Sie sind portioniert und können in die Schule oder zu anderen Aktivitäten außer Haus mitgenommen werden.



**Schlagworte:** Körperpflege ■ Zeitersparnis ■ Hausbesuch

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es ein großer zeitlicher und körperlicher Aufwand ist, das pflegebedürftige Kind fertig zu machen, um raus zu gehen.

Daher ist es schwer, zur Friseur\*in zu gehen. Außerdem hat der Elternteil kaum Zeit, sich die eigenen Haare schneiden zu lassen.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat daher eine Friseur\*in, die regelmäßig zu der Familie nach Hause kommt und allen die Haare schneidet.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Dadurch wird viel Zeit und Mühe gespart. Der Elternteil muss sich nicht darum kümmern, wie und wann er und seine Kinder zur Friseur\*in kommen.



**Schlagworte:** Arbeitsteilung ■ Freizeit ■ Alltagsorganisation

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sich die Eltern häufig gleichzeitig um das pflegebedürftige Kind gekümmert haben. Dies lag daran, dass es keine klare Regelung von Zuständigkeiten gab. Das hat oft zu Frust geführt. Dadurch fehlte am Ende Zeit für andere Aufgaben und um den eigenen Wünschen und Bedürfnissen nachzugehen.

### Der Pflegeschatz

Deshalb machen die Eltern jeden Morgen einen Plan mit einer klaren Aufgabenteilung und festen Pausenzeiten. Dabei ergreift ein Elternteil die Initiative.

Gemeinsam wird festgelegt, wer sich wann um was kümmert und wer welche Termine übernimmt. Feste Termine stehen in einem Papierkalender in der Küche. Tagesaktuelle Aufgaben, wie zum Beispiel Einkaufen, werden mündlich verteilt. Dabei wird auch festgelegt, wer wann wie viel Zeit für sich bekommt.

Zudem achten die Eltern stets auf ihre Kapazitäten. Merkt ein Elternteil, dass es dem anderen nicht gut geht, so schickt er diesen aktiv in eine Pause. Ein Elternteil fordert zudem aktiv Pausen ein.

|             | Nicole | Georg |
|-------------|--------|-------|
| Frühstück   | X      | X     |
| Anziehen    | X      |       |
| Kita        | PAUSE  | X     |
| Mittagessen | X      | PAUSE |
| Arzttermin  | PAUSE  | X     |
| Abendessen  |        | X     |
| Bett        | X      |       |

© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

So schaffen sich die Eltern Freiräume. Dadurch können sie ihr Bedürfnis nach Erholung besser erfüllen. Sie sprechen Zeiten ab, in denen sie konzentriert einer Aufgabe nachgehen können.



**Schlagworte:** Pflegemittel ■ Urlaub ■ Notfall

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind regelmäßig spezielle Medikamente braucht. Es kann sich zum Beispiel nicht selbstständig die Nase putzen und leidet unter Verstopfungen. Zudem kann es Medikamente nicht in jeder Form nehmen. Tabletten sind nicht möglich.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat eine vorgepackte Medikamententasche. In dieser Tasche befinden sich Bedarfsmedikamente und Utensilien zur Wundversorgung für das Kind. Dazu gehören zum Beispiel Husten- und Fiebersaft, Abführmittel, Nasenspray, Wundspray, Pflaster und Wund- und Heilsalbe. Die Medikamententasche wird an einem festen Ort aufbewahrt. So liegen die Medikamente und weitere Hilfsmittel griffbereit und direkt einsatzbereit an einem Ort.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Bei Bedarf und auch für eine Reise müssen Medikamente und Utensilien nicht erst mühsam zusammengesucht und gepackt werden. Bedarfsmedikamente können schnell verabreicht werden. Das entlastet die Eltern.



**Schlagworte:** Tagesstruktur ■ Routine ■ Anziehen

### Ausgangslage

Ein Elternteil eines pflegebedürftigen Kindes erzählt, dass sein Kind morgens bei allem Hilfe benötigt. Besonders das Anziehen ist aufgrund der Spastik des Kindes herausfordernd.

### Der Pflegeschatz

Um den Ablauf am Morgen zu vereinfachen, legt die Familie schon abends Kleidung bereit, die morgens benötigt wird. Dabei achtet sie darauf, dass die Kleidung nach Möglichkeit weit ist. Dann kann die Kleidung leichter angezogen werden.



© Bild: KI generiert, OpenAI – openai.com

### Nutzenbeschreibung

Die Vorgehensweise entspannt die Morgenroutine.

### Zusatzinformationen

Die Familie zieht das Kind auf dem Pflegebett an. Das Bett kann auf die passende Höhe gefahren werden.



**Schlagworte:** Inkontinenz ■ Sauberkeit ■ Putzen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind eine Urin- und Stuhlinkontinenz hat. Die üblichen Inkontinenzprodukte reichen nicht immer aus. Deshalb werden die Möbel häufig nass.

### Der Pflegeschatz

Die Familie nutzt daher Möbelstücke, die abwaschbar sind. Zum Beispiel eine Ledercouch im Wohnzimmer oder Plastikstühle im Esszimmer.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern können die abwaschbaren Möbelstücke gut und schnell säubern. Sie erleben eine deutliche Erleichterung im Pflegealltag.

### Zusatzinformationen

Alternativ nutzt die Familie abziehbare und waschbare Stoffbezüge für Möbel wie zum Beispiel für eine Couch.



**Schlagworte:** Ausnahmesituation ■ Krankenhaus ■ Organisation

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass in einer Notfallsituation oft nicht genug Zeit ist, alle wichtigen Dokumente, Medikamente und Kleidungsstücke einzupacken.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben deswegen eine Tasche gepackt. In dieser sind alle wichtigen Dinge, die im Notfall gebraucht werden.

Diese Tasche steht zu Hause immer bereit. Außerdem geben die Eltern die Tasche mit in die Schule.

Wenn ein Notfall eintritt, kommt diese Tasche mit in die Klinik.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Die vorgepackte Tasche ist in verschiedenen Situationen hilfreich. Die Eltern sparen Zeit und haben weniger emotionalen Stress. Sie sind auf schwierige Situationen vorbereitet.



**Schlagworte:** Sorgegemeinschaft ■ gleichberechtigte Elternschaft ■ Zeitmanagement

### Ausgangslage

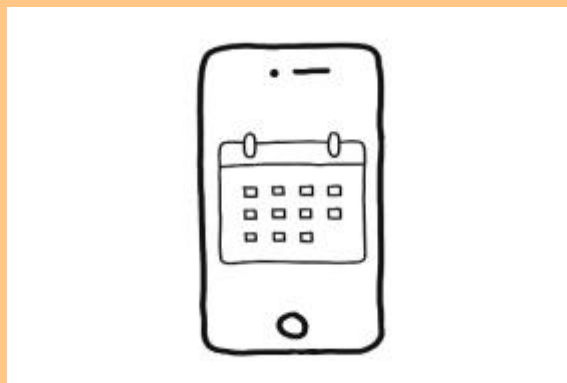
Ein Elternteil erzählt, dass die Familie in ihrem Alltag viele Termine hat. Das pflegebedürftige Kind braucht viele Therapien und Untersuchungen. Gleichzeitig gehen beide Eltern arbeiten und das Geschwisterkind hat mehrere Hobbys. Das alles zu organisieren, ist schwer.

### Der Pflegeschatz

Die Familie benutzt deshalb eine App zur Familienorganisation. Zentral ist ein gemeinsamer, teilbarer Kalender. In dem Kalender kann bunt markiert werden, wer wann was machen muss. Zu jedem Termin können auch andere Informationen wie Listen und Fotos eingefügt werden. In der App kann zum Beispiel auch die Essensplanung gemacht werden. Die App wird von beiden Eltern der Familie geführt. Das Hinzufügen von Listen übernimmt ein Elternteil.

### Nutzenbeschreibung

Mit dem Kalender hat die Familie einen besseren Überblick über ihre Termine. Zu jedem Termin hat sie alle Infos an einem Ort und auf einen Blick sichtbar. So ist zum Beispiel der Termin zur Reha mit einer Liste verknüpft, damit die Familie an alles denkt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Nützlich findet die Familie den Kalender zum Beispiel auch bei speziellen Besorgungen für das pflegebedürftige Kind. Hier können Fotos eingestellt werden, die zeigen, was wichtig ist.

### Zusatzinformationen

Die Familie nutzt die App FamilyWall. Die App ist in ihrer Basisfunktion (Kalender, Listen und Fotos) kostenlos. Für weitere Elemente wie Budgetplanung, Dokumentenablage und Essensplaner muss ein Abo für ca. 5 Euro im Monat abgeschlossen werden.



**Schlagworte:** Sprachrohr ■ Rollenspiel ■ geistige Behinderung

### Ausgangslage

Ein pflegebedürftige Teenager ist auf dem Entwicklungsstand eines Kleinkindes. Der Elternteil erzählt, dass das Kind oft nicht tun möchte, was nötig ist. Zum Beispiel in der Schule nach der Pause rein gehen oder abends ins Bett gehen. Erklärungen oder Belohnungen funktionieren nicht.

### Der Pflegeschatz

Wenn das Kind tun soll, was es nicht will, spielen die Eltern oder weitere Betreuungspersonen eine andere Rolle.

Zum Beispiel verstellen die Eltern ihre Stimme und tun so, als wären sie ein Tier, wenn das Kind schlafen gehen soll. Die Schulbegleitung tut so, als wäre sie ein Gegenstand und sagt dem Kind, dass es nach der Pause in die Klasse gehen soll. Es hilft auch ein Idol des Kindes, wie zum Beispiel Spiderman oder Helene Fischer, nachzuspielen. Das Kind tut dann in der Regel, was es tun soll.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern und andere Betreuungspersonen sind dadurch entspannter. Denn das Kind tut ohne größere Probleme, was es tun soll und was notwendig ist.



**Schlagworte:** gleichberechtigte Elternschaft ■ Struktur ■ Zeitmanagement

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sich jahrelang morgens alleine um die Kinder gekümmert hat. Er hat dabei gemerkt, dass sein Kind entspannter ist, wenn die Abläufe immer gleich sind.

### Der Pflegeschatz

Die Familie steht jetzt morgens immer zur selben Zeit auf und hat einen festen Ablauf. Zudem hat die Familie eine Aufgabenteilung zwischen beiden Elternteilen eingeführt.

Ein Elternteil bereitet die Brotdosen vor und verlässt als Erstes das Haus. Der andere Elternteil kümmert sich dann um das Frühstück und Anziehen der Kinder und bringt diese in die Kita.

|  | Mama | Papa |
|--|------|------|
| 07:00h Aufstehen & Kaffee trinken        | ♡    | ♡    |
| 07:30h Kinder wecken                     |      | ♡    |
| 07:45h Frühstück                         | ♡    |      |
| ↳ danach Anziehen, waschen & Zähneputzen | ♡    |      |
| 08:30h Kita, Schule                      |      | ♡    |

© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Durch die festen Strukturen funktioniert der Alltag für die Familie besser.

Zudem hat der Elternteil, der vorher alles allein gemacht hat, durch die die neue Aufgabenteilung Entlastung. Weil er das Haus morgens früher verlässt, hat er nachmittags noch Zeit zwischen dem Arbeitsende und dem Abholen der Kinder.

### Zusatzinformationen

Um den Morgen zu entlasten, legt sich die Familie abends Kleidung für den nächsten Tag zurecht.

# BEZIEHUNGEN & ZWISCHEN- MENSCHLICHES



**Pflegeschätze**



**Schlagworte:** Haltung ■ Wahrnehmung ■ Mut

### Ausgangslage

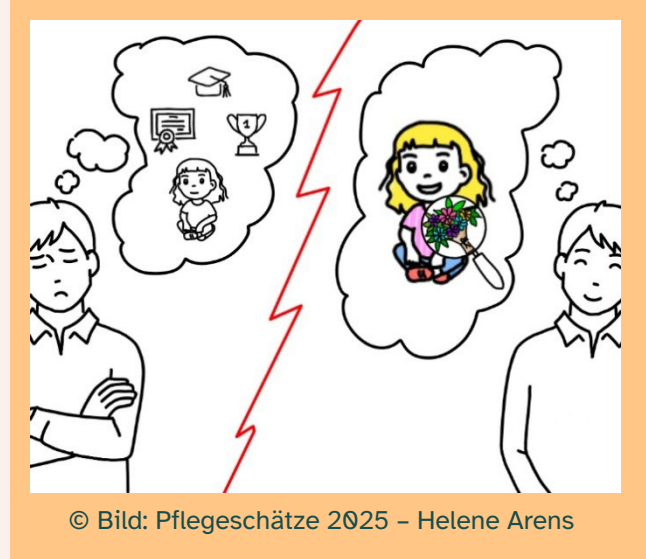
Ein Elternteil erzählt, dass das eigene „Musterbild“ nicht immer zum Leben von seinem pflegebedürftigen Kind passt.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil sieht, dass sich sein Kind vieles sehr hart erarbeiten muss. Er ist stolz auf sein Kind und möchte, dass auch das Kind stolz auf sich selbst ist.

Dazu überdenkt der Elternteil seine Idealvorstellungen und verändert sein „Musterbild“.

Für den Elternteil ist es wichtig, dass sein Kind glücklich und zufrieden ist und ein möglichst selbständiges Leben führen kann. Ein Abitur, Studium und Prestige sind dem Elternteil nicht (mehr) so wichtig.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Helene Arens

### Nutzenbeschreibung

Die Veränderung des „Musterbildes“ hilft dem Elternteil, das Positive zu sehen.



**Schlagworte:** Unterstützung ■ Kommunikation ■ Verstehen

## Ausgangslage

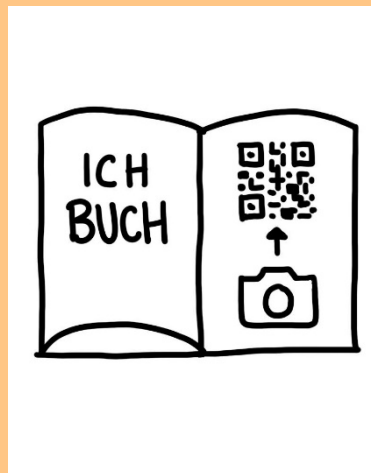
Ein Elternteil berichtet, dass sein pflegebedürftiges Kind seine Bedürfnisse und Wünsche nicht immer mitteilen kann. Besonders Personen, die das Kind nicht so gut kennen, können sein Verhalten deshalb oft schlecht deuten. Das Kind fühlt sich dann nicht verstanden und oft „kippt“ seine Stimmung.

## Der Pflegeschatz

Daher hat der Elternteil ein erweitertes „Ich-Buch“ gebastelt. Die Idee stammt von Student\*innen und wurde von dem Elternteil weiterentwickelt.

Das Ich-Buch ist für Fachkräfte und andere Personen, die mit dem Kind arbeiten. Darin stehen allgemeine Infos über das Kind.

Der Elternteil hat kleine QR-Codes eingeklebt. Diese QR-Codes können mit einer Handy-Kamera gescannt werden. Danach können kurze Videos von Gesichtsausdrücken und Haltungen (Mimik und Gestik) und verschiedenen Abläufen des Kindes angeschaut werden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Die zusätzlichen Videos und Fotos helfen anderen Personen, die das Kind nicht so gut kennen, sein Verhalten besser zu verstehen. Sie erkennen dadurch besser und schneller, was das Kind braucht, nicht braucht oder möchte. Dadurch fühlen sich die Eltern sicherer.



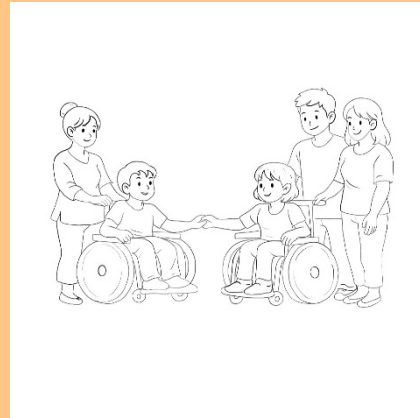
**Schlagworte:** Freundschaft ■ Austausch ■ Peer-Group

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt von den vielen speziellen Herausforderungen im Alltag mit seinem körperbehinderten Kind. Er sagt, dass die Familie oft mit Unverständnis und Vorurteilen zu kämpfen hat. Das belastet alle Familienmitglieder.

### Der Pflegeschatz

Die Familie trifft sich regelmäßig mit einer anderen Familie, die in einer ähnlichen Pflegesituation ist. Alle verstehen sich gut, unternehmen gemeinsam etwas und sprechen über Herausforderungen im Alltag.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Bei diesen Treffen fühlen sich alle verstanden und unterstützen sich gegenseitig. Durch den Austausch findet die Familie oft neue Lösungen für Alltagsprobleme.



**Schlagworte:** Freundschaft ■ Austausch ■ Peer-Group

### Ausgangslage

Ein pflegender Elternteil erzählt, dass es schwierig ist, soziale Kontakte zu halten.

Im Alltag hat die Familie zudem andere Themen und Herausforderungen als Familien ohne Pflegeaufgaben.

### Der Pflegeschatz

Deshalb verabredet sich der Elternteil alle zwei Monate fest mit einer Freundin, die ebenfalls ein pflegebedürftiges Kind hat.

Bei jedem Treffen wird direkt ein neuer Termin ausgemacht.



### Nutzenbeschreibung

Die Treffen geben dem Elternteil Ausgleich und emotionale Unterstützung. Im Austausch über Alltagsprobleme bekommt er regelmäßig neue Ideen für mögliche Lösungen.

Durch das direkte Vereinbaren des nächsten Termins gerät dieser im Alltag nicht in Vergessenheit.



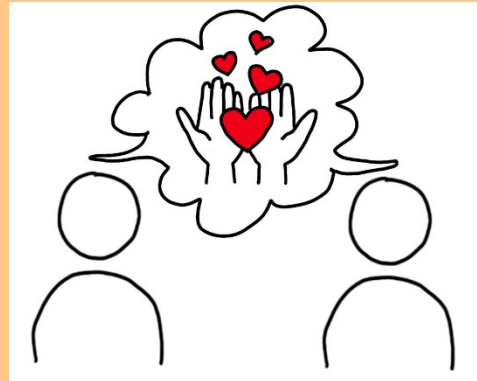
**Schlagworte:** Beziehungsarbeit ■ Wertschätzung ■ Miteinander

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass der Pflegealltag für beide Elternteile sehr anstrengend ist. Die große Belastung von beiden Elternteilen führt dazu, dass sie wenig Zeit füreinander haben.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern bedanken sich am Abend gegenseitig für Dinge, die sie im Alltag getan haben. Das können besondere Aufgaben sein, die nur an diesem Tag stattfanden, oder regelmäßige Aufgaben, die immer erledigt werden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Durch dieses Ritual erkennen die Eltern besser, wie viel jeder zum Gelingen des Familienlebens mit Pflege beiträgt. Auch unsichtbare Routineaufgaben werden dadurch sichtbar. So stärken sich die Eltern gegenseitig und zeigen sich Wertschätzung.



**Schlagworte:** ADHS ■ Erfahrungsaustausch ■ Informationen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sich vor dem Schulwechsel seines Kindes auf die weiterführende Schule mehr Informationen zur Diagnose ADHS und dem Umgang damit gewünscht hat. Der Elternteil findet es aber schwierig, sich im Alltag zusätzlich zu informieren und Sachbücher zu lesen.

Der Elternteil erzählt auch, dass sein Kind damals wenig Selbstwertgefühl hatte und sich häufig mit dem Geschwisterkind verglich. Manchmal sagte es: „Ich bin doch eh voll scheiße“.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat deshalb vor dem Schulwechsel eine Mutter-Kind-Kur mit Schwerpunkt ADHS gemacht. Das Kind war als Therapiekind dabei.

Der Elternteil und das Kind haben sich drei Wochen lang intensiv mit dem Thema ADHS beschäftigt. Beide hatten Therapien. Außerdem haben sie Familien mit ähnlichen Herausforderungen getroffen und sich mit ihnen ausgetauscht.

Der Elternteil hat mit anderen Eltern darüber gesprochen, welche Probleme diese im Alltag haben und wie sie damit umgehen.



Bild: KI generiert mit CanvaAI

### Nutzenbeschreibung

Durch die Kur haben der Elternteil und sein Kind Zeit gefunden, um Ideen und Strategien für ihren Alltag kennenzulernen und die Passenden auszuprobieren. Der Elternteil beschreibt, dass sein Alltag dadurch einfacher geworden ist. Auch das Kind hat nun ein besseres Selbstwertgefühl.



**Schlagworte:** Paarbeziehung ■ Selbstfürsorge ■ Zeitmangel

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass der Familienalltag mit der Pflege seines Kindes kaum Pausen zulässt. Es ist schwierig, Paarzeit einzurichten.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern planen immer wieder Zeiten für sich als Paar ein und denken sich dafür neue Ideen aus.

Zurzeit trinken sie morgens eine halbe Stunde Kaffee zusammen, wenn ein Kind in der Schule ist und das andere noch schläft.

Oder sie sammeln Überstunden und nehmen sich gemeinsam frei, um zum Beispiel frühstücken zu gehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

So können die Eltern Zeit finden, sich um sich selbst und ihre Beziehung zu kümmern.

### Zusatzinformationen

Die Eltern sagen aber auch, dass die gemeinsame Zeit eigentlich immer zu wenig ist. Denn Pflege, Kinder, Arbeit und Haushalt kosten enorm viele Ressourcen.



**Schlagworte:** Selbstfürsorge ■ Soziale Kontakte ■ Kommunikation

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er im Alltag nicht immer genug Zeit hat, um Freund\*innen zu treffen.

### Der Pflegeschatz

Mit ein paar guten Freund\*innen ist der Elternteil stattdessen regelmäßig per Sprachnachricht im Austausch.



Bild: KI-generiert mit DreamLab

### Nutzenbeschreibung

Für den Elternteil sind die Sprachnachrichten kleine Inseln im Alltag.



**Schlagworte:** Kommunikation ■ Ausnahmesituation ■ Notfall

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es manchmal Notfälle mit seinem pflegebedürftigen Kind gibt, in denen schnell gehandelt werden muss. In diesen Momenten können die Eltern nicht auf die Fragen und Wünsche des Geschwisterkindes eingehen. Sie müssen sich auf das pflegebedürftige Kind konzentrieren. Das macht das Geschwisterkind traurig oder ärgerlich, besonders wenn Versprechen nicht eingehalten werden können.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat daher ein Notfallwort mit dem Geschwisterkind ausgemacht. Dieses lautet „Notfall“ und signalisiert allen Familienmitgliedern, dass sie nun schnell und gezielt handeln müssen und keine Zeit für Diskussionen ist.

Das Vorgehen hat die Familie vorab in Ruhe besprochen und wendet es in Notfällen an. Wenn die Eltern „Notfall“ sagen, weiß das Geschwisterkind, was zu tun ist und was in dieser Situation nicht möglich ist.



© Bild: Pflegeschatze 2025 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Die Eltern erzählen, dass diese Gesprächsregel sie entlastet und ihnen hilft, das Geschwisterkind angemessen einzubeziehen.

Wenn die Eltern „Notfall“ sagen, weiß das Geschwisterkind die Situation besser einzuschätzen und kann sich entsprechend verhalten. Die Familie kann so in Notfällen zusätzlichen Stress vermeiden und fokussiert handeln.



**Schlagworte:** Austausch ■ Freizeit ■ Freundschaft

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er alleinerziehend ist und im Alltag mit seinem pflegebedürftigen Kind wenig Unterstützung bekommt. Daher hat er im Alltag kaum Möglichkeiten, Freunde zu treffen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil erzählt, dass er sich abends mit seinen Freunden trifft, wenn das pflegebedürftige Kind schläft. Er lädt diese zu sich nach Hause ein.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil kann so Freunde treffen und ist gleichzeitig zu Hause bei seinem Kind.



**Schlagworte:** Paarbeziehung ■ Achtsamkeit ■ Freiraum

### Ausgangslage

Eine Mutter erzählt, dass sie die Hauptpflegerperson für ihr Kind ist und vor allem alles Organisatorische im Blick behält. Es fällt ihr schwer, auf sich selbst zu achten, abzuschalten und sich zu entspannen.

### Der Pflegeschatz

Ihr Partner achtet darauf, dass es ihr gut geht. Im Alltag hilft er ihr, sich auch mal Zeit für sich zu nehmen, zum Beispiel für regelmäßige Massagen. Er erinnert sie zudem regelmäßig daran, auf sich zu achten. Er sagt ihr zum Beispiel, dass sie bei der Pflegearbeit auf ihren Rücken achten soll oder sich mal mit Freundinnen treffen soll. Er hat auch schon ein komplettes freies Wochenende oder eine kurze Reise für die Mutter vorgeschlagen.

Zudem übernimmt er Aufgaben, die die Mutter belasten. Zum Beispiel begleitet er das Kind jedes Mal, wenn es ins Krankenhaus muss. Denn dies ist für die Mutter schwierig, da sie eine traumatische Geburt und Zeit im Krankenhaus erlebt hat.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Partner unterstützt die Mutter emotional und hilft ihr dabei, auf sich selbst zu achten. Sie muss nicht jedes Mal um Hilfe bitten.

# FREIZEIT ALS FAMILIE





**Schlagworte:** Urlaub ▪ Ferien ▪ Kostenlos

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es für die Familie oft schwer ist, eine geeignete und bezahlbare Ferienwohnungen zu finden.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat im Internet eine Initiative gefunden, die kostenlose oder sehr günstige Ferienwohnungen für Familien mit schwer kranken Kindern anbietet. Die Initiative finanziert sich durch Spenden

Über die Webseite hat die Familie eine Wohnung ausgesucht und bekam diese von der Vermieterin kostenlos angeboten.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Helene Arens

### Nutzenbeschreibung

Die Familie hat eine geeignete und kostenlose Unterkunft gefunden.



**Schlagworte:** Mobilität ▪ Teilhabe ▪ Hilfsmittel

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind zu groß für den Kindersitz auf dem Gepäckträger des Fahrrads geworden ist. Auch handelsübliche Fahrradanhänger sind zu klein für das Kind. Lastenräder sind nicht sicher genug. Einen Rehanhänger wollten die Eltern nicht beantragen.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat im Internet nach einem passenden Fahrradanhänger gesucht. Der neue Fahrradanhänger hat kein Dach. Dadurch hat das Kind mehr Platz.

Dieser Fahrradanhänger hat Pedalen. Das Kind kann in die Pedale treten und so den Elternteil beim Fahren unterstützen. Ob das Kind beim Fahren hilft oder nicht, kann das Kind selbst entscheiden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Dieser Anhänger ermöglicht es der Familie, weiterhin Fahrradtouren zu machen. Das Kind ist sicher und sitzt bequem. Der Anhänger fördert auch die Bewegung von dem Kind.

## Zusatzinformationen

Der Fahrradanhänger hat ca. 400,-€ gekostet. Der Elternteil hat den Anhänger im Internet gefunden.



**Schlagworte:** ADHS ■ Erholung ■ Freizeit

## Ausgangslage

Ein Elternteil sagt, dass das Einhalten fester Strukturen mit seinem Kind mit ADHS oft anstrengend ist. Gleichzeitig braucht das Kind viel Beschäftigung und Bewegung. Das muss der Elternteil berücksichtigen, wenn er zur Ruhe kommen und schöne Unternehmungen erleben möchte.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil sagt, dass die Familie gemeinsam vor allem Aktivitäten mit einer sportlichen Aufgabe, aber ohne festen Zeitplan unternimmt.

Der Elternteil erzählt von einem besonderen Urlaub, der gut zu den Bedürfnissen aller Familienmitglieder passte. Der Elternteil ist gemeinsam mit seinen zwei Kindern 300 km mit dem Fahrrad zu Oma und Opa geradelt. Die Familie hat im Zelt übernachtet und mit dem Campingkocher gekocht.

Die Familie hatte jeden Tag eine feste Route, aber sie konnten selbst entscheiden, wann und wie sie weiterfahren. Der grobe Plan stand, aber innerhalb dessen war alles flexibel. So konnten sie zum Beispiel Pause machen und essen wann immer sie wollten.



Bild: KI-generiert mit ChatGPT

## Nutzenbeschreibung

Es gab genug Raum für das eigene Tempo und die Bedürfnisse aller. Gleichzeitig war klar, was jeden Tag gemacht wird. Der Elternteil musste zwar vorab viel planen, konnte sich aber im Urlaub gut erholen. Anders als im Alltag musste er sich nicht um die Struktur kümmern oder täglich überlegen, was die Familie unternehmen soll.

## Zusatzinformation

Ähnlich ist es auch in den Kletterurlauben, die die Familie regelmäßig macht. Auch dabei gibt es eine festgelegte Tagesaktivität, die dennoch viel Flexibilität erlaubt.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Ordnung ■ Organisation

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er unterwegs mit seinem Kind, das einen Rollstuhl benutzt, viele Dinge braucht.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat am Rollstuhl eine Fahrradtasche angebracht. Darin bewahrt er zum Beispiel Sabbertücher, eine Flasche oder Spielzeug auf.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

So hat der Elternteil immer alles griffbereit, was unterwegs gebraucht wird.

# Campingstuhl im flachen Wasser

Rückenentlastung für die Eltern



Pflegeschätze

**Schlagworte:** Freizeit ▪ Ergonomie ▪ Körperbehinderung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind gerne ins Wasser geht. Da das Kind nicht schwimmen und auch nicht gut allein sitzen kann, hat der Elternteil es im flachen Wasser an den Schultern festgehalten.

## Der Pflegeschatz

Nun hat sich die Familie einen preiswerten Campingstuhl gekauft. Das Kind sitzt im flachen Wasser auf dem Campingstuhl.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil muss sich nun nicht mehr so weit herunterbeugen, um sein Kind festzuhalten. Das entlastet seinen Rücken.



**Schlagworte:** Mobilität ▪ Planung ▪ Reisen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Familie gerne mit dem Zug in den Urlaub fahren würde. Aber das Kind braucht viele verschiedene Hilfsmittel, wie zum Beispiel einen Rollstuhl, einen Stehständer und einen Therapiestuhl.

### Der Pflegeschatz

Die Familie plant ihren Urlaub deshalb strategisch. Sie leiht sich einen Bus oder Transporter, in den alle Hilfsmittel hinein passen. Dafür nutzt sie Carsharing.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Familie kann in den Urlaub fahren und alle notwendigen Hilfsmittel mitnehmen.



**Schlagworte:** Spielen ■ Selbständigkeit ■ Körperbehinderung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind nicht gut allein sitzen kann.

### Der Pflegeschatz

Aus alten Regalteilen hat die Familie einen Dreieckssitz gebaut.

Der Sitz hat eine Platte zum Sitzen für das Kind. Das Kind lehnt sich gegen zwei Platten, die in einem 90°-Winkel zueinanderstehen. So wird das Kind rechts und links gestützt. Auf der Platte, auf der das Kind sitzt, ist ein runder Holzgriff befestigt. Dieser befindet sich beim Sitzen zwischen den Beinen des Kindes.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Der selbstgebaute Sitz ist für die Eltern eine Erleichterung im Alltag. Denn auf dem Sitz kann das Kind allein sitzen ohne umzufallen. Zum Beispiel auf unebenen Flächen wie im Sand.



**Schlagworte:** Förderung ■ Bewegung ■ Wohnung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass in seiner Familie mehrere Kinder mit erhöhtem Unterstützungs- und Förderbedarf leben. Deshalb hatte die Familie früher einen eigenen Therapieraum für die Kinder.

### Der Pflegeschatz

Den Therapieraum braucht die Familie nicht mehr, da die Kinder nun in der Schule Therapien bekommen.

Stattdessen hat die Familie in ihrem Wohnraum viele Deckenschrauben angebracht.

An die Deckenschrauben befestigen sie verschiedene Geräte, wie zum Beispiel Schaukeln, Ringe oder einen Boxsack.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

So können die Kinder verschiedene Geräte im Wechsel benutzen.

### Zusatzinformationen

Den Therapieraum vermietet die Familie nun an Selbsthilfeorganisationen.



**Schlagworte:** Frustration ■ Exklusion ■ Freizeit

### Ausgangslage

Ein Elternteil von Zwillingen erzählt, von frustrierenden Spielplatzbesuchen: Ein Kind ist motorisch fit. Das andere Kind hat eine Körperbehinderung und kann die meisten Spielplätze im nahen Umfeld der Familie nicht nutzen. Das körperbehinderte Kind möchte jedoch gerne mit dem Geschwisterkind auf dem Spielplatz spielen und ist deshalb frustriert.

### Der Pflegeschatz

Die Familie meidet nun Spielplätze mit dem pflegebedürftigen Kind. Mit dem Geschwisterkind besuchen die Eltern Spielplätze als besonderen Anlass, zum Beispiel, wenn das pflegebedürftige Kind eine Therapie hat. Es ist eine Zeit, in der das Geschwisterkind ungeteilte Aufmerksamkeit bekommt.



© Bild: Pflegeschatze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern vermeiden den Frust des körperbehinderten Kindes aushalten zu müssen. Zudem vermeiden sie die körperliche Anstrengung, die eine Unterstützung des körperbehinderten Kindes auf dem Spielplatz bedeutet.

Gleichzeitig können die Eltern dem Geschwisterkind ungeteilte Aufmerksamkeit auf dem Spielplatz schenken.

### Zusatzinformation

Die Familie erzählt, dass sie sich dennoch mehr inklusive Spielplätze an ihrem Wohnort wünschen.



**Schlagworte:** Erholung ■ Regeneration ■ Inklusion

## Ausgangslage

Urlaubsreisen sind mit einem stark pflegebedürftigen Kind schwierig und oft wenig erholsam. Eine Familie erzählt, dass sie sich dennoch im Urlaub erholen und Unterstützung annehmen möchte und nach Möglichkeiten dafür gesucht hat.

## Der Pflegeschatz

Die Familie nutzt schon seit einigen Jahren mindestens einmal im Jahr den Entlastungsaufenthalt in einem Kinderhospiz. Die gesamte Familie fährt gemeinsam in das Hospiz. Sie hat dort ein Pflegezimmer, einen Familienbereich und auch Gemeinschaftsräume zur Verfügung. Das pflegebedürftige Kind wird von professionellen Fachkräften des Kinderhospizes versorgt. Zudem gibt es zahlreiche Freizeitangebote, auch für die Geschwisterkinder.

Die Familie kann im Hospiz entweder Zeit gemeinsam oder alleine verbringen. Außerdem haben die Eltern die Möglichkeit etwas allein mit einem Geschwisterkind zu machen, während das pflegebedürftige Kind vom Hospiz professionell versorgt wird.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

So ist ein inklusiver Urlaub für die Familie möglich. Die gesamte Familie kann sich erholen, regenerieren und wird in dieser Zeit durch professionelle Fachkräfte entlastet und unterstützt.



**Schlagworte:** Urlaub ▪ Packen ▪ Mental Load

### Ausgangslage

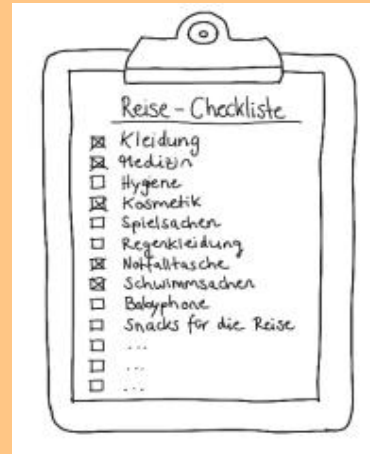
Ein Elternteil erzählt, dass sein pflegebedürftiges Kind viele Dinge regelmäßig auch unterwegs benötigt. Früher hat der Elternteil vor jedem Ausflug, jeder Reise und jedem Aufenthalt im stationären Kinderhospiz überlegt, welche Dinge die Familie mitnimmt. Das ist zeitaufwändig und kompliziert.

### Der Pflegeschatz

Auf dem Computer hat der Elternteil nun eine vorgefertigte Liste zum Verreisen. Darauf stehen alle Dinge, die jemals auf eine Reise mitgenommen wurden (egal zu welcher Jahreszeit). Zu diesen Dingen zählen zum Beispiel Anzihsachen, Pflegemittel und Medikamente.

Vor einer Reise druckt der Elternteil die Liste aus. Wichtige Dinge, die für die anstehende Reise nötig sind, markiert der Elternteil. Wenn Dinge auf der Liste fehlen, ergänzt er diese. Dinge, die für die aktuelle Reise nicht gebraucht werden, streicht der Elternteil durch.

Alle Dinge, die markiert sind, werden dann abgehakt, wenn sie eingepackt wurden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern müssen nicht jedes Mal neu überlegen, was sie benötigen. Das ist für die Eltern eine große Arbeitserleichterung.



**Schlagworte:** Teilhabe ■ Freizeit ■ Betreuung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein pflegebedürftiges Kind nur sehr eingeschränkt an Freizeitaktivitäten teilnehmen kann. Wenn die Familie gemeinsam in den Urlaub fährt und hier zum Beispiel zusammen wandern möchte, ist das mit dem pflegebedürftigen Kind nicht möglich.

### Der Pflegeschatz

Deshalb bucht die Familie für einen Urlaub im Nachbarland einen Entlastungsdienst am Urlaubsort. An zwei Tagen des gemeinsamen Urlaubs wird das pflegebedürftige Kind dort betreut. Währenddessen kann die restliche Familie Aktivitäten nachgehen, die nicht barrierearm sind, wie zum Beispiel Wandern gehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern sagen, dass der Entlastungsdienst am Urlaubsort ihnen hilft, zusammen Urlaub zu machen und dabei die Wünsche von allen in der Familie zu beachten.



**Schlagworte:** Peer-Group ■ Ausflug ■ Exklusivzeiten

### Ausgangslage

Eine Familie erzählt, dass ihr pflegebedürftiges Kind viel Aufmerksamkeit erhält und der gesamte Alltag auf die Bedürfnisse dieses Kindes abgestimmt ist. Familienausflüge erfordern viel Aufwand und sorgfältige Planung. Deshalb haben Geschwister seltener die Chance, besondere Dinge zu machen oder etwas Besonderes zu erleben.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern nutzen für die Geschwister daher Freizeit- und Ferienangebote von Organisationen, die diese speziell für Geschwister von pflegebedürftigen Kindern anbieten. So können die Geschwister zum Beispiel Wasserski fahren, einen Trampolinpark besuchen oder in eine Skifreizeit fahren.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Die Geschwister des pflegebedürftigen Kindes haben so die Möglichkeit, an besonderen Aktivitäten teilzunehmen.

Die Eltern können bei dem pflegebedürftigen Kind bleiben. Dadurch können sie beiden Kindern besser gerecht werden.



**Schlagworte:** Mobilität ▪ Teilhabe ▪ Körperbehinderung

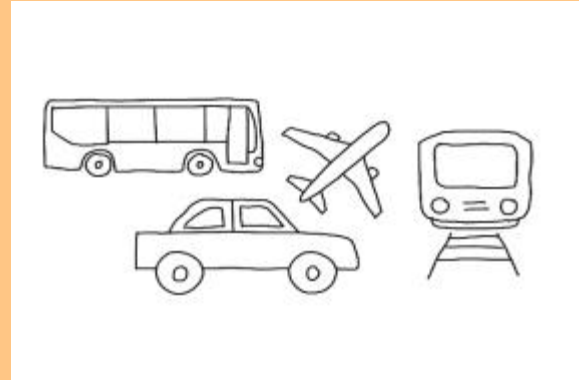
## Ausgangslage

Eine Familie erzählt, dass ihr Kind nicht sitzen und somit keine weiten Strecken im Auto fahren kann. Daher ist es schwierig, weit entfernt wohnende Verwandte zu besuchen oder in den Urlaub zu fahren.

## Der Pflegeschatz

Um Urlaub bei Oma und Opa machen zu können, hat die Familie verschiedene alternative Transportmöglichkeiten genutzt.

So konnte die Familie zweimal den Gemeindebus der Kirchengemeinde kostenlos leihen. Aber auch Angebote von bestimmten sozialen Organisationen hat die Familie in Anspruch genommen. Diese Organisationen ermöglichten es dem pflegebedürftigen Kind zum Beispiel per Flugzeug oder in einem schön hergerichteten Krankenwagen schnell, bequem und kostenlos zu reisen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Solche sozialen, kostenlosen Angebote ermöglichen es der Familie gemeinsam zu verreisen und Verwandte zu besuchen.

## Zusatzinformationen

Soziale Organisationen, die die Familie genutzt hat, waren Flying Hope und der Wunschwagen.



**Schlagworte:** Inklusion ■ Aufklären ■ Literatur

## Ausgangslage

Ein Elternteil von Zwillingen erzählt, dass es in der örtlichen Bibliothek kaum inklusive Bücher gab. Sie fand dort kaum Bücher mit Kindern, die so wie ihre Tochter körperbehindert sind.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat mit den Mitarbeitenden der Bibliothek über das Thema gesprochen. Die Mitarbeitenden haben dem Elternteil den Rat gegeben zu schauen, welche inklusiven Bücher es gibt und diese der Bibliothek zu nennen. Die Bibliothek hat die Bücher bestellt und mit in ihren Buchbestand aufgenommen.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Die Familie hat nun die Möglichkeit in der Bibliothek Bücher auszuleihen, in denen sich auch ihr körperbehindertes Kind wiedererkennen kann.

Gleichzeitig haben Familie und Bibliothek einen Beitrag zu mehr Inklusion geleistet, der auch anderen hilft.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Entlastung ■ Teilhabe

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind nicht allein sitzen kann. Das macht gemeinsame Aktivitäten oft schwierig.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat eine transportable Stütze mit Anschlaggurt für den Oberkörper ihres Kindes (Oberkörperpositionierung).

Die Oberkörperpositionierung ist nicht groß und kann mitgenommen werden. Mit diesem Hilfsmittel kann das Kind auf normalen Stühlen, Sesseln oder im Bollerwagen sitzen.

Zum Beispiel kann das Kind im Restaurant mit am Tisch sitzen, ohne dass die Eltern es auf den Schoß nehmen müssen. Die Eltern haben die Hände frei, und das Kind sitzt, anders als im Rollstuhl, auf gleicher Höhe wie die Familie. Die Familie nutzt die Oberkörperstütze auch, um ins Kino zu gehen oder mit dem Kind zu fliegen. Außerdem kann das Kind gemeinsam mit seinem Zwilling im Bollerwagen sitzen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

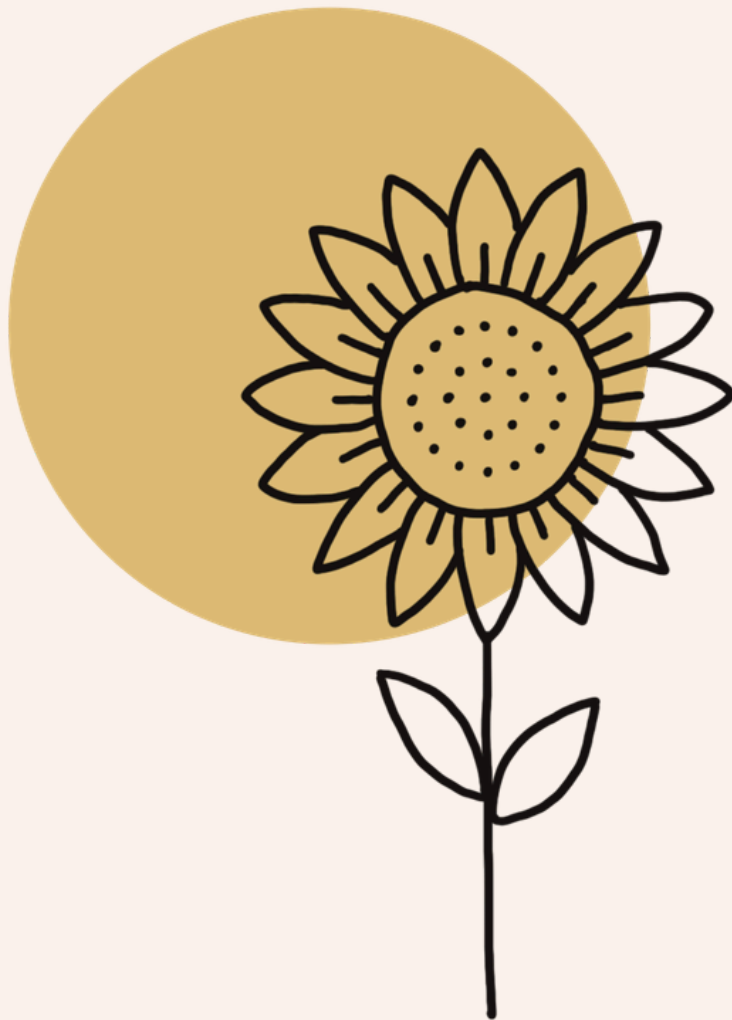
### Nutzenbeschreibung

Das Hilfsmittel macht Freizeitaktivitäten möglich, die sonst nicht gehen und entlastet die Eltern körperlich.

### Zusatzinformationen

Die Familie erzählt, dass sie das Hilfsmittel, nach einem einjährigen Kampf, über das Sozialamt als Hilfsmittel zur Teilhabe finanziert bekommen hat.

# FÜR MEIN KIND





**Schlagworte:** Planung ■ Alltagsstruktur ■ Sicherheit

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind sich im Alltag sicherer fühlt, wenn es klare Routinen gibt.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat daher für jeden Tag der Woche geplant, welche Aufgaben anstehen. Auch die Zeiten nach der Schule sind genau geregelt. Zum Beispiel nach der Schule 30 Minuten Pause, danach Spielen, danach Turnen, danach Spaziergehen, danach Essen, danach Fertigmachen fürs Bett.

| Mo          | Di            | Mi         | Do       | Fr           |
|-------------|---------------|------------|----------|--------------|
| Frühstück   | Anziehen      | Frühstück  | Anziehen | Anziehen     |
| SCHULE      | SCHULE        | SCHULE     | SCHULE   | SCHULE       |
| 30min Pause | 30 min Pause  | Essen      | Pause    | Pause        |
| Spielen     | 30min Spielen | Pause      | Turnen   | Essen        |
| Essen       | Turnen        | Spielplatz | Essen    | frische Luft |
|             |               | essen      | Bett     | Film         |

© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Planung schafft Sicherheit für das Kind und entlastet den Alltag der Eltern.



**Schlagworte:** Teilhabe ■ Körperbehinderung ■ Stabilisierung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind im Rollstuhl sitzt. Sein Kind kann selbstständig krabbeln und sitzen, aber nicht laufen oder stehen.

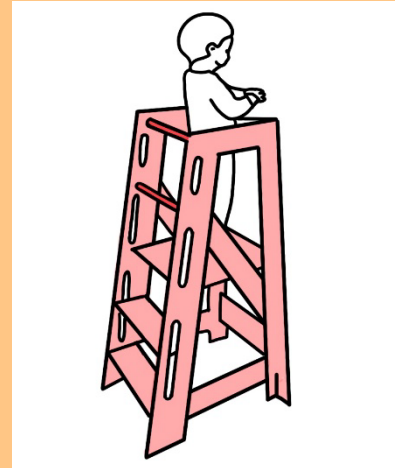
### Der Pflegeschatz

Um das Kind beim Stehen zu unterstützen, hat die Familie eine Stehhilfe mit einem Geländer selbstgebaut.

Der Elternteil hat dazu einen Hocker aus Holz mit einer Stufe verwendet. Um die obere Fläche des Hockers hat er ringsherum ein Geländer aus Holz befestigt. Dieses ist hoch genug, dass es das Kind von allen Seiten stützt, wenn es auf dem Hocker steht.

Die Stehhilfe funktioniert ähnlich wie ein „Lernturm“.

Dadurch kann das Kind für eine bestimmte Zeit selbst stehen und dabei sein. Zum Beispiel kann es dem Elternteil beim Kochen zuschauen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Helene Arens

### Nutzenbeschreibung

Das Kind kann bei alltäglichen Aufgaben dabei sein.



**Schlagworte:** Freizeit ■ DIY ■ Selbstständigkeit

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind gerne rutscht. Die Familie hat eine kleine Holzrutsche in der Wohnung. Das Kind kann aber nicht allein die Leiter zur Rutsche hinaufklettern.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat daher die Leiter von der Rutsche abgebaut. Den oberen Teil der Rutschbahn hat er auf das Sofa gelegt. Der untere liegt am Boden. Das Kind kann selber aufs Sofa klettern und dann die Rutsche benutzen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern werden entlastet, weil sie ihrem Kind beim Rutschen nicht helfen müssen.



**Schlagworte:** Körperpflege ■ DIY ■ Alltag

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind bei der täglichen Körperpflege Hilfe braucht. Zum Beispiel beim Waschen und Zähneputzen.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat im Badezimmer aus zwei Kommoden einen sehr breiten Waschbeckenunterschrank gebaut. Dazu hat er die beiden Kommoden fest miteinander verschraubt und unter die Waschbecken geschoben.

Die Kommoden sind so breit, dass das Kind darauf neben oder zwischen den beiden Waschbecken sitzen kann.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Wenn das Kind neben oder zwischen den Waschbecken sitzt, kann der Elternteil seinem Kind besser die Zähne putzen und ihm beim Waschen helfen.



**Schlagworte:** Kaubedürfnis ■ Schule ■ Neurodivergenz

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind in der Schule häufig auf den eigenen Stiften kaut. Dadurch sind die Holzstifte häufig kaputtgegangen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat Aufsätze für die Stifte gekauft. Das Kind kann auf diese beißen, ohne dass sie kaputtgehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

So kaut das Kind nicht mehr auf seinen Stiften und diese halten länger.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil hat unterschiedliche Aufsätze bei einem Online-Händler bestellt. Die Aufsätze haben unterschiedliche Härtegrade. Der Elternteil hat verschiedene Aufsätze ausprobiert und den richtigen für sein Kind gefunden.



**Schlagworte:** Finanzierung ■ Unterstützung ■ Stiftung

### Ausgangslage

Eine Familie erzählt, dass sie ihr Kind viele Treppenstufen am Haus herunter- und hinauftragen muss. Das Kind kann nicht allein laufen. Das Kind ist so schwer geworden, dass die Eltern es nicht mehr tragen können. Deshalb wollte die Familie einen Plattformlift kaufen. Dieser war aber zu teuer für die Familie.

### Der Pflegeschatz

Ein Elternteil hat in ganz Deutschland verschiedene Stiftungen gefragt, ob sie Geld geben können. Das Geld wird für den Lift und das Fundament an der Treppe gebraucht. Viele Stiftungen haben etwas Geld dazu gegeben.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Familie konnte fast alle Kosten für den Lift und das Fundament mit Geld von Stiftungen bezahlen. Das hat der Familie sehr geholfen.

### Zusatzinformationen

Die Suche und der Kontakt zu den Stiftungen haben lange gedauert. Außerdem musste die Familie den Stiftungen genau sagen, wie ihre finanzielle Situation ist.



**Schlagworte:** Stimulation ■ Selbstregulation ■ Wohnraum

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind manchmal laute Geräusche macht, um sich zu beruhigen (das nennt man „Stimming“).

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat in der Wohnung mehrere kleine Spielzeuge verteilt, die man zum Beispiel drücken oder drehen kann. Diese Spielzeuge nennt man Fidget-Toys oder Stimming-Tools.

Die Spielzeuge liegen zum Beispiel am Esstisch, beim Vorleseplatz und im Flur. So ist immer ein Spielzeug in der Nähe.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Spielzeuge (Fidget-Toys) helfen dem Kind, sich zu beruhigen. Wenn es schnell daran kommt, macht es nicht mehr so laute Geräusche zur Beruhigung. Das macht den Alltag, zum Beispiel beim Vorlesen, für alle ruhiger und entspannter.



**Schlagworte:** Kleidung ▪ Inkontinenz ▪ Körperpflege

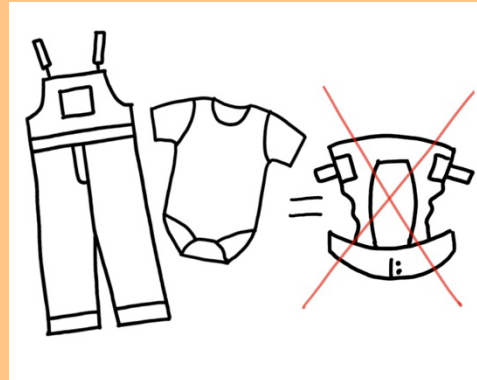
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind sich gerne die Kleidung und die Windel auszieht.

### Der Pflegeschatz

Die Familie zieht ihrem Kind inzwischen Pflegebodys mit Hosenbeinen oder Latzhosen an.

Bei den Latzhosen nimmt die Familie manchmal Klettband und hält damit oben die Träger der Hose zusammen. So kann das Kind die Träger nicht abstreifen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Das Kind zieht sich nicht mehr die Kleidung und die Windel aus



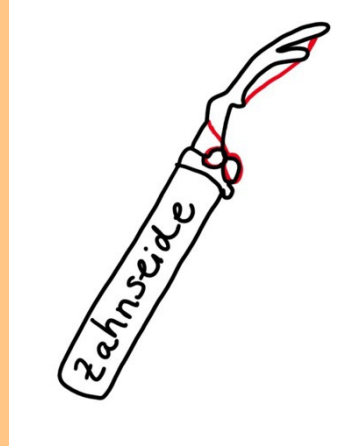
**Schlagworte:** Selbständigkeit ▪ Körperpflege ▪ Zahnpflege

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es für sein Kind schwer ist, normale Zahnseide zu benutzen.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben einen Halter für Zahnseide gekauft.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Damit kann das Kind selbst oder die Eltern die Zahnzwischenräume leichter reinigen.



**Schlagworte:** Hörbeeinträchtigung ■ Freizeit ■ Gehörlosigkeit

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Familie mit einem Kind in Deutscher Gebärdensprache (DGS) kommuniziert und dies im Alltag Hürden mit sich bringt. Beispielsweise kann das Kind die Eltern nicht verstehen, wenn es ihnen nicht gegenüber sitzt.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben im Kinderzimmer viele Spiegel aufgehängt. So kann das Kind auf ihrem Schoß sitzen und gleichzeitig die Gebärden der Eltern im Spiegel sehen.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

So ist es möglich, dass das Kind gleichzeitig mit einem Elternteil kuschelt und eine Geschichte vorgelesen oder erzählt bekommt.



**Schlagworte:** Entlastung ■ Zeit ■ Freizeitbeschäftigung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind gerne Geschichten hört. Es möchte immer wieder dieselbe Geschichte vorgelesen bekommen. Das nervt den Elternteil.

## Der Pflegeschatz

Das Kind hat ein spezielles Hörspielsystem. Dort gibt es Figuren, die man mit eigenen Geschichten bespielen kann. Die Eltern haben die Lieblingsgeschichte selbst auf die Hörspielfigur eingelesen.

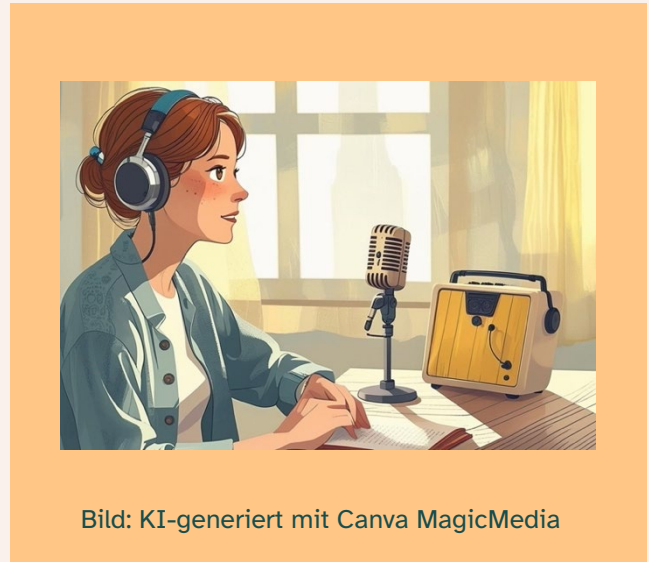


Bild: KI-generiert mit Canva MagicMedia

## Nutzenbeschreibung

Das Kind kann die Geschichte mit der Stimme eines Elternteils jetzt immer hören. Es freut sich jedes Mal.

Der Elternteil ist froh, dem Kind einfach eine Freude machen zu können, ohne die Geschichte immer wieder vorlesen zu müssen.



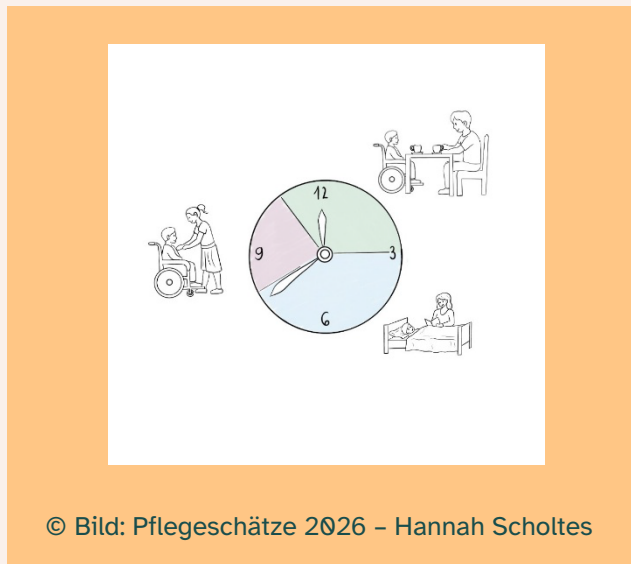
**Schlagworte:** Kinderbetreuung ■ Auszeit ■ Bedürfnisse

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein pflegebedürftiges Kind inzwischen ein Teenager ist. Die Eltern möchten nun häufiger Zeit allein oder als Paar verbringen. Außerdem ist ein Elternteil wegen der Arbeit öfter für mehrere Tage nicht zu Hause. In dieser Zeit kümmert sich der andere Elternteil allein um Pflege und Betreuung. Der Teenager will zudem nicht immer nur mit den Eltern zusammen sein und hat Bedürfnisse, die die Eltern nicht immer erfüllen können.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat einen Betreuungspool für ihren pflegebedürftigen Teenager eingerichtet. Es gibt drei Betreuungspersonen, die ungefähr im gleichen Alter wie der Teenager sind. Sie wechseln sich ab und betreuen den Teenager zeitweise tagsüber oder abends.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Den Betreuungspool nutzt die Familie oft, wenn ein Elternteil beruflich unterwegs ist, die Eltern gemeinsam Zeit außerhalb des Hauses verbringen wollen oder sie einfach Freizeit genießen möchten. So werden die Eltern, besonders die Hauptpflegeperson, unterstützt und entlastet.

Die wechselnden Betreuungspersonen helfen dem Kind, wichtige Kontakte zu Gleichaltrigen zu pflegen. Sie können dem Kind altersgerechte Wünsche erfüllen, zum Beispiel gemeinsam Nägel lackieren oder sich zusammen schminken.



**Schlagworte:** Mobilität ■ Körperbehinderung ■ Beschäftigung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind Probleme hat, Spielzeug festzuhalten und sich im Auto allein zu beschäftigen. Deshalb sind lange Autofahrten anstrengend.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat einen umschließenden Maltisch fürs Auto besorgt.



Bild: KI-generiert mit OpenAI -ChatGPT

### Nutzenbeschreibung

Stifte und Spielzeug fallen nicht mehr so leicht herunter. So kann sich das Kind etwas länger allein beschäftigen. Dadurch sind die Autofahrten für die Eltern etwas entspannter, weil das Kind weniger weint.

### Zusatzinformationen

Den Maltisch hat die Familie im Online-Handel für 15 Euro gekauft.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Wohnen ■ Schlafen

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein körperlich beeinträchtigtes Kind die meiste Zeit auf der Couch oder im Bett liegt.

## Der Pflegeschatz

Die Familie benutzt ein langes Seitenschläfer-Kissen in Form eines Lamas als Lagerungshilfe für das Kind.

Die lange Seite stützt den Rücken oder die Vorderseite des Kindes und die kurze Seite wird zwischen die Knie gelegt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil findet das Kissen schön. Es hilft dabei, dass das Kind nicht wegrollt und keine wunden Stellen bekommt.

## Zusatzinformationen

Das Seitenschläfer Lama hat die Familie für 40,-Euro im Internet gekauft.

Der Elternteil hat auch ein Seitenschläfer-Kissen selbst genäht. Das wird aber nicht oft benutzt.



**Schlagworte:** Geistige Behinderung ■ Kommunikation ■ Verständnis

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Teenager Probleme hat, neue und schwierige Situationen zu verstehen. Er braucht Zeit, um sich darauf vorzubereiten.

Das Kind versteht auch keine langen oder komplizierten Geschichten. Selbst Geschichten für kleine Kinder sind schwer für ihn.

### Der Pflegeschatz

Wenn etwas Wichtiges bevorsteht, kaufen die Eltern ein besonderes Buch mit vielen Bildern und Klappen, die man öffnen kann (Klappenbuch). Sie schauen das Buch oft mit dem Kind an und erklären genau, was passiert. Zum Beispiel haben sie das gemacht, als die Oma vom Kind beerdigt wurde.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Bilder helfen dem Kind, spezielle Situationen wie zum Beispiel die Beerdigung der Oma, besser zu verstehen.

Das Klappenbuch unterstützt die Eltern dabei, das Kind auf besondere Ereignisse vorzubereiten.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Fühlen ■ Regulation

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind meistens im Bett oder auf der Couch liegt, nicht sprechen kann und viel Pflege braucht. Daher erhält es im Alltag nur wenig sensorische Reize.

## Der Pflegeschatz

Die Eltern haben ein besonderes Kuscheltier gekauft (Gewichtskuscheltier). Das Kuscheltier ist schwer. Je nachdem, wie das Kind liegt, legen die Eltern das Kuscheltier zum Beispiel auf den Bauch, einen Arm oder die Beine.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil hat das Kuscheltier selbst ausprobiert und dabei einen angenehmen, sanften Druck gespürt. Da ihm dieses Gefühl gefällt und das Kind keine Anzeichen von Unwohlsein zeigt, hat er den Eindruck, dass das Kuscheltier dem Kind guttut.

## Zusatzinformation

Die Eltern haben etwa 70,- Euro für das Gewichtskuscheltier bezahlt.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Entlastung ■ Möbelstück

### Ausgangslage

Eine Familie erzählt, dass ihr Kind ein Pflegebett braucht und zu Hause viel im Bett liegt. Der Opa vom Kind wohnt im gleichen Haus, aber in einer eigenen Wohnung. Die Eltern tragen das Kind oft zu dem Opa runter. Der Opa passt dann auf das Kind auf. In der Wohnung vom Opa gibt es aber kein spezielles Pflegebett für das Kind.

### Der Pflegeschatz

Beim Opa liegt das Kind auf einem alten Sessel. Den Sessel hat der Opa schon lange. Die Rückenlehne vom Sessel kann verstellt werden und ganz nach hinten geklappt werden. So wird aus dem Sessel eine Fläche, auf der das Kind liegen kann.



© Bild: Pflegeschatze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das Kind liegt gerne auf dem Sessel beim Opa. Der Opa fühlt sich sicher und passt manchmal eine Stunde auf das Kind auf. So bekommt die Familie Entlastung. Zum Beispiel liegt das Kind beim Opa auf dem Sessel, während ein Elternteil das Geschwisterkind vom Klavierunterricht abholt.



**Schlagworte:** Teilhabe ■ Körperbehinderung ■ Beschäftigung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein körperbehindertes Kind nicht alleine sitzen und nicht mit jedem Spielzeug spielen kann.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat deshalb Spielzeug in kleiner Größe gekauft: zum Beispiel einen Schminktisch, eine Eisdiele und eine Kasse.

Dieses kleine Spielzeug stellt der Elternteil auf Hilfsmitteln, wie zum Beispiel dem Stehständer des Kindes, ab.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

So kann das Kind mit altersgerechtem Spielzeug spielen und sich eine Weile alleine beschäftigen. Das entlastet die Eltern.



**Schlagworte:** Wohnraum ■ Möbel ■ Schlaf

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind nachts viel Platz braucht und von den Eltern gelagert werden muss. Es braucht auch Hilfe beim Trinken. Außerdem hatte es lange Probleme mit dem Moro-Reflex.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat ein breites Bett für das Kind gebaut. Am Anfang schlief ein Elternteil mit dem Kind in diesem Bett, um nachts ohne Aufstehen helfen zu können.

Jetzt schläft das Kind im Pflegebett oder manchmal im Bett der Eltern. Der Zwilling nutzt jetzt das breite Bett und ein Elternteil kann nachts bei ihm schlafen, falls das nötig ist.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das extra breite Kinderbett hilft den Eltern, nachts beide Kinder gleichzeitig zu betreuen. Der Elternteil sagt, dass die Eltern so zumindest ein wenig besser schlafen können.

### Zusatzinformationen

Das Bett hat der Elternteil selbst gebaut, damit es genau in eine Ecke des Kinderzimmers passt und genug Platz zum Spielen bleibt.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Zufriedenheit ■ Schutz

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind einen Rollstuhl nutzt und schnell friert. Es trägt gerne Kleider, die im Rollstuhl unpraktisch sind. Außerdem kann es zum Beispiel Kuscheltiere schlecht halten und verliert sie leicht.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat eine spezielle Decke für den Rollstuhl besorgt. Diese hält das Kind warm, besonders wenn es Kleider trägt. Kuscheltiere können in der Decke festgeklemmt werden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Weil das Kind seine Lieblingskleider tragen und sein Kuscheltier bei sich haben kann, ist es zufriedener.

## Zusatzinformationen

Die Eltern erzählen, dass es auch Decken gibt, die zusätzlich vor Regen schützen.



**Schlagworte:** Therapie ■ Förderung ■ Finanzierung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er seinem Kind Reittherapie ermöglichen will. Er sagt, dass der Kinderarzt die Therapie nicht verordnet hat und die Krankenkasse sie deshalb nicht bezahlt.

### Der Pflegeschatz

Die Familie finanziert die Reittherapie über die Verhinderungspflege. Hierfür bezahlt sie die Reittherapeutin als Privatperson und nicht als Therapeutin. Den Stundenlohn vereinbart die Familie individuell mit der Therapeutin.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Die Familie kann mit der Verhinderungspflege ihrem Kind nützliche Therapien ermöglichen, ohne, dass zusätzliche Kosten anfallen.

# Verdunkelung von Glastüren

Privatsphäre schaffen und Reize reduzieren



Pflegeschätze

**Schlagworte:** Schlaf ■ Wohnraum anpassen ■ Reizempfindlichkeit

## Ausgangslage

Ein Elternteil zeigt das Zimmer, indem sein Kind schläft. Das Zimmer hat eine Tür mit einem Glasfenster. Wenn im Bereich vor dem Zimmer Licht angeht, wird das Kind schnell wach.

## Der Pflegeschatz

Die Eltern haben das Glasfenster der Tür mit einer dunklen Folie beklebt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

So ist es im Zimmer dunkel, auch wenn jemand im Eingangsbereich Licht anmacht.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Rückenbelastung ■ Körperpflege

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sein Vorschulkind anziehen und wickeln muss. Das machen die Eltern oft auf dem Boden oder dem Sofa. Je größer und schwerer das Kind wird, desto mehr belastet das den Rücken der Eltern.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben ein Pflegebett angeschafft. Das Bett lässt sich hoch- und runter fahren.

Die Eltern nutzen das Bett auch, um das Kind darin zu wickeln und anzuziehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern stellen das Bett auf eine angenehme Höhe ein. So können sie ihr Kind leichter heben und versorgen. Das ist eine Erleichterung für die Eltern und schont ihren Rücken.

### Zusatzinformationen

Das Pflegebett wurde als Hilfsmittel von der Krankenkasse genehmigt.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Beschäftigung ■ Teilhabe

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Vorschulkind Spielzeug nicht selbst holen kann. Es hat auch Schwierigkeiten, das Spielzeug festzuhalten und kann nicht alleine sitzen.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben verschiedene tragbare Ablagen besorgt. Sie verwenden ein Sofa-Tablett oder einen kleinen Kinderstuhl vom Flohmarkt als Tisch auf dem Boden.

Darauf stellen die Eltern kleine Spielzeuge ab. Die Tochter sitzt mit gepolsterten Gewichtskissen, die ihr Halt geben, davor.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das macht das Spielen auf dem Boden leichter. Zudem können die Eltern die Ablagen und die Gewichtskissen leicht mitnehmen. So kann das Kind auch unterwegs mit anderen Kindern auf dem Boden spielen. Das entlastet die Eltern.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Feinmotorik ■ Beschäftigung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind Probleme hat, Stifte zu halten und damit zu malen.

## Der Pflegeschatz

Deshalb hat der Elternteil eine Buchstütze gekauft, die auf den Tisch des Stehständers passt. Darauf legt er ein Malbuch.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Durch die aufrechte Position des Malbuchs fällt es dem Kind etwas leichter, darin zu malen. So kann sich das Kind kurzzeitig selbst beschäftigen, was die Eltern entlastet.



**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Selbständigkeit ■ Teilhabe

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind Schwierigkeiten hat, elektronische Geräte zu nutzen, weil es motorische Einschränkungen hat.

### Der Pflegeschatz

Die Familie nutzt einen speziellen Adapter (einen sogenannten Netzschaltadapter).

An diesen Adapter können elektronische Geräte angeschlossen werden.

Die angeschlossenen Geräte können dann mit größeren, externen Tasten an- und ausgeschaltet werden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Mit diesem Adapter kann das Kind zum Beispiel selbst den Föhn starten.

### Zusatzinformationen

Die Familie nutzt PowerLink.



**Schlagworte:** Sicherheit ■ Schlaf ■ Programmieren

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Familie früher kein abschließbares Pflegebett für ihr Kind hatte. Die Eltern wollten wissen, ob ihr Kind nachts aus dem Bett klettert.

### Der Pflegeschatz

Ein Elternteil hat einen Funk-Bewegungsmelder selbst gebaut.

Dazu hat er zwei leicht zu programmierende Mini-Rechner (Einplatinencomputer) genutzt. Die beiden Rechner kommunizieren drahtlos über Funk miteinander. Ein Rechner dient als Sender und einer als Empfänger.

Der Sender liegt auf der Matratze des Kinderbetts. Er sendet ein Signal, wenn das Kind sich bewegt. Der Empfänger liegt neben dem Elternbett. Sobald ein Signal ankommt, piepst und leuchtet er.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern wissen, ob ihr Kind nachts aus dem Bett klettert.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil hat für die beiden Rechner außerdem mit dem 3D-Drucker ein Gehäuse gedruckt.

Der Elternteil hat als Rechner einen BBC Micro:bit und einen Calliope Mini genutzt. Beides sind Einplatinencomputer, die leicht zu programmieren sind und mit wenig Strom auskommen.



**Schlagworte:** Selbständigkeit ■ Körperpflege ■ Alltagserleichterung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind manchmal vergisst, auf Toilette zu gehen, wenn es spielt.

### Der Pflegeschatz

Das Kind trägt ein Vibrationsarmband. In regelmäßigen Abständen vibriert das Armband und erinnert das Kind daran, auf Toilette zu gehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Durch das Armband geht das Kind regelmäßig auf Toilette, ohne dass die Eltern es ihm sagen müssen.



**Schlagworte:** Autismus ■ Selbstregulation ■ Tagesstruktur

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind schnell überfordert ist und die Schule für es oft anstrengend ist.

### Der Pflegeschatz

Nach der Schule darf das Kind eine bestimmte Zeit am Tablet sein und Pause machen.



Bild: KI-generiert mit Canva MagicMedia

### Nutzenbeschreibung

So kann das Kind nach der Schule besser entspannen, und es wird weniger schnell überfordert. Dadurch wird der Alltag für das Kind und die Eltern einfacher.



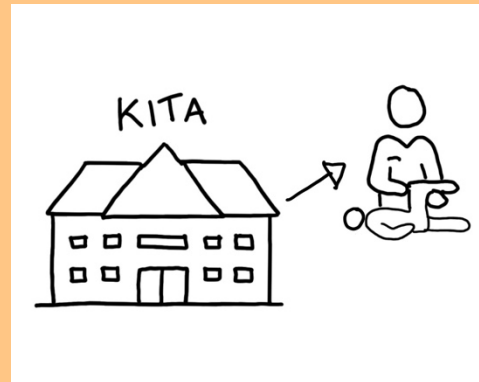
**Schlagworte:** Therapie ▪ Zeitersparnis ▪ Zeitmanagement

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind eine Kita besucht und Therapien braucht.

### Der Pflegeschatz

Die Therapeut\*innen kommen in die Kita des Kindes.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Familie spart so die Wege zu den Therapien. Das empfinden die Eltern als Erleichterung im Alltag.



**Schlagworte:** Kinderbeschäftigung ■ Do-it-yourself ■ Zeitmangel

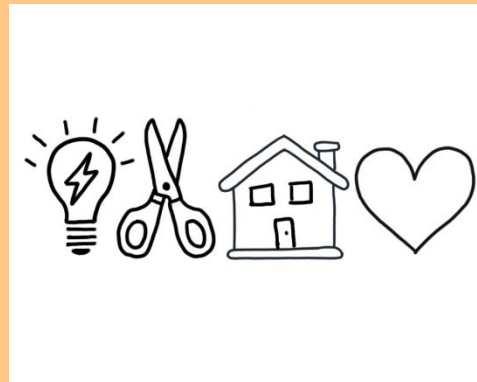
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind mit ADHS Hilfen braucht, um seinen Alltag zu strukturieren und sich zum Beispiel morgens zeitig für die Schule fertig zu machen. Wenn der Elternteil eine Idee dafür hat, will er diese sofort umsetzen und nicht viel Geld ausgeben.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil bastelt viele Hilfen mit einfachen Mitteln selbst und nutzt möglichst Materialien, die er zu Hause hat. Er versucht, die Hilfen so einfach und schnell wie möglich umzusetzen.

Zur Strukturierung des Tages und der Woche hat der Elternteil zum Beispiel rote Dreiecke an eine Uhr geklebt, ein Whiteboard mit einem Wochenplan beschriftet und einen Klappkalender aus Pappe gebastelt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil spart sich den Kauf teurer Materialien oder spezieller Hilfsmittel für Kinder mit ADHS. Er hat dadurch schnelle Lösungen die wenig Zeit brauchen. Die Kinder können bei manchen Ideen sogar mit basteln.



**Schlagworte:** Lösungsfindung ■ Bedürfnisse ■ ADHS

### Ausgangslage

Ein Elternteil sagt, dass sein Kind mit ADHS oft Probleme im Alltag hat und sich dadurch eine Zeit lang schlecht fühlte. Auch der Elternteil fand es manchmal schwer zu akzeptieren, dass nicht alles nach Plan läuft.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil spricht offen über die Diagnose seines Kindes. Vor allem redet er offen und verständnisvoll mit seinem Kind über dessen Probleme im Alltag und die Notwendigkeit, Lösungen zu finden. Er erzählt dem Kind auch von sich selbst und dass er viele dieser Schwierigkeiten kennt.

Der Elternteil findet den offenen Austausch mit dem Ex-Partner und den eigenen Eltern auch wichtig.



Bild: KI-generiert mit CanvaAI

### Nutzenbeschreibung

Offene Gespräche helfen dem Kind zu verstehen, was bei ihm los ist, und besser damit umzugehen. Der Elternteil und das Kind können so gemeinsam Lösungen für Probleme finden.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil sagt, dass das Kind seine Diagnose besser versteht, je älter es wird. Es wird immer leichter offen darüber zu reden



**Schlagworte:** ADHS ▪ Planung ▪ Alltagserleichterung

### Ausgangslage

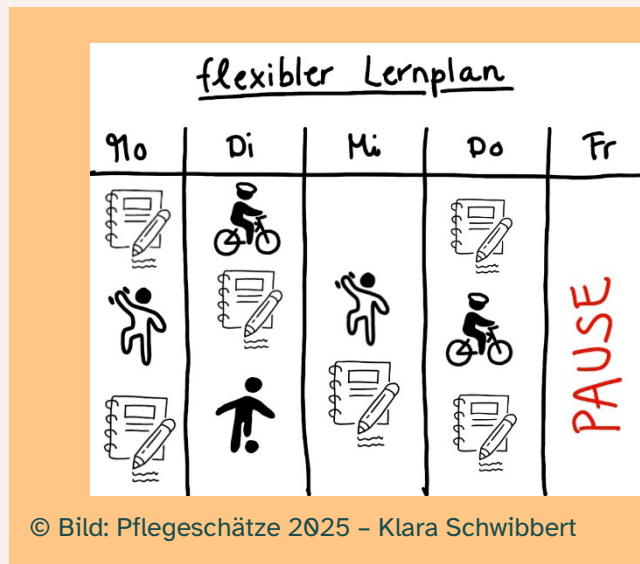
Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind ADHS hat und deshalb Schwierigkeiten mit festen Strukturen. Deshalb ist es für das Kind schwer oder manchmal unmöglich, zu einem festen Zeitpunkt seine Hausaufgaben zu machen. Das Kind zum Lernen zu motivieren ist auch schwer.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil gibt seinem Kind Freiräume für Aufgaben wie zum Beispiel Hausaufgaben. Er überlegt sich verschiedene Möglichkeiten, wann und wie sie gemacht werden können. Der Elternteil plant die ganze Woche im Kopf durch. Zum Beispiel:

- Was steht an?
- Wann können Hausaufgaben gemacht werden?
- Wann und wie können Vokabeln gelernt werden?

So hat der Elternteil verschiedene Möglichkeiten bereit und kann flexibel reagieren, wenn das Kind die Aufgaben im geplanten Zeitraum nicht schafft. Das Kind kann seine Hausaufgaben zum Beispiel entweder nachmittags oder abends machen. Es lernt in Bewegung oder am Tisch oder unterbricht die Aufgaben mit Klimmzügen. Es kann Vokabeln auch unterwegs lernen.



### Nutzenbeschreibung

Durch diese Strategien fühlt sich der Elternteil in der Lage, flexibel und entspannt zu reagieren. Wenn etwas nicht sofort klappt, hat er genug Alternativen.



**Schlagworte:** Windeln ■ Inkontinenz ■ Kassenleistung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Vorschulkind Windeln braucht. Ab einem Alter von vier Jahren kann die Familie Windeln auf Rezept durch ein Sanitätshaus bekommen. Doch leider passen diese Windeln nicht gut und laufen oft aus.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat mit der Krankenkasse einen speziellen Vertrag für Windeln vereinbart.

Gemeinsam wurde der Windelbedarf des Kindes für ein Jahr berechnet und darauf aufbauend ein Betrag von 400 Euro vereinbart, den die Familie von der Krankenkasse im Voraus bekommt. Sie kaufen dann die Windeln im Einzelhandel. Am Jahresende reichen sie alle Quittungen ein. Die Vorauszahlung wird dann abgerechnet.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Mit dem speziellen Vertrag kann die Familie die vorgesehene Kassenleistung für Windeln nutzen. Sie muss kein zusätzliches Geld ausgeben und sich nicht über undichte Windeln ärgern.

### Zusatzinformationen

Der pflegende Elternteil war hartnäckig und verhandelte mit der Krankenkasse, bis sie eine Lösung für die optimale Windelversorgung des Kindes gefunden hatten.



**Schlagworte:** Schule ▪ ADHS ▪ Konzentration

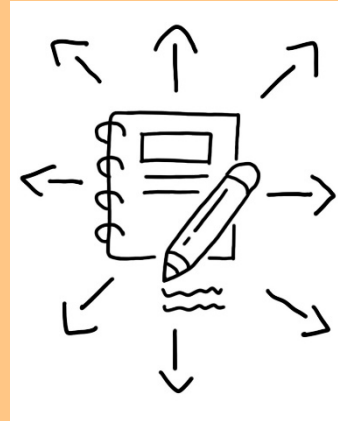
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind mit ADHS Schwierigkeiten hat, sich auf langweilige oder ungeliebte Aufgaben zu konzentrieren. Es kann nicht zu einem festen Zeitpunkt länger am Tisch sitzen, um zu lernen oder Aufgaben zu erledigen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat die Idee aufgegeben, dass sein Kind zu einer bestimmten Zeit am Tisch arbeiten und alles perfekt machen muss. Gemeinsam haben sie Strategien gefunden, die dem Kind beim Lernen helfen. Zum Beispiel:

- Kurze Zeiteinheiten von etwa 5 Minuten mit Wechsel zwischen Arbeit und Bewegung (zwei Matheaufgaben und dann zwei Klimmzüge).
- Zeitliche und örtliche Flexibilität: Das Kind lernt zu unterschiedlichen, für ihn passenden Zeitpunkten. Zudem muss es zum Arbeiten nicht unbedingt am Tisch sitzen.
- Unterwegs lernen: Die Mutter fragt Vokabeln zum Beispiel beim Training, Einkaufen oder im Auto ab. Sie fotografiert die Vokabeln vorher. Statt zu schreiben, buchstabiert das Kind im Kopf.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Das Kind kann so besser seine Aufgaben machen und lernen. Für den Elternteil ist das manchmal anstrengend. Gleichzeitig gibt es insgesamt weniger Stress und Konflikte und der Alltag funktioniert besser.



**Schlagworte:** Bedürfnisse ▪ Zeitmanagement ▪ Freizeit

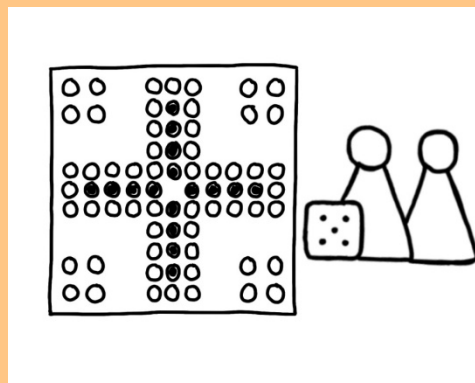
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind mit ADHS viel Begleitung, Unterstützung und Beschäftigung braucht. Die Familie unternimmt oft etwas. Inzwischen gibt es aber auch Ruhephasen, in denen das Kind eigenständig liest.

Weil das eine Kind viel Unterstützung und Beschäftigung braucht, fragt sich der Elternteil manchmal, ob das zweite Kind genug Begleitung, Beschäftigung und Unterstützung bekommt.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil plant bewusst Zeit ein, die nur für das zweite Kind ist. Zeiten, in denen das Kind mit ADHS liest, nutzt er zum Beispiel, um etwas mit dem Geschwisterkind zu machen. Sehr gerne spielen sie dann Gesellschaftsspiele.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil hat weniger Sorgen, weil er gezielt versucht, die Bedürfnisse aller Familienmitglieder gut miteinander zu vereinbaren



**Schlagworte:** Kreativität ■ Sehbeeinträchtigung ■ Anpassung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind eine Sehbeeinträchtigung hat. Zum Beispiel kann es Bilder nicht gut erkennen, wenn sie flach auf dem Tisch liegen.

## Der Pflegeschatz

Das Kind benutzt eine Tisch-Staffelei zum Malen. Der Elternteil klebt die Blätter mit Klebfilm (Washi Tape) an den Ecken fest.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Wenn das Blatt aufrecht steht, kann das Kind besser sehen, was darauf ist.



**Schlagworte:** Sicherheit ■ Vorbereitung ■ Reisen

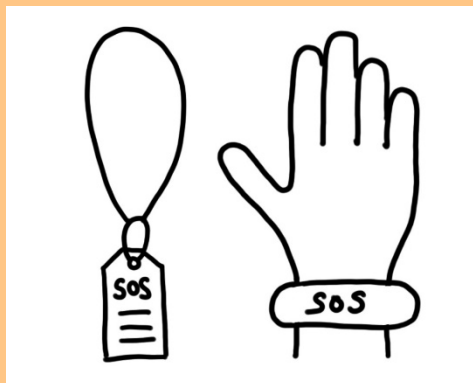
## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er für Notsituationen hilfreiche Produkte nutzt.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat zum Beispiel einen Notfallanhänger mit wichtigen Infos über das Kind. Den Anhänger hat er im Auto oder bei Ausflügen dabei.

Das Kind trägt ein Notfallarmband mit den wichtigsten Infos und der Telefonnummer des Elternteils.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil empfindet diese Produkte als Erleichterung für seinen Alltag.

## Zusatzinformationen

Der Notfallanhänger der Familie enthält grundlegende Kontakt- und Kinderinfos. Je nach Bedarf kommen weiterführende Infos über das Kind dazu. Zum Beispiel zu Medikamenten, Mobilität oder Kommunikation. Es können beispielsweise wichtige Wörter und Gesten notiert werden.



**Schlagworte:** Freizeit ■ Selbstwirksamkeit ■ Anpassung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er einige Dinge für sein Kind mit erhöhtem Unterstützungsbedarf selbst gebaut hat.

### Der Pflegeschatz

Die Familie benutzt im Alltag einige Sachen, die sie selbst gemacht hat. Zum Beispiel haben sie eine Rückenlehne an den Schlitten gebaut, einen Wickeltisch für größere Kinder selbst gebaut und das Gartentor selbst gesichert.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Die Familie konnte so Produkte an den eigenen Bedarf anpassen oder fehlende Produkte selbst herstellen.



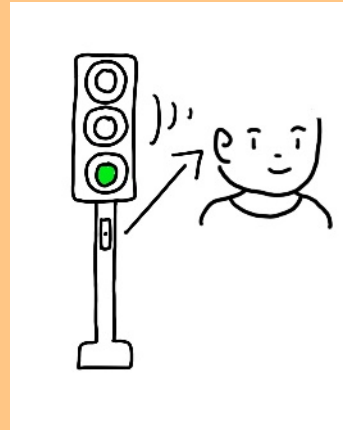
**Schlagworte:** Autonomie ■ Teilhabe ■ Mobilität

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind mit Autismus Unterstützung im Straßenverkehr braucht.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat seinem Kind beigebracht, die Blindenampel selbstständig zu nutzen. Der Signalton oder das Vibrieren geben dem Kind Orientierung. So kann das Kind sich auf das Überqueren der Straße konzentrieren, ohne abgelenkt zu sein.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern müssen ihrem Kind nicht mehr helfen, wenn es eine Straße überqueren möchte. Das Kind erkennt mithilfe der Blindenampel selbst, wann es über die Straße laufen kann.



**Schlagworte:** Selbstständigkeit ■ Teilhabe ■ Anpassung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt von Bastelprojekten. Dabei verändert er Dinge so, dass sie besser für sein körperbehindertes Kind passen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat am Reißverschluss des Federmäppchens einen langen, etwas breiteren Anhänger mit Perlen angebracht.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das Kind kann das Mäppchen dadurch leichter selbst öffnen. Das empfindet der Elternteil als Erleichterung im Alltag.



**Schlagworte:** Reizempfindlichkeit ■ Anpassung ■ Spielen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, wie er handelsübliche Spielzeuge an die individuellen Bedürfnisse der Familie anpasst.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat auf die Lautsprechergitter eines Spielzeugs Klebefilm geklebt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Der Klebefilm reduziert die Lautstärke des Spielzeugs.



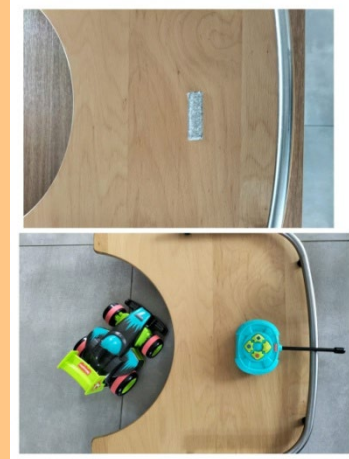
**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Spielen ■ Anpassung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind motorisch eingeschränkt ist. Es kann Spielzeug nicht so gut festhalten.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat Klettband auf den Kindertisch geklebt. Das passende Gegenstück vom Klettband hat er an ein Spielzeug angebracht. So kann er das Spielzeug auf dem Tisch festmachen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Durch die Fixierung des Spielzeugs mit Klettband, fällt dieses nicht so leicht runter.



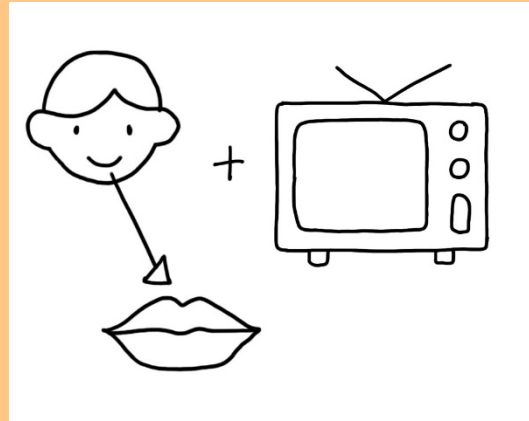
**Schlagworte:** Therapie ▪ Alltagserleichterung ▪ Tagesstruktur

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind einen „lutschoffenen Biss“ hat und deshalb die Lippenmuskulatur trainieren soll.

## Der Pflegeschatz

Wenn das Kind fernsehen darf, bekommt es einen Mundspatel zwischen die Lippen. So kann es vor dem Fernseher seine Lippen trainieren.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Die Eltern empfinden das Lippentraining vor dem Fernseher als Erleichterung im Alltag.

# Viermal die gleiche Haarbürste

Vermeidet anstrengendes Suchen



Pflegeschatze

**Schlagworte:** Körperpflege ■ Haare ■ Suchen

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Haare seines Kindes schnell verknoten. Das Kind hat aber Probleme mit dem Haarekämmen und gekämmt werden.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat viermal die gleiche Haarbürste.

Wenn sich eine geeignete Möglichkeit zum Haarekämmen bietet, können die Eltern dies sofort machen.

Sie müssen nicht mehr lange die passende Bürste suchen. Eine der vier Haarbürsten ist immer griffbereit.

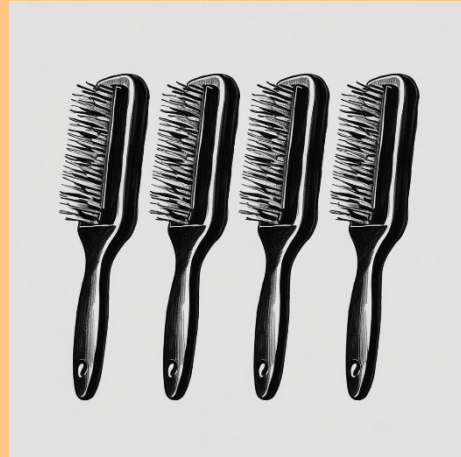


Bild: KI-generiert mit DreamLab

## Nutzenbeschreibung

Das vereinfacht das Haarekämmen und erleichtert so den Alltag für die Familie.



**Schlagworte:** Körperpflege ■ Alltagserleichterung ■ Hochsensibilität

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Haare von ihrem Kind nach dem Waschen schnell verknoten. Das Kind hat aber Probleme mit dem Haare kämmen. Zudem können die Haare nicht geföhnt werden, weil der Föhn für das Kind zu laut ist.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil benutzt viel Haarspülung und kämmt die Haare, während das Kind fernsieht oder liest.

Nach dem Kämmen macht der Elternteil zwei geflochtene Zöpfe. Das Kind geht dann mit den nassen geflochtenen Haaren schlafen. Auf dem Kopfkissen liegt ein Handtuch.

Wenn es kalt ist, trägt das Kind auch im Haus eine Mütze über den nassen geflochtenen Haaren.



Bild: KI-generiert mit DreamLab

### Nutzenbeschreibung

Durch dieses Vorgehen ist das Kämmen leichter und die Haare sind am nächsten Tag nicht verknotet.



**Schlagworte:** Freundschaft ■ Inklusion ■ Teilhabe

### Ausgangslage

Ein Elternteil von einem Kind mit Pflegegrad 5 erzählt, dass sein Kind erste Freunde in der Kindertagesstätte gefunden hat. Es möchte sich gerne verabreden oder zu Geburtstagen gehen. Häufig sind aber andere Eltern verunsichert. Sie wissen nicht, wie sie mit dem pflegebedürftigen Kind umgehen sollen und was dieses benötigt. Zudem haben sie teilweise Vorurteile oder Annahmen, die nicht stimmen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil redet daher offen mit den Eltern anderer Kinder, und bietet Unterstützung und konkrete Lösungen an. Der Elternteil kommt bei den ersten Treffen mit. Er erklärt und zeigt wie mit konkreten Problemen umgegangen werden kann und welche Unterstützung das Kind braucht. Der Elternteil erzählt, dass es zum Beispiel bei Geburtstagen für das Kind kein Problem ist, bei Spielen zuzuschauen, weil es gerne beobachtet. Zudem bringt der Elternteil zu Verabredungen leicht zu transportierende Hilfsmittel (zum Beispiel Gewichtskissen oder eine Oberkörperpositionierung) mit. Damit kann das Kind auf dem Boden sitzen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Durch die offene Kommunikation konnte der Elternteil Verabredungen erleichtern. So gewinnt das Kind an Selbstständigkeit und die Eltern bekommen Entlastung. Die Entlastung ist besonders groß, wenn das pflegebedürftige Kind und sein Zwilling gemeinsam zu Freunden gehen können.

### Zusatzinformationen

Für einen ersten Abbau von Ängsten und Vorurteilen besucht ein Elternteil auch Elterncafés.



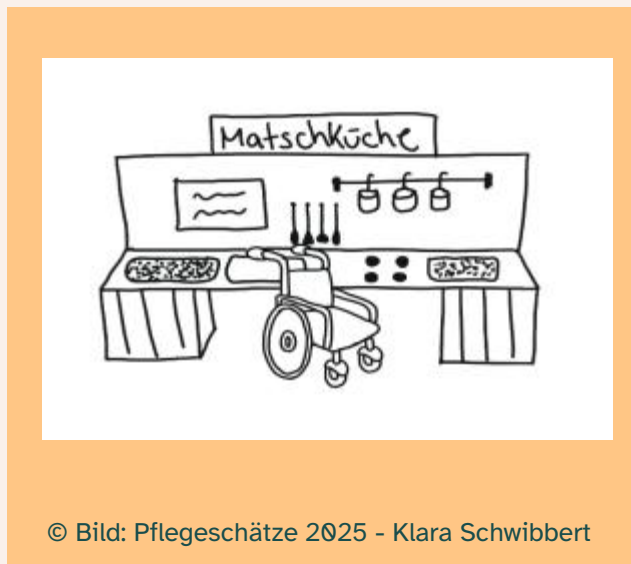
**Schlagworte:** Spielen ■ Körperbehinderung ■ Selbstständigkeit

## Ausgangslage

Ein Elternteil eines körperbehinderten Kindes erzählt, dass sein Kind viele Spielzeuge nicht nutzen kann. Deshalb ist die Familie immer auf der Suche nach Alternativen.

## Der Pflegeschatz

Ein Elternteil möchte daher eine Matschküche für sein Kind bauen. Dieses Projekt wurde aber noch nicht umgesetzt. Der Plan ist, den unteren Teil von einer normalen Spielküche zu entfernen. So kann das Kind mit Rollstuhl an die Küche heranfahren und diese draußen als Matschküche nutzen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Das Kind bekommt weitere Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten. Dadurch werden auch die Eltern entlastet.

## Zusatzinformationen

Es gibt auch Matschküchen für Kinder mit Rollstuhl zu kaufen. Diese sind teuer.

Der Elternteil plant ein Do-it-yourself-Projekt und sammelt dafür Inspiration im Internet.



**Schlagworte:** Atmung ▪ Sekret ▪ Teilhabe

### Ausgangslage

Eine Familie erzählt, dass ihr pflegebedürftiges Kind regelmäßig ein Inhalationsgerät benötigt. Dieses hat die Familie von der Krankenkasse bekommen. Das Inhalationsgerät ist für die Familie aber laut und unpraktisch. Denn es ist nicht akkubetrieben und muss immer an eine Steckdose angeschlossen werden.

### Der Pflegeschatz

Deshalb kaufte die Familie zusätzlich ein handliches und leises Inhalationsgerät. Das Gerät ist klein und kann mit einem Akku ohne Kabel und Steckdose genutzt werden. Zudem kann das Kind es leicht bedienen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das Kind kann das Inhalationsgerät jederzeit, an jedem Ort nutzen. Dadurch ist die Familie sowohl zu Hause als auch unterwegs flexibler.



**Schlagworte:** Kontinenzschulung ■ Hilfe ■ Selbstständigkeit

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass ihr Kind eine Urin- und Stuhlinkontinenz hat. Obwohl das Kind schon ein Teenager ist, mussten sie ihm noch die Windeln wechseln. Mehrere Versuche des Toilettentrainings waren anstrengend und frustrierend für die Eltern.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat daher eine spezielle Berater\*in kontaktiert. Die Berater\*in hat sich auf das Thema Inkontinenz bei Kindern mit Behinderung spezialisiert. Sie begleitet, berät und motiviert Familien bei dem Prozess des Inkontinenztrainings. Mit Videos und individuellen Anweisungen über WhatsApp und Telefon gibt sie der Familie Tipps und unterstützt sie auf ihrem Weg.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Mit der Berater\*in konnte die Familie erreichen, dass das Kind eigenständig auf Toilette geht. Das ist eine große Pflegeteilerleichterung und Entlastung für die Eltern. .

### Zusatzinformationen

Trotz der Erfolge, waren nicht alle Aspekte aus der Beratung für die Familie passend.

Die Familie hat 1200,- € für die Beratung über Telefon, WhatsApp und Videos bezahlt.



**Schlagworte:** Kleidung ▪ Geld ▪ Sparen

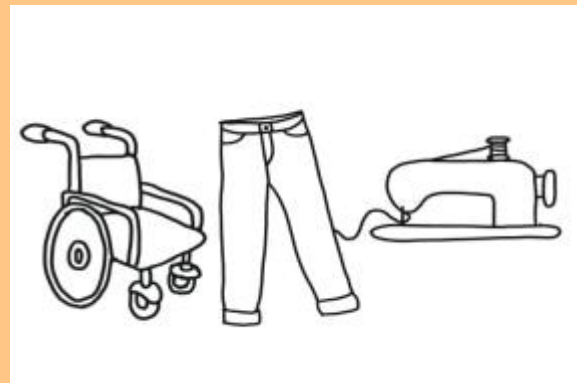
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass seinem Kind die üblichen Jeanshosen oder Jogginghosen nicht passen. Das Kind sitzt meistens und benötigt spezielle Hosen. Zudem müssen diese drei bis viermal täglich gewechselt werden. Diese speziellen Hosen sind teuer. Die Familie zahlt ca. 70 Euro für jede Hose.

### Der Pflegeschatz

Ein Elternteil näht die Hosen für sein Kind nun selbst. Er hat ein Schnittmuster für Hosen gefunden, die hinten höher geschnitten sind und mehr Spielraum an den Knien haben.

Der Elternteil berichtet, dass er sich für das Design der Hose manchmal Tipps von Jungs aus der Schule oder von Freunden holt. Die Stoffe bekommt der Elternteil aus einem Laden in der Nähe und bringt manchmal Aufnäher zum Beispiel aus dem Urlaub, mit, um die Hosen aufzuwerten.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil spart viel Geld und benutzt Stoffe und aktuelle Designs, die ihm und seinem Kind gefallen.



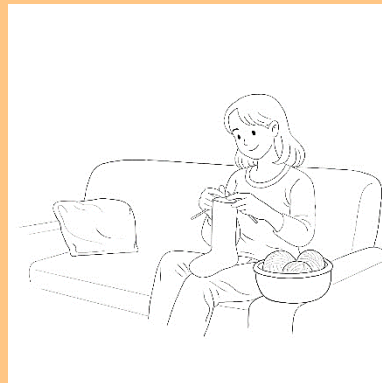
**Schlagworte:** Kleidung ▪ Handarbeit ▪ Sparen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass seinem Kind keine Strümpfe passen, die im Geschäft gekauft werden können. Das liegt daran, dass das Kind dünne, lange Beine und kurze Füße hat. Deshalb braucht es Strümpfe, die eine Sonderanfertigung sind. Diese sind teuer und es ist zeitaufwändig sie zu bekommen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil strickt daher Kniestrümpfe selbst. Als zusätzliche Entlastung strickt eine Bekannte regelmäßig Strümpfe für das Kind. Die Größe der Strümpfe wird mit der Zeit immer wieder angepasst.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil spart dadurch viel Zeit und Mühe.



**Schlagworte:** Soziale Teilhabe ■ Treppe ■ Barriere

### Ausgangslage

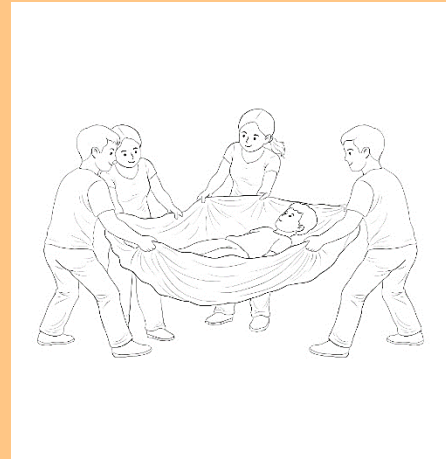
Eine Familie erzählt, dass ihr Kind, das eine körperliche Behinderung hat, oft nicht an bestimmten Aktivitäten teilnehmen kann, weil es in Gebäuden Hindernisse gibt. Zum Beispiel kann die Familie Freunde und Familie nicht besuchen, wenn es im Haus keinen Aufzug gibt.

Auch in der Schule des Kindes stellen Treppen eine große Barriere dar. Ein Elternteil berichtet von seiner Angst, dass es in der Schule mal brennt und das Kind wegen der Treppen nicht rechtzeitig aus dem Gebäude kommt.

### Der Pflegeschatz

Die Schule des Kindes trägt das Kind bei einem Feueralarm nun mit vier Personen auf einer Feuerwehrdecke (Heidelberger Tuch) raus.

Auch für zu Hause hat ein Elternteil so ein Rettungstuch von der Feuerwehr bekommen. Das Rettungstuch liegt im Auto. Damit kann das Kind bei Bedarf in das Tuch gelegt werden. Dann können vier Personen das Kind im Tuch die Treppen hochtragen.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Durch das Rettungstuch kann die Familie an Feiern und Events teilnehmen und Freunde oder Familie besuchen. Barrieren werden überwunden und soziale Teilhabe ist möglich. Außerdem hat die Familie so weniger Angst vor Notfällen.



**Schlagworte:** Information ■ Inspiration ■ Unterstützung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass ein Kind der Familie eine Körperbehinderung hat. Deswegen braucht es viele Hilfsmittel. Den Überblick über die möglichen Hilfsmittel zu behalten und die richtigen Hilfsmittel zu finden, ist schwer, erzählt die Familie. Hilfsmittelberatungen wie die vom Sozialpädiatrischen Zentrum (SPZ) haben der Familie nur wenig weitergeholfen.

### Der Pflegeschatz

Die Familie besucht daher regelmäßig Reha-Messen, sammelt Ideen und informiert sich, welche Hilfsmittel es überhaupt gibt.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Auf diese Weise bekommt die Familie die notwendigen Infos, um passende Hilfsmittel für ihr Kind zu finden. Die Eltern suchen auch gezielt nach Hilfsmitteln zu ihrer eigenen Entlastung.

### Zusatzinformationen

Es gibt zudem die Online-Reha-Messe für Kinder „FiniFuchs“. Hier können sich Eltern immer und von überall informieren.



**Schlagworte:** Freizeit ■ Beschäftigung ■ Inklusion

### Ausgangslage

Das Kind im Teenageralter kann nicht lesen, schreiben oder komplizierte Geräte bedienen. Daher kann es sich nicht so gut selbst beschäftigen und ist häufig auf Hilfe angewiesen. Der Teenager kann zum Beispiel keine Bücher anschauen oder telefonieren. Er mag aber Musik und bewegte Bilder.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern haben daher einen internetfähigen Fernseher angeschafft. Über den Fernseher kann der Teenager spezielle Internetplattformen aufrufen. Hier werden zum Beispiel Musikvideos durch Bilder dargestellt und können durch nur einen Klick abgespielt werden. Das Kind kann Videos und Musik eigenständig anklicken, weil die Bedienung einfach ist. Dafür muss es nicht lesen können.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Der Teenager kann selbstständig die Musik und Sendungen wählen, die ihn interessieren. Dadurch wird er selbständiger. Für die Eltern bedeutet dies, dass sie ihn weniger unterstützen müssen.



**Schlagworte:** Schlaf ■ Wohlbefinden ■ langes Liegen

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein pflegebedürftiges Kind nachts stark am Kopf schwitzt. Daher wird das Kopfkissen nass und muss oft mehrmals die Nacht ausgewechselt werden.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat ein Kissen genäht und mit Hirsekörnern gefüllt. Dieses Kissen legt er beim Schlafen unter den Kopf des Kindes.

Der Elternteil hat das Gefühl, dass der Hinterkopf besser belüftet wird und das Kind weniger schwitzt. Zudem ist Hirse im Gegensatz zu anderen Körnerkissen nicht so laut.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil erzählt, dass das Kind mit dem Hirsekissen ruhiger schläft und das Kissen nicht mehr getauscht werden muss. Das entlastet die Eltern.

## Zusatzinformationen

Die Hirsekörner hat der Elternteil im Drogeriemarkt gekauft.



**Schlagworte:** Homeschooling ■ Lernen ■ Betreuung

## Ausgangslage

Die Eltern eines lebensverkürzend erkrankten und stark pflegebedürftigen Kindes erzählen, dass ihr Kind zu Hause mit Pflegedienst und Therapeuten gut versorgt ist. Die Eltern finden, dass der Besuch einer Förderschule eine zusätzliche Belastung ohne großen Nutzen für das Kind ist. Das Kind ist aber schulpflichtig.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat herausgefunden, dass es die Möglichkeit des Hausunterrichts durch eine Lehrer\*in der zuständigen Förderschule gibt. Das heißt, die Lehrer\*in kommt zu der Familie nach Hause und unterrichtet das Kind dort. Diese Lehrer\*in kann gezielt auf die individuelle Situation von der Familie und dem pflegebedürftigen Kind eingehen. Die Lehrer\*in kommt einmal in der Woche zu der Familie nach Hause.



© Bild: Pflegeschatze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Damit ist die Schulpflicht erfüllt. Gleichzeitig haben die Eltern einen entspannteren Familienalltag, als es mit Schulbesuch möglich ist. Ihre tägliche Routine und die Abläufe funktionieren.

## Zusatzinformationen

Die Familie muss jedes halbe Jahr einen Antrag beim Schulamt stellen. Auch eine komplette Befreiung von der Schulpflicht ist für lebensverkürzend erkrankte Kinder in bestimmten Fällen möglich. Das ist jedoch aufwendig und bürokratisch. Für die Familie sind die halbjährlichen Anträge weniger aufwendig.



**Schlagworte:** Transportables Hilfsmittel ■ Körperbehinderung ■ Inklusion

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein körperbehindertes Kind nicht selbständig sitzen kann. Die üblichen Hilfsmittel zum Sitzen sind recht groß und nicht praktisch für unterwegs.

## Der Pflegeschatz

Die Familie hat kleine, schwere Gewichtskissen. Mit den Kissen kann das Kind ohne größere Hilfsmittel auf dem Boden sitzen und spielen. Die Kissen können zudem leicht an andere Orte mitgenommen werden.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Die Gewichtskissen empfindet die Familie als besonders praktisch, um das Spielen mit anderen Kindern unterwegs zu ermöglichen. Das schafft Abwechslung und Selbständigkeit für das Kind und Entlastung für die Eltern.

## Zusatzinformationen

Die Gewichtskissen, die die Familie nutzt, wiegen 5kg und haben ca. 50 Euro pro Kissen gekostet. Die Familie hat auch selbstgenähte Kissen ausprobiert, die die Nachbarin gemacht hat. Diese sind aber gerissen.

Als Alternative zu den Gewichtskissen nutzt die Familie manchmal auch viele normale Kissen zum Abpolstern.



**Schlagworte:** Selbständigkeit ▪ Spastik ▪ Motorik

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein körperbehindertes Kind Spielzeug nicht gut festhalten kann. Daher ist es schwierig, Beschäftigungsmöglichkeiten für das Kind zu finden. Tiptoi®-Bücher sind für das Kind interessant, aber es kann den Stift nur schwer festhalten.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat einen tiptoi®-Stift mit Schmirgelpapier umwickelt. So hat der Stift mehr Halt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Das Kind kann den tiptoi®-Stift nun etwas besser halten und sich selbst mit den Büchern beschäftigen. Das entlastet die Eltern.

# INSTITUTIONEN





**Schlagworte:** Bürokratie ■ Organisation ■ Fristen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es bei Berichten wichtig ist, Fristen einzuhalten. Leider macht der Elternteil oft die Erfahrung, dass Fristen von anderen nicht immer eingehalten werden (zum Beispiel von Ärzt\*innen).

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil schreibt deshalb alle Termine und Fristen in den eigenen Kalender. Wenn sich zum Beispiel Ärzt\*innen nicht innerhalb der Frist melden oder Berichte nicht pünktlich losschicken, dann hakt der Elternteil nach.

Außerdem schreibt der Elternteil bei Terminen genau mit. So kann er erkennen, ob ein Bericht auch die Inhalte des Termins wiedergibt.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Helene Arens

### Nutzenbeschreibung

Der Einsatz des Elternteils sorgt dafür, dass Fristen für Berichte eingehalten werden und wichtige Informationen nicht verloren gehen.



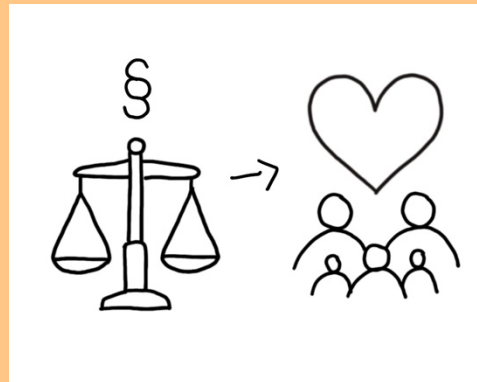
**Schlagworte:** Inklusion ■ Teilhabe ■ Haltung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass vielen pflegebedürftigen Kindern bestimmte Dinge zustehen, die Eltern von Kindern ohne Pflegebedarf nicht haben. Zum Beispiel: Pflegegeld, Haushaltshilfe, freier Eintritt für Begleitpersonen oder ein Parkausweis.

### Der Pflegeschatz

Auf diese Dinge haben Eltern von pflegebedürftigen Kindern ein Recht. Der Elternteil sagt, dass dies der Preis ist, den die Gesellschaft für ein inklusives Miteinander bezahlt. Eltern von pflegebedürftigen Kindern können und sollen diese Dinge ohne jedes schlechte Gewissen in Anspruch nehmen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Da die Familie ihre Rechte in Anspruch nimmt, wird ihr mehr Teilhabe ermöglicht.



**Schlagworte:** Bürokratie ■ Zeitersparnis ■ Alltagsorganisation

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er immer wieder die gleichen Daten und Informationen zu seinem Kind in verschiedenen Fragebögen und Anträgen angeben muss. Zum Beispiel beim Antrag für eine Kur, bei der Anmeldung zur Schule oder bei einer neuen Ärzt\*in.

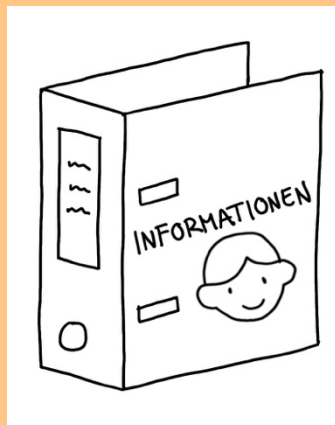
Es ist anstrengend, diese Informationen immer wieder zu suchen.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil möchte eine Liste erstellen, in der alle wichtigen Informationen stehen.

Zum Beispiel:

- Name und Adresse
- Pflegegrad (wann festgestellt und bis wann gültig)
- Schwerbehinderung (festgestellt am und bis wann)
- Diagnose und Datum der Diagnose
- Namen und Adressen von allen Ärzt\*innen und seit wann das Kind dort in Behandlung ist
- Krankenkassennummer und -daten
- Daten von Schulbegleiter\*innen und anderen Organisationen
- Informationen zur Entwicklung des Kindes: Wann ist es gelaufen? Wann hat es das erste Wort gesprochen? Wann hatte es welche Beschwerden?



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

So hätte der Elternteil immer alle wichtigen Informationen an einem Ort.



**Schlagworte:** Informationsmanagement ■ Bürokratie ■ Digitalisierung

### Ausgangslage

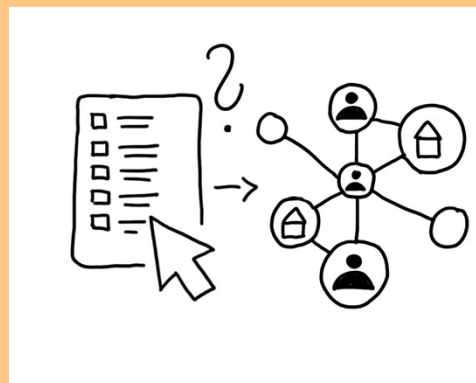
Ein Elternteil erzählt, dass er viele Anträge ausfüllen muss, um Unterstützung für sich und sein pflegbedürftiges Kind zu bekommen. Er findet die Formulare oft unlogisch und unklar.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat ein spezielles Vorgehen entwickelt, um Anträge erfolgreich zu stellen.

Die Eltern informieren sich gründlich über bürokratische Anforderungen, Anträge und aktuelle Entwicklungen. Sie nutzen zum Beispiel Pflegestützpunkte, das SPZ (Sozialpädiatrisches Zentrum), Verbände, Vereine, Social Media oder E-Mail-Verteiler.

Die Eltern scannen Anträge ein und füllen sie digital am Computer aus. Sie achten darauf, alles genau zu lesen und vollständig anzugeben. Manchmal nutzen sie Künstliche Intelligenz (KI), um Argumente oder Anträge vorzubereiten oder um Bescheide und Abschnitte daraus erklärt zu bekommen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Dieses Vorgehen hilft der Familie, Anträge effizient und korrekt zu bearbeiten. Die Eltern haben alle nötigen Informationen und können besser argumentieren.

Sie sagen, dass die sehr sorgfältige und vollständige Bearbeitung von Anträgen Diskussionen und Nachfragen erspart.



**Schlagworte:** Kassenleistung ■ Hilfsmittel ■ Finanzierung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Kassenleistungen für sein pflegebedürftiges Kind oft nicht passend sind. Viele Angebote, wie zum Beispiel Pflegeboxen oder Windeln, sind für Erwachsene gedacht. Deshalb kann die Familie viele dieser Leistungen nicht problemlos nutzen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil ruft oft bei der Krankenkasse an und verhandelt entschlossen.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Durch seine Hartnäckigkeit findet er oft individuelle Lösungen, zum Beispiel für Pflegehilfsmittel und Windeln. So kann die Familie die Kassenleistungen nutzen und bekommt die Unterstützung, die sie braucht.



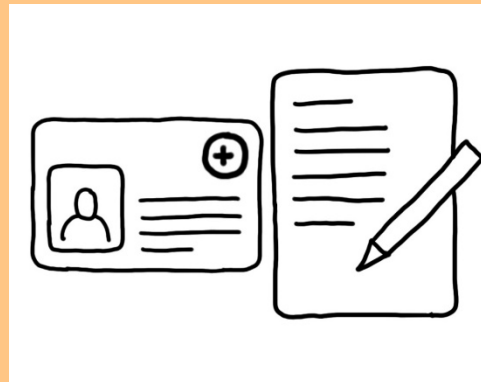
**Schlagworte:** Kommunikation ▪ Organisation ▪ Bürokratie

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt davon, dass er die Krankenkasse seines Kindes häufig anschreiben muss.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil benutzt eine Formular-Vorlage für die Kommunikation mit der Krankenkasse. Er hat diese Vorlage selbst erstellt und gespeichert. Wichtige Daten wie die Versicherungsnummer hat er bereits eingetragen. Bei Bedarf fügt er noch die nötigen Informationen hinzu.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil kann die Krankenkasse so schneller anschreiben.



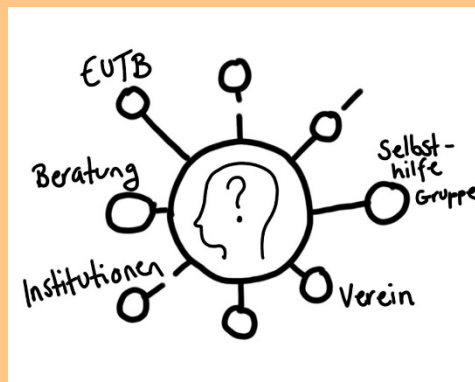
**Schlagworte:** Bürokratie ■ Unterstützung ■ Rat

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er die vielen Anträge im Pflegealltag mühsam findet und man von vielen Notwendigkeiten und Möglichkeiten erst viel zu spät erfährt. Das kann dann große Folgen haben.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil findet es daher besonders wichtig, sich frühzeitig Hilfe zu holen. Er nutzt verschiedene regionale Beratungs- und Unterstützungsangebote. Er nutzt zum Beispiel Selbsthilfegruppen oder auch institutionelle Angebote.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil sagt, dass diese Angebote zum Beispiel bei Anträgen und besonders beim Schulbeginn helfen können.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil nennt als konkrete Anlaufstellen für pflegende Eltern die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) und den Mobilen Sozialen Dienst (MSD). Er findet den MSD besonders wichtig für schulische Fragen und fühlte sich in der Beratung nicht verurteilt.



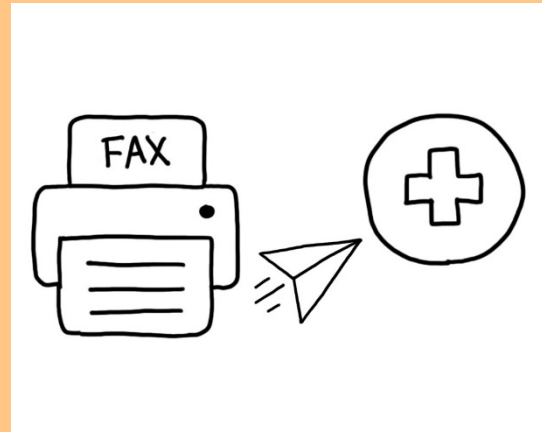
**Schlagworte:** Kommunikation ■ Erreichbarkeit ■ Bürokratie

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass an seinem Wohnort Ärzt\*innen und Krankenhäuser oft überlastet sind. Am Telefon können sie nicht erreicht werden. Auch auf E-Mails reagieren sie nicht.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil schickt den Ärzt\*innen oder Krankenhäusern Faxe. Dazu nutzt er einen Online-Service.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Mit diesem Vorgehen war die Familie zumindest manchmal erfolgreich und hat eine Rückmeldung erhalten.



**Schlagworte:** Bürokratie ▪ Effizienz ▪ Ablagesystem

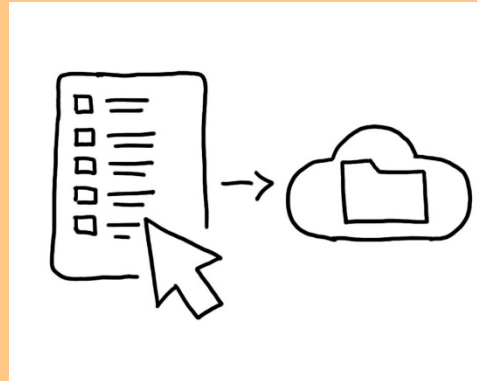
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass viele bürokratische Prozesse und Anträge (Behörden, Krankenkassen und ähnliches) nicht digitalisiert sind. Außerdem müssen die Eltern Anträge häufig mehrfach stellen.

### Der Pflegeschatz

Wenn die Eltern Formulare für Anträge oder andere Dokumente von Ämtern bekommen, scannen sie diese ein und füllen sie am Computer digital aus.

Die digitalen Dokumente und alle Bescheide legen sie in verschiedenen Ordnern in einer Cloud (z. B.: Dropbox, iCloud, Google Drive) ab.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil findet, dass das Ausfüllen von Dokumenten am Computer schneller geht als von Hand. Außerdem nutzen die Eltern die gespeicherten Unterlagen wieder, wenn sie einen Antrag nochmal machen müssen. Das spart Zeit und ist weniger anstrengend.

Durch die Ablage in der Cloud, können die Eltern jederzeit und von überall auf die Dokumente zugreifen.



**Schlagworte:** Kommunikation ■ Nachvollziehbarkeit ■ Bürokratie

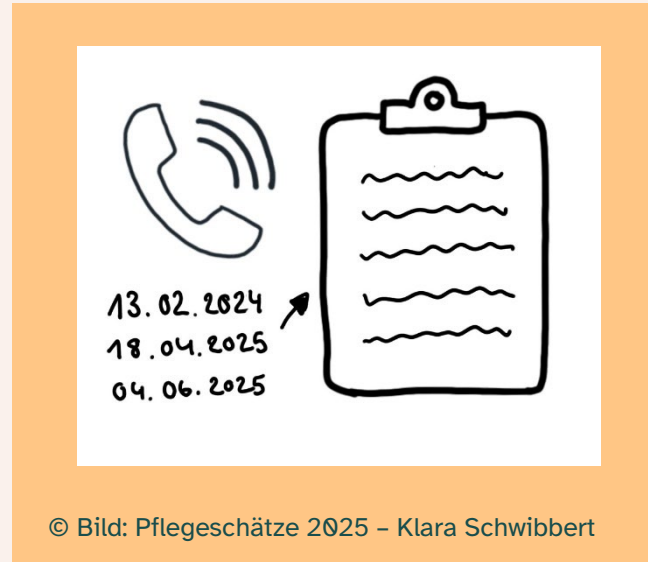
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er mehrmals erfolglos versucht hat eine Institution zu kontaktieren. Später wurde ihm vorgeworfen, nichts unternommen zu haben.

### Der Pflegeschatz

Deshalb hat der Elternteil begonnen, jeden Anruf und jeden Mailkontakt mit Datum zu dokumentieren.

Zudem notiert er die konkreten Ansprechpersonen in den Institutionen und ihre Kontaktdaten (Durchwahl, E-Mail-Adresse).

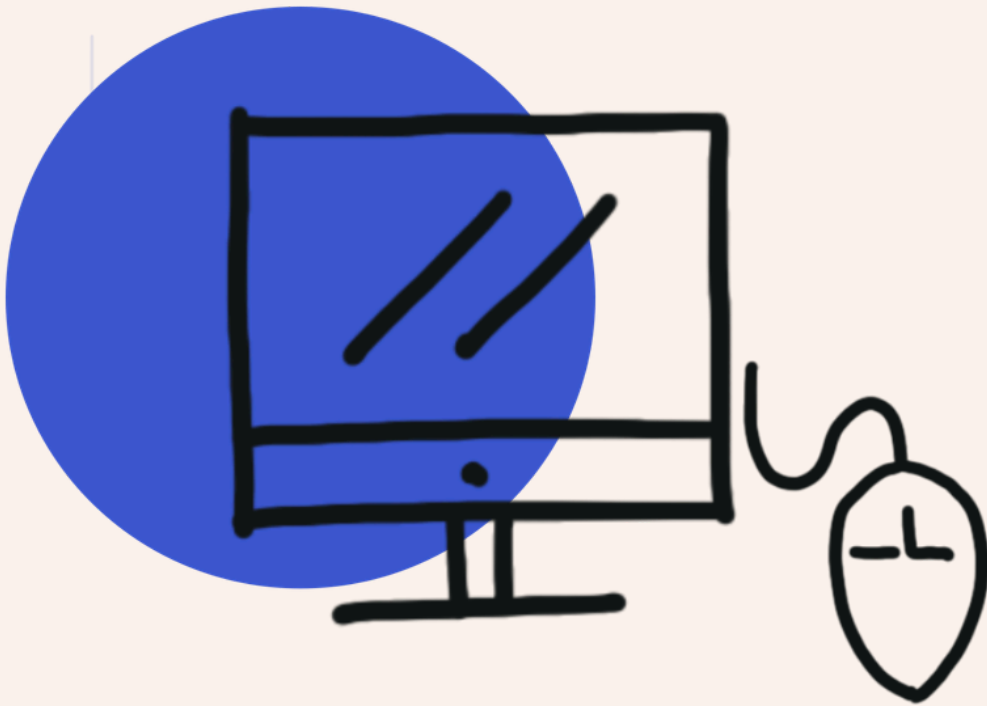


© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

So kann der Elternteil schnell beweisen, wann er mit wem Kontakt aufgenommen hat. Außerdem erreicht er so immer direkt die richtige Stelle, wenn er noch einmal bei derselben Person anrufen möchte.

# JOB





**Schlagworte:** Alltagsstrukturen ▪ Weiterentwicklung ▪ Erwerbsarbeit

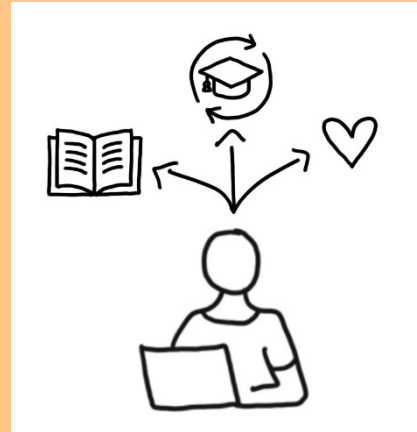
## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, wie er es schafft sich im vollen Alltag um sich selbst zu kümmern.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil geht 10 Stunden in der Woche arbeiten und plant regelmäßige Fortbildungen fest in seinen Alltag ein.

Er macht alle drei Monate eine Fortbildung – entweder online oder vor Ort.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil betrachtet seine Arbeit als Teil der Selbstfürsorge. Durch feste Strukturen schafft er es, sich beruflich um sich zu kümmern.



**Schlagworte:** Erwerbsarbeit ■ Flexibilität ■ Vereinbarkeit

### Ausgangslage

Eine Mutter erzählt, dass sie viele andere Mütter kennt, die wegen ihrer Pflegeaufgaben keine bezahlte Arbeit haben. Sie möchte trotz Pflegesituation weiterhin ihrem Job nachgehen.

### Der Pflegeschatz

Die Mutter arbeitet 25 bis 30 Stunden in der Woche. Das ist möglich, weil sie flexible Arbeitsbedingungen und eine verständnisvolle Arbeitgeberin hat.

Die Mutter erzählt, dass sie im Homeoffice arbeiten kann. Das geht auch spontan, zum Beispiel, wenn das Kind krank ist. Auch kann sie flexibel entscheiden, wenn sie ihre Arbeitszeiten einmal verschieben und zum Beispiel früher anfangen möchte zu arbeiten. Auf diese Weise kann sie ihre Arbeit besser mit den Terminen ihres Kindes, längeren Rehas oder fehlender Betreuung vereinbaren.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

So kann die Mutter ihrem Job nachgehen. Sie sagt selbst, dieser stellt eine Art Zuflucht für sie dar. Hier kann sie gut von ihrem Alltag mit pflegebedürftigem Kind abschalten und auf andere Gedanken kommen.

### Zusatzinformationen

Die Mutter kann nur deshalb mit einem kranken Kind im Homeoffice arbeiten, weil die Kitaassistenz des Kindes dann als Babysitterin zu der Familie nach Hause kommt und das Kind betreut.



**Schlagworte:** Vereinbarkeit ■ Paarbeziehung ■ Prioritäten

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt von dem Hinweis eines Arztes. Er erzählte dem Elternteil von der hohen Scheidungsrate bei pflegenden Eltern. Daran denkt der Elternteil oft. Auch wenn die Eltern eine gute Beziehung führen, merken sie, dass die Anforderungen in ihrem Alltag die Beziehung belasten.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern pflegen ihre Beziehung daher bewusst und räumen ihr einen hohen Stellenwert ein. Gleichzeitig ist den Eltern ihre Arbeit wichtig. Trotzdem hat ein Elternteil eine ihm angebotene Leitungsposition vorerst abgelehnt und damit den nächsten Karriereschritt zurückgestellt. Und das, obwohl der Elternteil langfristig gerne in der Leitungsposition arbeiten möchte.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Ablehnung der Leitungsposition ermöglicht den Eltern auch weiterhin ihre Beziehung zu priorisieren. Denn der aktuelle Job ist gut vereinbar. So bleibt noch etwas Zeit, um die Beziehung zu pflegen. In einer Führungsposition wäre das eventuell anders.

# SELBST- FÜRSORGE



# Cappuccino am Nachmittag

Allein oder mit Kind



Pflegeschätze

**Schlagworte:** Selbstfürsorge ■ Entspannung ■ Alltagsstrategie

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, wie er sich im Alltag schöne Momente schafft.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil trinkt gern am Nachmittag einen Cappuccino. Manchmal allein, manchmal zusammen mit dem Kind. Das Kind bekommt dann einen Kindercappuccino (warmer Milchschaum).



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil genießt den Cappuccino und tut sich im Alltag etwas Gutes.



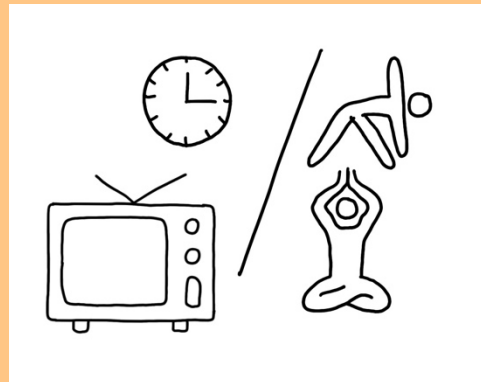
**Schlagworte:** ADHS ■ Entspannung ■ Sport

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er für sein Kind mit erhöhtem Unterstützungsbedarf keine festen Zeiten für Medien hat. Weil das Kind viele Hobbys hat und viel unterwegs ist, schaut es selten fern oder spielt mal am Computer.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil nutzt Medien, wenn er kurz eine Pause braucht. Dann darf sein Kind Fernsehen oder am Computer spielen. Manchmal schauen sie auch zusammen fern.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil nutzt die Medienzeiten seines Kindes gezielt für die eigene Entspannung. Zum Beispiel macht er Sport, wenn sein Kind fernsieht. Auch die gemeinsame Fernsehzeit mit der Familie genießt er und kann dabei entspannen.



**Schlagworte:** Entspannung ■ Erholung ■ Regeneration

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er nicht in den Urlaub fahren kann. Auch die kleinen Ruhepausen werden im Pflegealltag immer seltener. Deshalb fehlen ihm Erholung und Zeit zum Ausruhen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil nimmt sich gezielt Auszeiten. Er geht dann gerne einen ganzen Tag lang in die Sauna.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Für den Elternteil ist der Saunabesuch wie einen erholsamer Urlaubstag. Hier kann er neue Kraft tanken und sich selbst etwas gönnen.

# Zwei Elternschlafzimmer

Durchschlafen oder Ausschlafen ermöglichen



**Pflegeschatze**

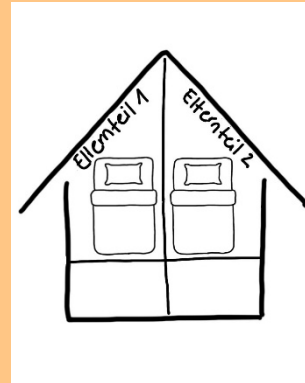
**Schlagworte:** Aufgabenteilung ■ Selbstfürsorge ■ Ruhe

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er nur dann ausschlafen oder durchschlafen kann, wenn der andere Elternteil sich nachts um das Kind kümmert.

## Der Pflegeschatz

Damit dies möglich ist, haben die Eltern zwei Schlafzimmer.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Wenn ein Elternteil sich nachts um das Kind kümmert, kann der andere ungestört schlafen. Der Elternteil sagt, dass es das Schönste ist, wenn er mal ausschlafen oder durchschlafen kann.

# Zähne putzen im Therapiestuhl

Schafft körperliche Entlastung für die Eltern



**Pflegeschatze**

**Schlagworte:** Körperbehinderung ■ Körperhygiene ■ Entlastung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die Körperpflege seines Kindes mit Körperbehinderung manchmal schwierig ist.

Das Zähneputzen am Waschbecken ist anstrengend, weil die Eltern das Kind über das Waschbecken halten müssen. Ein höhenverstellbares Waschbecken, das das Kind im Rollstuhl erreichen könnte, ist in der Mietwohnung nicht machbar.

## Der Pflegeschatz

Die Familie putzt die Zähne im Therapiestuhl, der dafür ins Badezimmer geschoben wird.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Das schont den Rücken der Eltern.



**Schlagworte:** Selbstfürsorge ■ Hobby ■ Aufgabenteilung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sowohl er als auch der andere Elternteil gerne Zeit mit dem Kind verbringen. Allerdings möchte er sich manchmal eine kurze Auszeit nehmen, um den Kopf freizubekommen. Einen Babysitter oder eine Betreuungsmöglichkeit hat die Familie aktuell nicht.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat sich von einem Fußballverein eine Dauerkarte gekauft. Wenn der Elternteil eine Auszeit möchte, spricht er mit dem anderen Elternteil. Der andere Elternteil kümmert sich dann um das Kind. So kann der Elternteil zum Fußballspiel gehen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil hat eine Auszeit und kann den Kopf frei bekommen.



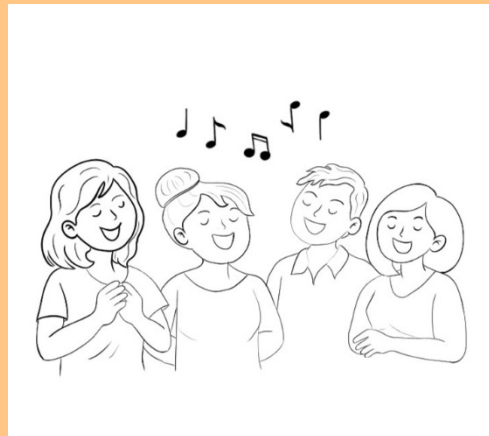
**Schlagworte:** Freizeit ■ Ausgleich ■ Freund\*innen

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt davon, was ihm guttut.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil singt in einem Chor. In dem Chor sind auch sehr gute Freund\*innen.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Der Chor hilft dem Elternteil, neue Energie für den Alltag zu bekommen.



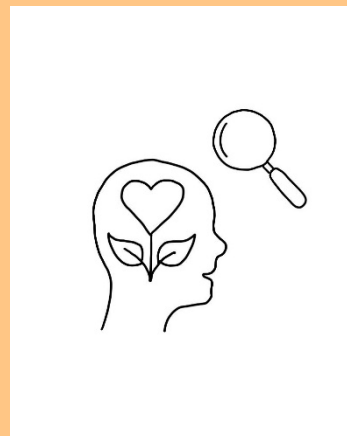
**Schlagworte:** Selbstfürsorge ■ unsichtbare Behinderung ■ Unterstützung

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass die ersten Jahre mit seinem Kind mit ADHS sehr anstrengend waren. Die Beziehung zum Partner war auch schwierig. In dieser Situation hat der Elternteil sich selbst verloren und war unglücklich. Er schaffte es nicht mehr, Dinge zu tun, die ihm guttaten.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat erkannt, dass er erst Kraft tanken muss. Er hat sich getraut, sich selbst wichtig zu nehmen. Er holte sich Unterstützung und machte ein Jahr lang Therapie. Dabei hat der Elternteil angefangen, sein Leben neu zu ordnen und danach geschaut, was für ihn wichtig ist.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Heute lebt der Elternteil wieder mehr so, wie er möchte. Er hat mehr Selbstvertrauen und kann besser Unternehmungen machen und Freundschaften pflegen. Die Therapie hat ihm dabei geholfen.

## Zusatzinformationen

Vor der Therapie hat sich der Elternteil von seinem Partner getrennt. Die Eltern teilen sich die Kinderbetreuung (Wechselmodell). Dadurch fand er Zeit, sich um sich selbst zu kümmern.



**Schlagworte:** Annahme ■ Akzeptanz ■ Selbstachtung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er sich anfangs mit kleinem Kind oft gefragt hat, warum alle anderen es scheinbar schaffen und er so erschöpft ist.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat seine Einstellungen, Überzeugungen und Glaubenssätze geändert. Ihm ist bewusst geworden, dass die Betreuung von Kindern mit erhöhtem Unterstützungsbedarf viel anstrengender ist.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Zu erkennen, dass er tatsächlich mehr belastet ist, hat dem Elternteil emotionale Entlastung verschafft.



**Schlagworte:** Selbstreflexion ■ Stressreduktion ■ Werte

### Ausgangslage

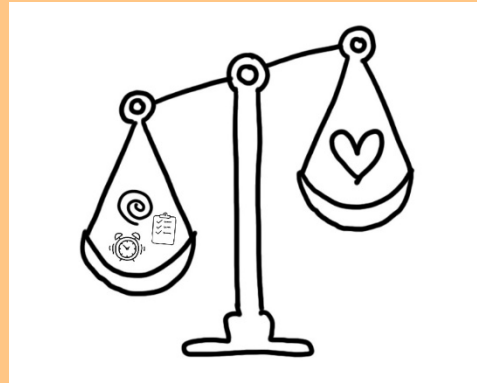
Ein Elternteil erzählt, dass er viel an sich selbst gearbeitet hat. Er hat Glaubenssätze hinterfragt und losgelassen.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat seine Situation angenommen wie sie ist. Er vergleicht sich und sein Kind nicht mit anderen Familien und Kindern. Gleichzeitig überlegt der Elternteil genau, was ihm wichtig ist und was nicht. Er setzt nur Dinge durch, die ihm wirklich wichtig sind („Pick Your Battles“).

Das bedeutet konkret: der Elternteil übernimmt alltägliche Dinge, die das Kind motorisch selbstständig machen könnte. Beispiele sind das Anziehen oder Zähne putzen.

Der Elternteil hat zum Beispiel auch akzeptiert, dass sein Kind nur von bestimmten Teller mit bestimmtem Besteck isst.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Dadurch wird der Alltag leichter und weniger stressig. Der Elternteil empfindet weniger Druck.

### Zusatzinformationen

Der Elternteil beschreibt, dass seine Einstellungen beeinflussen, wie schwer der eigene Alltag ist. Das hilft ihm, Probleme zu bewältigen.



**Schlagworte:** Gesundheit ■ Ausgleich ■ Zeitplanung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, wie er es schafft sich um sich selbst zu kümmern.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil sorgt dafür, in Bereichen wie Arbeit, Gesundheit und Freundschaften Zeit für sich zu haben. Das macht er, indem er feste Zeiten dafür einplant.

So geht der Elternteil zum Beispiel einmal in der Woche zum Yoga. Wenn es die Betreuungssituation zulässt, geht er außerdem zweimal die Woche ins Fitnessstudio.

|             | Mo   | Di | Mi      | Do | Fr      |
|-------------|------|----|---------|----|---------|
| Morgens     | YOGA |    | FITNESS |    |         |
| Nachmittags |      |    |         |    |         |
| Abends      |      |    |         |    | FITNESS |

© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Sporttermine fest einzuplanen hilft dem Elternteil dabei, sich um sich selbst zu kümmern.



**Schlagworte:** Selbstfürsorge ■ Alltagserleichterung ■ Routine

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, wie er es im vollen Pflegealltag schafft, sich um sich selbst zu kümmern.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil erledigt einige Alltagsaufgaben alleine und bindet die Kinder nicht überall ein.



Bild: KI-generiert mit CanvaAI

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil empfindet dieses Vorgehen als Selbstfürsorge, weil er so die Möglichkeit hat, seine Gedanken einfach mal schweifen zu lassen.



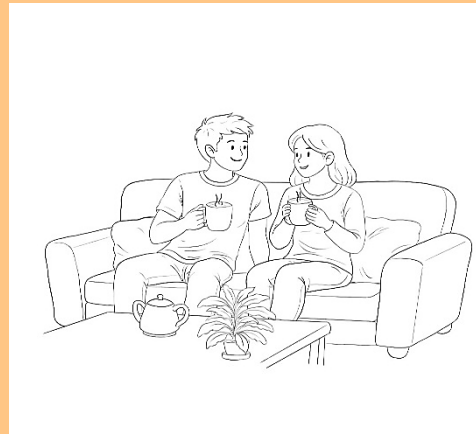
**Schlagworte:** Erholung ■ Achtsamkeit ■ Selbstständigkeit

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass das pflegebedürftige Kind meistens betreut werden muss. Das ist eine hohe Belastung für die Eltern. Manchmal spielt das Kind jedoch selbstständig oder mit dem Geschwisterkind.

### Der Pflegeschatz

Die Eltern nutzen die kurzen Momente bewusst als Pausen und genießen diese, zum Beispiel auf der Couch oder trinken einen Kaffee zusammen.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

So bekommen die Eltern in ihrem Alltag kurze Momente der Erholung und haben Zeit für sich selbst.



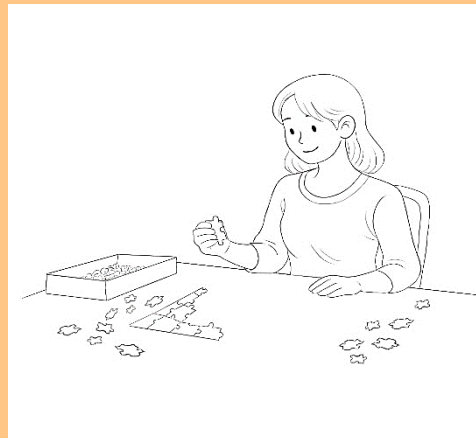
**Schlagworte:** Erholung ▪ Abschalten ▪ Zeitmangel

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er für die Familienorganisation die Hauptverantwortung trägt. Zu der Familie gehören die Eltern, ein pflegebedürftiges Kind und ein Geschwisterkind. Der Elternteil erzählt: sein Kopf ist immer aktiv, er kann nicht abschalten und entspannen. Gleichzeitig hat er nur wenig freie Zeit zur Verfügung.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat angefangen, abends zu puzzeln. Denn ein kleines bisschen Puzzeln lässt sich am Abend noch besser reinschieben.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Das Puzzeln hilft dem Elternteil, kurze Zeitfenster zur eigenen Entspannung zu nutzen. Für ein Puzzle braucht der Elternteil nicht viel Zeit und es macht den Kopf frei.



**Schlagworte:** Freizeit ▪ Auszeit ▪ Ruhe

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein pflegbedürftiger Teenager nicht alleine zu Hause bleiben und sich nur schwer alleine beschäftigen kann. Der Teenager hört gerne laut Musik. Er kann dies nur über den internetfähigen Fernseher und spezielle Plattformen im Wohnzimmer. Andere Geräte kann er nicht bedienen. Außerdem möchte er gerne in der Nähe der Eltern sein. Die Eltern sind froh, dass der Teenager etwas gefunden hat, was er gerne macht und alleine kann. Gleichzeitig stört sie die laute Musik. Sie können dem Teenager nicht erklären, dass er die Musik leiser hören soll.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil nutzt deshalb Noise-Cancelling-Kopfhörer. Allerdings ohne selbst gleichzeitig noch Musik oder ähnliches über die Kopfhörer zu hören. Sondern nur, um die Musik des Teenagers zu dämpfen. Der Teenager kann trotzdem noch gehört werden. Wenn etwas ist, bekommt der Elternteil das mit.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil fühlt sich durch die Musik des Teenagers nicht mehr so sehr gestört. So kann er zum Beispiel lesen, während der Teenager in seiner Nähe ist und laut Musik hört.

### Zusatzinformationen

Die Familie hat für die Noise-Cancelling-Kopfhörer ca. 200,- Euro bezahlt.



**Schlagworte:** Nachts ■ Aufstehen ■ Pflege

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein pflegbedürftiges Kind nachts oft aufwacht und dann Hilfe braucht. Der erste Impuls des Elternteils ist, sofort in Hektik zum Kind zu laufen. Dabei hat sich der Elternteil in der dunklen Wohnung verletzt. Er suchte daher nach einer Möglichkeit, ruhiger reagieren zu können.

### Der Pflegeschatz

Bevor der Elternteil ins Bett geht, kocht er eine Thermoskanne mit Tee. Die Thermoskanne steht neben dem eigenen Bett. Wenn das Kind aufwacht, trinkt er zuerst einen Schluck Tee, um sich selbst zu beruhigen. Danach geht der Elternteil in das Zimmer des Kindes.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil nimmt sich einen Moment, um zur Ruhe zu kommen. Er kann so in der Nacht mit mehr Ruhe und Besonnenheit reagieren.



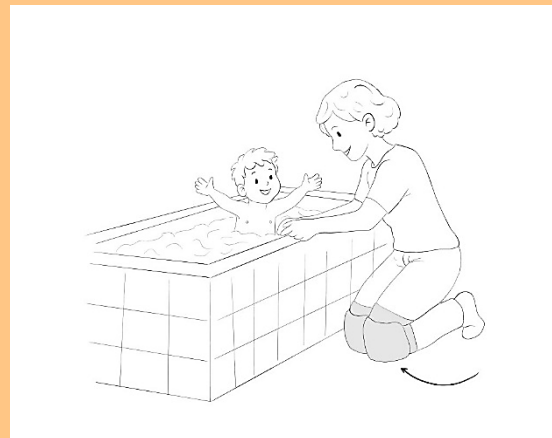
**Schlagworte:** Körperpflege ■ Hilfsmittel ■ Gesundheit

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind aufgrund einer Skoliose mit einer Hand beim Baden in der Badewanne gestützt werden muss. Der Elternteil muss sich dafür neben die Badewanne knien. Der Elternteil erzählt, dass das Knien auf dem harten Fliesenboden schmerzhaft ist. Das Kind muss aber 2- bis 3-Mal die Woche gebadet werden. Das ist belastend für den Elternteil.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil benutzt Knieschoner während das Kind gebadet wird.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

## Nutzenbeschreibung

Durch die Knieschoner ist das Knien auf dem kalten, harten Fliesenboden im Bad nicht mehr so unangenehm.

## Zusatzinformationen

Der Elternteil hat Knieschoner aus dem Gartencenter gekauft, die eigentlich für Gartenarbeit genutzt werden.



**Schlagworte:** Gesundheit ■ Mobilisation ■ Pflege

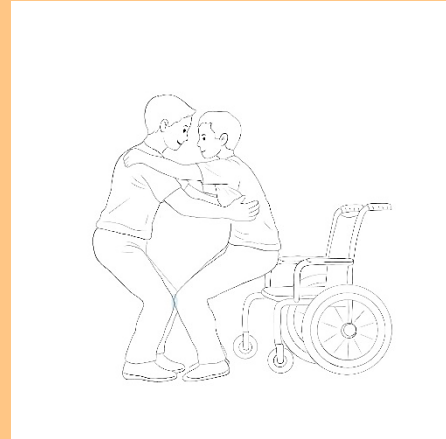
### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind starke Einschränkungen in der Bewegung hat. Das Kind benötigt Hilfe und Unterstützung, um aus dem Bett gehoben und bewegt zu werden. Der Elternteil erzählt, dass die Eltern dadurch körperlich stark belastet sind.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil belegte einen Kinästhetik-Kurs. Den Kurs konnte er zu Hause machen und bei einer Veränderung der Pflegesituation wiederholen. Der Kurs wurde von der Krankenkasse übernommen.

Durch den Kinästhetik-Kurs lernte der Elternteil spezielle, angepasste Handlungsmuster und Bewegungsabläufe für die pflegerische Versorgung des Kindes. Auch das Kind wurde im Kurs zum Mitmachen motiviert.



© Bild: Pflegeschätze 2026 – Hannah Scholtes

### Nutzenbeschreibung

Der Elternteil konnte so die eigene körperliche Belastung und Anstrengung bei der Versorgung seines pflegbedürftigen Kindes reduzieren.

# Wohnungstür als Schlafzimmertür

Schallschutz durch eine dickere Tür



Pflegeschätze

**Schlagworte:** Schlaf ■ Ruhe ■ Rückzug

## Ausgangslage

Ein Elternteil muss aus beruflichen Gründen am Tag schlafen. Laute Geräusche und Musik stören ihn beim Schlafen.

## Der Pflegeschatz

Daher hat die Familie eine Wohnungstür als Schlafzimmertür eingebaut. So können Geräusche und Musik minimiert werden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

So kann der Elternteil auch am Tag erholsam schlafen. Zudem nutzen alle Familienmitglieder den Raum nun als Ruhezone im Alltag.



**Schlagworte:** Ernährung ■ Gesundheit ■ Hilfsmittel

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er seinem körperbehinderten Kind häufig beim Essen hilft. Gleichzeitig möchte er selbst essen. Allerdings belastet das seinen Rücken.

## Der Pflegeschatz

Das Elternteil hat sich deshalb ein Rückenkissen für seinen Stuhl am Esstisch gekauft. Das Kissen liegt dort immer bereit.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Projektteilnehmer\*in

## Nutzenbeschreibung

Das Kissen entlastet den Rücken des Elternteils.

# UNTERSTÜTZUNG & NETZWERK





**Schlagworte:** ADHS ■ Kommunikation ■ Unterstützung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass das herausfordernde Verhalten seines Kindes den Alltag und die Schule immer wieder schwer macht.

In der Grundschulzeit wussten die Eltern noch nicht, woran das liegt. Am Ende der Grundschulzeit hat das Kind eine Diagnose bekommen, die sein Verhalten erklärt.

### Der Pflegeschatz

Während der Grundschulzeit haben die Eltern oft per E-Mail mit der Lehrer\*in gesprochen. Die Lehrer\*in hat das Kind in der Schule unterstützt, einen Diagnoseverdacht geäußert und der Familie immer wieder Tipps gegeben, wie sie den Alltag besser meistern kann.

An der weiterführenden Schule suchen die Eltern von Anfang an den Kontakt zu den neuen Lehrer\*innen. Sie wollen die Lehrer\*innen über die Diagnose des Kindes und seine spezifischen Herausforderungen informieren.

Zusammen machen sie Absprachen, um das Kind in der Schule gut zu unterstützen. Zum Beispiel schreibt eine Lehrer\*in die Hausaufgaben auf, damit das Kind und die Familie wissen, was zu tun ist. Die Eltern benennen immer konkret, welche Unterstützung ihr Kind von den Lehrer\*innen braucht.



Bild: KI-generiert mit OpenAI -ChatGPT

### Nutzenbeschreibung

Die Eltern erzählen, dass sie in der Grundschule von der Lehrer\*in viel Hilfe für den Alltag mit ihrem Kind bekommen haben. Die Lehrer\*in hat die Familie auf dem Weg zur Diagnose und beim Umgang mit Schwierigkeiten unterstützt.

An der weiterführenden Schule ist es den Eltern wichtig, den Lehrer\*innen Informationen zu geben und sie zu informieren. Sie wollen durch offene Gespräche verhindern, dass ihr Kind falsch beurteilt wird. Stattdessen wünschen sich die Eltern, dass die Lehrer\*innen ihr Kind besser verstehen, sensibel reagieren und gemeinsam einen guten Umgang finden.



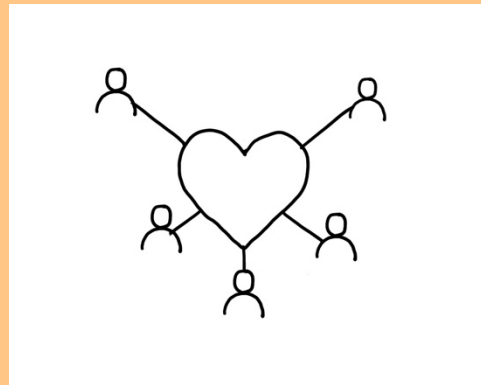
**Schlagworte:** Freund\*innen ■ Entlastung ■ Unterstützung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass bei der Betreuung seines pflegebedürftigen Kindes viele Aufgaben anfallen, die die Eltern nicht allein schaffen können.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat ein Helfer\*innensystem für seine Familie aufgebaut. Viele Freund\*innen und Bekannte haben ihre Hilfe angeboten. Jede\*r bekommt eine kleine Aufgabe. Zum Beispiel strickt eine Person Strümpfe und eine andere repariert das Fahrrad.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die ganze Familie bekommt Hilfe und Entlastung in verschiedenen Situationen und weiß immer, an wen sie sich wenden kann.

Dabei bekommt niemand zu viele Aufgaben, damit sich keiner überfordert fühlt. So hat das Helfer\*innensystem viele Jahre funktioniert.



**Schlagworte:** Kommunikation ■ unsichtbare Behinderung ■ Erfahrungsaustausch

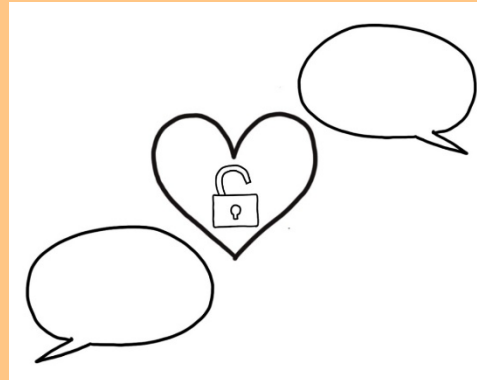
## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er es am Anfang schwer fand, mit den besonderen Herausforderungen im Alltag mit seinem Kind umzugehen und ausreichend Austausch und Informationen zu finden.

## Der Pflegeschatz

Mit der Zeit hat der Elternteil gelernt, offen über die Herausforderungen und die Diagnose seines Kindes zu sprechen.

Wenn er merkt, dass andere Eltern offen sind und das Gespräch in eine bestimmte Richtung geht, öffnet er sich. Er erzählt zum Beispiel von Situationen auf dem Spielplatz oder beim Fußballtraining, wo er mit anderen Eltern durch offene Gespräche schnell Gemeinsamkeiten gefunden hat.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil sagt, dass auch mit eher flüchtigen Bekannten durch Offenheit gute Gespräche entstehen. Der Austausch tut gut und er bekommt neue Ideen für den Alltag mit seinem Kind, das in manchen Situationen mehr Hilfe braucht.



**Schlagworte:** Erfahrungsaustausch ■ Tipps ■ Netzwerk

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es im Alltag mit seinem Kind mit ADHS immer wieder neue Herausforderungen gibt. Lösungen klappen nicht immer oder nicht dauerhaft. Deshalb braucht der Elternteil immer wieder neue Ideen. Er findet Sachbücher als Informationsquelle zu lang und langweilig.

## Der Pflegeschatz

Um auf neue Ideen zu kommen, nutzt der Elternteil verschiedene Social-Media-Kanäle. Er folgt gezielt Personen, die sich mit dem Thema beschäftigen und deren Inhalte er gerne anschaut.

Zum Beispiel folgt er erwachsenen Personen mit ADHS, die von ihrem Alltag erzählen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Über Social Media findet der Elternteil schnell neue Ideen für den Alltag mit seinem Kind mit ADHS. So kann er sich gut auf Neues vorbereiten.

Außerdem findet er Tipps für sich selbst. Zum Beispiel hat er die Idee bekommen, in schwierigen Situationen Fidget-Toys (kleine Spielzeuge) zu benutzen. Die Gegenstände helfen ihm bei Stress entspannt und bei vielen Reizen fokussiert zu bleiben.



**Schlagworte:** Bürokratie ■ Institutionen ■ Hilfsangebote

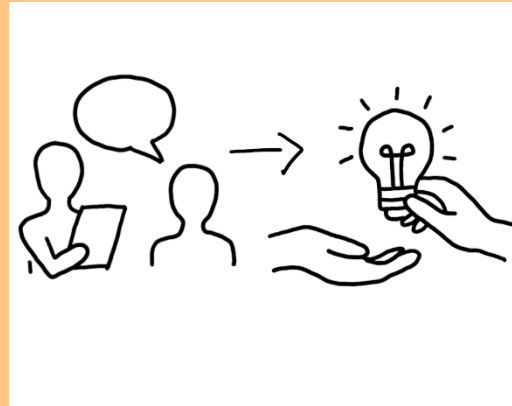
## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er es wichtig findet, bei Anträgen Unterstützung zu bekommen.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil fragt (Selbsthilfe-)Vereine zu Anträgen.

Er fragt Vereine am eigenen Wohnort und auch Vereine, die auf die Erkrankung des Kindes spezialisiert sind.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

So bekommt der Elternteil Unterstützung bei der Antragstellung.

## Zusatzinformationen

Als Beispiele nennt der Elternteil Süsse Zitronen e.V., Mein Herz lacht e.V. und Dravet-Syndrom e.V..

# Netzwerke frühzeitig aufbauen

Mit Eltern in ähnlichen Situationen in Kontakt kommen



Pflegeschätze

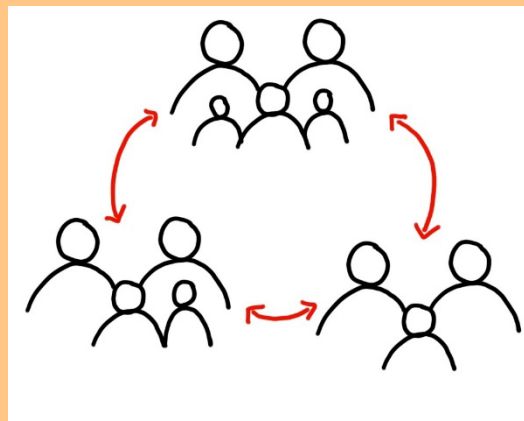
**Schlagworte:** Peer-Group ■ Unterstützung ■ Austausch

## Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass er gerne früher mit anderen Familien in Kontakt gekommen wäre.

## Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat sich im Laufe der Zeit ein Netzwerk aus anderen Eltern mit ähnlichen Herausforderungen aufgebaut (Peer-Group).



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

## Nutzenbeschreibung

Der Elternteil empfindet sein Netzwerk als wertvolle Quelle für unterschiedliche Informationen.

Er findet hier Antworten auf Fragen wie zum Beispiel: Wo findet man gute Ärzte? Welche Rechte haben wir? Was für Freizeitangebote gibt es?



**Schlagworte:** Geld ■ Mobilität ■ Unterstützung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass sein Kind einen elektrischen Rollstuhl benötigt. Das Kind kann den Rollstuhl ohne Elektrik nicht alleine bedienen.

Der elektrische Rollstuhl ist aber groß und schwer. Er passt daher nicht in das Auto der Familie.

Die Familie wünscht sich daher ein neues Auto. Das Auto soll behindertengerecht sein und eine Rampe für den elektrischen Rollstuhl haben. Zudem sollen die Geschwister auf Augenhöhe und nebeneinandersitzen können.

### Der Pflegeschatz

Doch ein solches Auto ist teuer. Es kostet ungefähr 80.000 Euro. Daher unterstützt eine Freundin die Familie mit einer Spendenaktion.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Spendenaktion ist grade gestartet und soll der Familie helfen das behindertengerechte Auto kaufen zu können.



**Schlagworte:** Bürokratie ■ Haushaltshilfe ■ Unterstützung

### Ausgangslage

Ein Elternteil erzählt, dass es üblich ist, die Leistungen des Entlastungsbetrages über einen Pflegedienst in Anspruch zu nehmen. Auch andere Personen, die einen Pflegekurs abgeschlossen haben, werden über den Entlastungsbetrag abgerechnet. Es ist jedoch schwer, Personen zu finden, die diesen Pflegekurs abgeschlossen haben und eine passende Unterstützung für die Familie bieten.

### Der Pflegeschatz

Die Familie hat herausgefunden, dass es in Nordrhein-Westfalen seit Anfang 2024 möglich ist, auch Personen ohne Pflegekurs und Pflegedienst zur Unterstützung im Alltag einzustellen und über den Entlastungsbetrag zu bezahlen. So hat die Familie einen Fensterputzer gefunden. Dieser musste in einem der Regionalbüros in NRW eine Broschüre lesen, was als Ersatz für den Pflegekurs angerechnet wurde. Mit einer Bestätigung, dass er die Broschüre gelesen hat, konnte die Familie einen Nachbarschaftshilfe-Antrag bei der Krankenkasse stellen. Sie kann den Fensterputzer nun im Zuge der Nachbarschaftshilfe per Rechnung über den Entlastungsbetrag bezahlen.



© Bild: Pflegeschätze 2025 – Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Die Familie kann durch die Regionalbüros den Entlastungsbetrag nutzen, ohne dass ein aufwendiger Pflegekurs nötig ist. So bekommt die Familie Unterstützung im Alltag.

### Zusatzinformationen

Die Regelungen für den Entlastungsbetrag sind von Bundesland zu Bundesland verschieden und müssen daher im Einzelfall geprüft werden. Zudem können sie sich ändern. Die Broschüre und ein Formular zur Bestätigung sind auch online abrufbar.



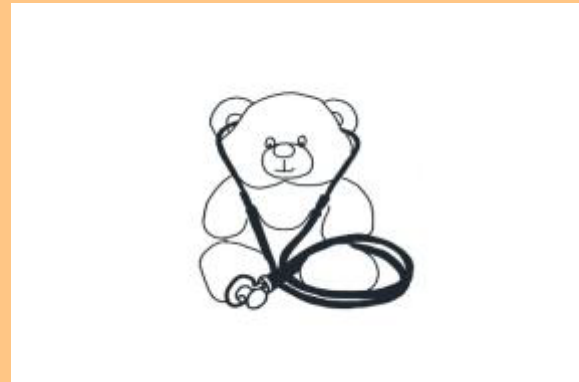
**Schlagworte:** medizinische Versorgung ■ Unterstützung ■ Fachexpertise

### Ausgangslage

Ein Elternteil eines pflegebedürftigen Kindes erzählt, dass die Kinderärzt\*innen im Wohnort nicht gut auf Kinder mit Behinderung eingestellt sind. Zudem ist die Familie mit der Verordnung von Hilfsmitteln über das SPZ (Sozialpädiatrisches Zentrum) nicht zufrieden.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat daher in seinem Umfeld gezielt nach einer anderen Kinderärzt\*in gesucht, die Erfahrungen mit Kindern mit Behinderung hat. Weil die neue Kinderärzt\*in weiter weg ist, braucht es eine gute telefonische Zusammenarbeit. Die Familie lässt sich zudem Verordnungen mit der Post zusenden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Bei der neuen Kinderärzt\*in wird das pflegebedürftige Kind aus Sicht der Eltern besser versorgt. Die gesamte Familie fühlt sich besser verstanden.

Zudem ist die Verordnung von Hilfsmitteln über die neue Ärzt\*in einfacher als über das SPZ. Das entlastet die Eltern. Durch die Zusendung der Verordnungen per Post spart die Familie Zeit und Wegstrecke.

### Zusatzinformationen

Auch in anderen Bereichen hat die Familie gute Erfahrungen damit gemacht, Institutionen und Dienstleister zu wechseln.



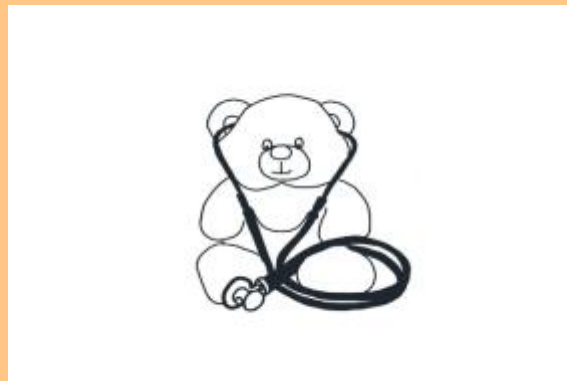
**Schlagworte:** medizinische Versorgung ■ Unterstützung ■ Fachexpertise

### Ausgangslage

Ein Elternteil des pflegebedürftigen Kindes erzählt, dass die Kinderärzt\*innen im Wohnort nicht gut auf Kinder mit Behinderung eingestellt sind. Zudem ist die Familie mit der Verordnung von Hilfsmitteln über das SPZ (Sozialpädiatrisches Zentrum) nicht zufrieden.

### Der Pflegeschatz

Der Elternteil hat daher in seinem Umfeld gezielt nach anderen Kinderärzt\*innen gesucht, die Erfahrungen mit Kindern mit Behinderung haben. Weil die neue Kinderärzt\*in weiter weg ist, braucht es eine gute telefonische Zusammenarbeit. Die Familie lässt sich zudem Verordnungen mit der Post zusenden.



© Bild: Pflegeschätze 2025 - Klara Schwibbert

### Nutzenbeschreibung

Bei der neuen Kinderärzt\*in wird das pflegebedürftige Kind aus Sicht der Eltern besser versorgt. Die gesamte Familie fühlt sich besser verstanden.

Zudem ist die Verordnung von Hilfsmitteln über die neue Ärzt\*in einfacher als über das SPZ. Das entlastet die Eltern. Durch die Zusendung der Verordnungen per Post spart die Familie Zeit und Wegstrecke.

### Zusatzinformationen

Auch in anderen Bereichen hat die Familie gute Erfahrungen damit gemacht, Institutionen und Dienstleister zu wechseln.