

## GUTE BESSERUNG

## Spielen gegen die Angst

Was Eltern tun können, wenn ihr Kind in die Klinik muss

## Das Kind vorbereiten

Für Kinder gilt wie für Erwachsene: Unwissenheit verunsichert. Wird Kindern dagegen altersgerecht erklärt, was auf sie zukommt, können sie sich innerlich darauf einstellen. Die Hamburger Psychologin Irene Petersen rät Eltern deshalb, das Kind schon einige Wochen vor der Behandlung mit dem Thema Krankenhaus vertraut zu machen. Ein Spielzeug-Arztkoffer kann dabei ebenso helfen wie Rollenspiele oder ein Besuch in der Klinik (etwa am Tag der offenen Tür).



## Nicht zu sehr beschönigen

Die Eltern sollten ihre Kinder nicht abschirmen, sondern möglichst in das Geschehen einbeziehen – zum Beispiel in eine Besprechung über die Schritte der Behandlung. »Wenn die Kinder sehen, dass die Eltern den Ärzten und Pflegern vertrauen, dann entspannt sie das schon«, sagt Irene Petersen. Und statt alles zu beschönigen, sollte man möglichst nah an der Wahrheit bleiben. Das schafft Vertrauen und zahlt sich im Laufe der Behandlung aus: Wenn das Kind etwa vorher weiß, dass es beim Aufwachen nach der Operation erst einmal im Bett liegen bleiben muss oder dass etwas wehtun kann, erlebt es keine böse Überraschung und kann sich darauf einstellen.



## Am Krankentisch sitzen

Wichtig ist in jedem Fall die Anwesenheit der Eltern. Viele Studien zeigen, dass Kinder im Krankenhaus weniger Angst haben, wenn die Eltern bei ihnen sind. Bei Jüngeren (unter zehn Jahren) ist es gut, wenn die Eltern möglichst rund um die Uhr präsent sind – oder andere vertraute Personen wie die Großeltern. Für Kinder, die länger im Krankenhaus liegen, gibt es vielerorts eine psychosoziale Betreuung. Oft werden die jungen Patienten auch von Freiwilligen begleitet, die ihnen erklären, was im Krankenhaus geschieht. All diese Unterstützung kann die Eltern entlasten. »Ersetzen kann sie jedoch niemand«, sagt Irene Petersen.



Die vierjährige Leni hat es gut im Krankentisch – dank Raimond Ehrentraut (mit Ballon)

## Juhu, Krankenhaus!

Wie nimmt man kleinen Kindern die Angst vor der Klinik? Ein Bremer Konzept nutzt die Kraft der Fantasie **VON CHRISTIAN HEINRICH**

Die Geschichte von den Schnobbls geht so: Weil sie so unglaublich schnell sind, kann sie niemand sehen, solange sie in Bewegung sind. Zu erkennen sind dann nur die Sterne, die sie hinterlassen, wenn sie durch das Krankenhaus sausen. Diese Sterne kleben überall in den Gängen auf Augenhöhe der Kinder.

Leni mag die Geschichte. Und sie mag die Schnobbls auch dann, wenn sie sich nicht bewegen. Einer von ihnen sitzt jetzt ganz ruhig in ihren Armen. Das orangefarbene Stofftier hat zottelige braune Haare, an dem runden Gesicht mit dem lächelnden Mund hängen zwei kurze Beine. »Mein Schnobbl hat auf mich aufgepasst, als ich krank war, jetzt passe ich auf ihn auf«, sagt Leni und drückt ihn an sich.

Die Vierjährige sitzt in einem Untersuchungsraum des Krankenhauses St. Joseph-Stift in Bremen. Einige Monate zuvor waren ihr Polypen im Rachen entfernt worden, heute steht die Kontrolle an. »Am Tag vor der Operation ging sie ganz entspannt ins Krankenhaus«, erzählt ihre Mutter Carina. Denn Leni wusste, dass sie dort ihren Schnobbl bekommen würde, der dafür sorgte, dass alles gut läuft. Das hatte sie von einer Audio-CD gelernt, die sie zwei

Tag vor dem Krankenhausaufenthalt zu Hause anhörte. In einer Erzählung und einem Lied erfuhre sie von den Schnobbls, die auf die Kinder im Krankenhaus aufpassen und sich darum kümmern, dass sie schnell wieder gesund werden.

Das Konzept hinter Stofftier und CD heißt »Dolores«, abgeleitet vom lateinischen Dolor (Schmerz). Entwickelt hat es der Krankenpfleger Raimond Ehrentraut gemeinsam mit Psychologen, um Kindern die Angst vor dem Aufenthalt in der Klinik zu nehmen. Denn weniger Angst tut nicht nur psychisch, sondern auch körperlich gut. Das zeigt etwa eine Studie der Yale University School of Medicine an 241 Kindern, denen die Mandeln entfernt werden mussten: Jene Kinder, die vor der Operation ängstlich waren, hatten danach mehr Schmerzen als andere und brauchten mehr Schmerzmittel. Andere Studien weisen darauf hin, dass Wunden langsamer heilen und dass nach Operationen eher Komplikationen auftreten, wenn Kinder Angst und Stress haben.

»Die Vorstellungskraft der Kinder ist riesig. Sie können sich das Negative, das Gefährliche genau ausmalen und bekommen schnell Angst«, sagt Raimond Ehrentraut. »Wir versuchen, mit unserem Konzept diesen Mechanismus umzudrehen und die Fantasie in eine positive Richtung zu lenken. Dann hat sie enormes Potenzial, den Kindern ihre Ängste zu nehmen.«

Wie gut das Konzept wirkt, ist noch nicht wissenschaftlich untersucht. Bisher verlassen sich Ehrentraut und seine Kollegen auf die Rückmeldungen der Kinder und Eltern: Die seien positiv. Unabhängige Beobachter loben das Projekt, etwa das Aktionskomitee Kind im Krankenhaus (Akik): »Kinder haben das Recht, im Krankenhaus ihrem Alter und ihrem Verständnis entsprechend informiert und behandelt zu werden. Das Dolores-Konzept verhilft den Kindern zu diesem Recht«, sagt die Vorsitzende Katharina Zelies. Auch die Psychologin Irene Petersen vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf hält das Projekt für sinnvoll. »Eltern sind meist überfordert mit der Situation, ihren Kindern erklären zu müssen, was im Krankenhaus auf sie zukommt. Insbesondere bei sehr kleinen Kindern ist das schwierig.« Ansätze wie Dolores, die konstruktiv mit der Fantasie der Kinder arbeiten, seien daher sehr hilfreich – für alle Beteiligten. »Wenn die Eltern in die Vorbereitung einbezogen werden, machen sie sich oft viel weniger Sorgen, ob das Kind den Krankenhausaufenthalt emotional gut verkraftet«, sagt Petersen.

Fünf andere Krankenhäuser haben das Dolores-Konzept bereits übernommen, Ehrentraut ist mit vielen weiteren Kliniken im Gespräch. Inzwischen hat er sogar ein eigenes Unternehmen gegründet. Ihm gehe es jedoch nicht

um Profit, sondern um die Verbreitung des Konzepts, sagt Ehrentraut. Den Gewinn spende er an ein Bildungsprojekt in Bangladesch, das ein befreundeter Arzt ins Leben gerufen hat.

Denn noch sind solche kinderbezogenen Modelle in Deutschland eher die Ausnahme – nicht zuletzt aus finanziellen Gründen. An einigen Unikliniken gibt es zwar ähnliche Ansätze: Mancherorts verarztet zum Beispiel kindliche Patienten mit Medizinstudenten zusammen Teddys, um so die Furcht vor dem weißen Kittel und der Klinik zu verlieren. Viele große Kinderstationen haben auch ein Krankenhaus aus Playmobil, mit dem die Kinder spielend verarbeiten können, was sie erlebt haben. Doch das Dolores-Konzept geht erheblich weiter: Es setzt schon vor dem Aufenthalt an, begleitet die Kinder während der Behandlung und danach.

Wenn Leni heute durch die Gänge der Klinik in Bremen läuft, wirkt sie selbstsicher, als sei ihr die Umgebung bestens vertraut. Unterwegs kommt sie immer wieder an den bunten Sternen vorbei, die an den Wänden kleben. »Die Schnobbls sind hier viel unterwegs, ich habe schon ganz viele Sterne im Krankenhaus gefunden«, erzählt sie. In Wartebäumen hängen Bilder von Schnobbls, die junge Patienten gemalt haben, und wenn einem Kind zum Beispiel Blut abgenommen wird, bekommt es anschließend ein Zauberpflaster, auf dem – natürlich! – ein Schnobbl zu sehen ist.

Als Leni nach ihrer Operation im Aufwachraum zu sich kam, warteten dort ihre Mutter und ihr Stofftier. »Ich hatte einen Stecker im Arm, den habe ich gleich dem Schnobbl gezeigt«, erinnert sich Leni. Als sie eine Woche später nach Hause entlassen wurde, schenkte ihr die Klinik ein Buch mit Geschichten über die Schnobbls, um die Erinnerung an das Krankenhaus positiv zu prägen. »Ich musste es ihr unzählige Male vorlesen, sie kann es inzwischen fast mitsprechen«, sagt die Mutter. Wie sehr die Kinder an den Schnobbls hängen, zeigen auch Briefe, die Kinder noch Jahre nach der Operation schreiben. Ein Junge verlor das Stofftier im Urlaub und wollte unbedingt ein neues haben.

So werden die Kinder auch zu Werbeträgern für die Krankenhäuser. »Wenn eine meiner Freundinnen krank wird, gebe ich ihr natürlich meinen Schnobbl«, sagt Leni. Sie hat die CD und das Stofftier schon mehrmals in den Kindergärten mitgenommen. Die anderen Kinder waren begeistert. Vielleicht sorgen die Kinder so selbst dafür, dass sich die Schnobbls weiter verbreiten in Deutschlands Kliniken.

Hilfe für Eltern, Bilder für Kinder



Das Aktionskomitee Kind im Krankenhaus (Akik) setzt sich dafür ein, den Kindern in Deutschland die Zeit im Krankenhaus so angenehm wie möglich zu gestalten, und bietet dafür umfassende Aufklärung für Eltern und Kinder an: [www.akik.de](http://www.akik.de). Eine gute Vorbereitung für Kinder ab drei Jahren liefern auch die großformatigen Wimmelbildbände des Bachem Verlags: Zu den Kinderkliniken in Köln, Mainz, Karlsruhe und Hamburg-Altona gibt es jeweils einen eigenen Band, etwa »Mein Kinderkrankenhaus in Mainz«, Bachem Verlag, 14,95 Euro

haus positiv zu prägen. »Ich musste es ihr unzählige Male vorlesen, sie kann es inzwischen fast mitsprechen«, sagt die Mutter. Wie sehr die Kinder an den Schnobbls hängen, zeigen auch Briefe, die Kinder noch Jahre nach der Operation schreiben. Ein Junge verlor das Stofftier im Urlaub und wollte unbedingt ein neues haben.

So werden die Kinder auch zu Werbeträgern für die Krankenhäuser. »Wenn eine meiner Freundinnen krank wird, gebe ich ihr natürlich meinen Schnobbl«, sagt Leni. Sie hat die CD und das Stofftier schon mehrmals in den Kindergärten mitgenommen. Die anderen Kinder waren begeistert. Vielleicht sorgen die Kinder so selbst dafür, dass sich die Schnobbls weiter verbreiten in Deutschlands Kliniken.

[www.zeit.de/audios](http://www.zeit.de/audios)

ANZEIGE

**ZEIT VERANSTALTUNGEN**

## ZEIT Kochtag – So isst Deutschland

Am 22. April 2016 ruft DIE ZEIT zu einem bundesweiten Aktionstag auf. In ganz Deutschland wollen wir Menschen dazu anregen, selbst zu kochen und sich mit ihrem Essen bewusst auseinanderzusetzen.

Bundesweit finden zahlreiche Veranstaltungen statt. Seien Sie dabei!

Anmeldung unter [www.zeit-kochtag.de/veranstaltungen](http://www.zeit-kochtag.de/veranstaltungen).

**DÜSSELDORF**  
KochDichTürkisch – eine türkische Familien-Tafel  
Datum: 22. April, Beginn: 18.00 Uhr

**ERFURT**  
»Ran an die Knolle«  
Datum: 22. April, Beginn: 18.00 Uhr

**DRESDEN**  
ZEIT Kochtag – come together  
Datum: 22. April, Beginn: 18.00 Uhr

**STUTTGART**  
Auf den Frühling – fertig – los!  
Inklusiv entdecken und schmecken  
Datum: 22. April, Beginn: 14.00 Uhr

**FRANKFURT AM MAIN**  
Das große Burgerbegehren – vom Grill!  
Datum: 22. April, Beginn: 18.30 Uhr

**REGENSBURG**  
Tiere essen – ganz oder gar nicht  
Datum: 23. April, Beginn: 14.00 Uhr

Veranstaltungen von: Unsere Partner: In Zusammenarbeit mit: Medienpartner:

Anbieter: Zeitverlag, Georg Büchner Verlag & Co. KG, Bäckerstraße, Hamburg