

Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken
Pressemitteilung



Fachstelle für Demenz und Pflege
Oberfranken
Berliner Platz 3
95030 Hof
09281 / 57 500
info@demenz-pflege-oberfranken.de

Schule von 8 bis 13 Uhr – Sorge rund um die Uhr

Herausforderungen junger Menschen mit Pflege- und Sorgeverantwortung

Mai 2026

Geschirr spülen, Zimmer aufräumen und Müll rausbringen – für viele Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene gehören diese Aufgaben zu ihrem Alltag. Doch etwa 90.000 Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 20 Jahren versorgen darüber hinaus allein in Bayern kranke oder pflegebedürftige Angehörige und tragen ungleich mehr Verantwortung als Gleichaltrige.¹ Statistisch gesehen sitzen in jeder Schulklasse ein bis zwei Schülerinnen und Schüler, die als sogenannte Young Carers gelten.

¹ Metzging, Sabine/Ostermann, Thomas/Robens, Sibylle/Galatsch, Michael (2019). The prevalence of young carers – a standardised survey amongst school students (KiFam-study). Scandinavian Journal of Caring Science 34/2, S. 501–513.

Diese Fachstelle wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert.



Aufgaben der Young Carers

In der Fachwelt werden Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit Pflege- und Sorgeverantwortung als „Young Carers“, zu Deutsch „Junge Sorgende“, bezeichnet. Sie unterstützen regelmäßig ihre kranken und pflegebedürftigen Angehörigen, zum Beispiel Eltern mit körperlichen oder psychischen Erkrankungen oder Geschwister mit einer Behinderung. Die Aufgaben von Young Carers sind vielfältig. Sie übernehmen den Haushalt, erledigen Einkäufe, bereiten Mahlzeiten zu oder begleiten zu Arztterminen. Häufig leisten sie auch emotionale Unterstützung oder kümmern sich um jüngere Geschwister. Neben diesen verantwortungsvollen Tätigkeiten müssen sie wie alle jungen Menschen Schule, Ausbildung oder Studium meistern und versuchen, Hobbys nachzugehen oder Freunde zu treffen – was oft zu kurz kommt.

Herausforderungen und Belastungen von Young Carers

Für die meisten Young Carers ist die Unterstützung ihrer Angehörigen eine Selbstverständlichkeit. Aus diesem Grund sprechen viele der jungen Menschen nicht offen über ihre Rolle in der Familie; oft auch, um das System, welches sie durch ihre Unterstützung aufrechterhalten, nicht zu gefährden. Doch die Verantwortung kann mit einer großen Belastung einhergehen und sich auf die psychische und körperliche Gesundheit der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen auswirken. Viele Young Carers leiden unter der Angst, Fehler zu machen oder sorgen sich ständig um ihre Angehörigen. Ihre persönliche, schulische und berufliche Entwicklung gerät dabei oft in den Hintergrund, da sie zahlreiche Aufgaben gleichzeitig bewältigen müssen.

Stärken von Young Carers

Trotz der vielfältigen Herausforderungen und Belastungen entwickeln viele Young Carers besondere Stärken, die ihnen im Leben zugutekommen. Sie verfügen häufig über ein hohes Maß an Empathie, ein stark ausgeprägtes Verantwortungsbewusstsein und erleben oft einen starken familiären Zusammenhalt. Nicht selten gehen ihre Erfahrungen mit einem gestärkten Selbstwertgefühl und innerer Reife einher.

Young Carers erkennen

Young Carers bleiben mit ihren Bedürfnissen und Problemen oft unbemerkt. Im Schulalltag zeigen sie sich jedoch nicht selten durch Lernschwierigkeiten, Müdigkeit und Konzentrationsprobleme. Auch ein Leistungsabfall oder das Verfehlen von Klassenzielen können Hinweise auf eine Überlastung sein.

Diese Fachstelle wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert.

Angebote für Young Carers

Um Young Carers gezielt unterstützen zu können, ist es wichtig, ihre Bedürfnisse und Probleme wahr- und ernst zu nehmen.

Die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken und die Staatliche Schulberatungsstelle Oberfranken haben es sich deshalb zum Ziel gesetzt, für die Bedarfe von Young Carers zu sensibilisieren. Young Carers, ihre Familien sowie Fachkräfte können sich jederzeit an die Stellen wenden, um einen Überblick über regionale und bundesweite Unterstützungsangebote zu erhalten. Anfängliche Informationen finden sich auf der Homepage der Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken: www.demenz-pflege-oberfranken.de/beratung-in-der-pflege/young-carers. Darüber hinaus sind Klassenlehrkräfte und lokale Erziehungsberatungsstellen immer erste Anlaufstellen. Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei.

Sie erreichen die Fachstelle für Demenz und Pflege Oberfranken unter info@demenz-pflege-oberfranken.de oder 09281 / 57 500.

Diese Fachstelle wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege sowie durch die Arbeitsgemeinschaft der Pflegekassenverbände in Bayern und durch die Private Pflegepflichtversicherung gefördert.