





## Folge uns

-  herzkinder.oesterreich  
 herzkinder\_oesterreich

**HERZKINDER ÖSTERREICH**  
Grünauerstraße 10 | A-4020 Linz  
www.herzkinder.at | www.herzlauf.at  
www.emah.at



## Eltern

**Abschied von Träumen der Eltern:** Durch die Geburt eines herzkranken Kindes wird der Traum von einem „perfekten“ Kind zerstört. Die große elterliche Besorgtheit und meist auch Überbehütung ist in vielen Fällen auch eine Form von Trauerbewältigung und kann durch Ratschläge von Dritten noch verstärkt werden. Den meisten herzkranken Kindern sieht man ihre Erkrankung nicht an. Sie haben den starken Wunsch, so sein zu dürfen wie ein gesundes Kind, wollen im Schulalltag dazu gehören.

**Leider werden sie immer wieder daran erinnert, dass sie anders sind:**

- Operationsnarbe
- erhöhte Krankheitsanfälligkeit
- kardiologische Kontrolluntersuchungen
- eingeschränkte körperliche Leistungsfähigkeit
- Besonders schmerzlich wird dies, wenn Kinder ausgegrenzt werden.

Herzkinder gehen ganz unterschiedlich mit ihrer Situation um. Manche sind in ihrem emotionalen Bereich eingeschränkt, indem sie ein negatives Körperbild aufweisen und eine Störung des Selbstwertgefühls entwickeln. Dieses kann entweder übersteigert oder vermindert sein. Des Weiteren können Ängstlichkeit, geringe Frustrationstoleranz, vermehrtes Stresserleben, Stimmungswechsel, Depressionen und antisoziales Verhalten auftreten. Die meisten Herzkinder fühlen sich wohl, vor allem wenn der Herzfehler nicht sichtbar ist. Jedoch leiden sie oft unter Kontaktängsten und Rückzugsverhalten. Diese erschweren die Beziehung zu Gleichaltrigen. Viele Familien bewältigen den Grad zwischen Überbehütung und Rücksichtnahme auf körperliche und seelische Befindlichkeiten gut. Oftmals unterschätzen Eltern die Leistungsfähigkeit ihrer Kinder und trauen ihnen zu wenig zu. Dies ist für den Selbstwert des Herzkindes nicht behilflich.

**Pubertät:** In der Zeit der Pubertät stehen alle Kinder vor der Bewältigung neuer Entwicklungsaufgaben.

- körperliche Veränderungen akzeptieren
- Freundschaften & Beziehungen zum anderen Geschlecht
- Diskussionen und Ablösen von den Eltern

**Für jugendliche und jung-erwachsene Herzkinder gibt es Infos dazu unter EMAH:**

Erwachsene mit angeborenem Herzfehler  
[www.emah.at](http://www.emah.at)

## DU MÖCHTEST EINEN KINDERGARTEN- ODER SCHUL BESUCH

Dann kontaktiere unsere  
zuständige Ansprechpartnerin



**Beatrix Buchinger**

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin  
Aufklärungsarbeit in  
Kindergärten & Schulen

Tel.: +43 664 | 884 32 806  
E-Mail: [b.buchinger@herzkinder.at](mailto:b.buchinger@herzkinder.at)

**Telefonische Vereinbarung:**  
Montag und Donnerstag von 09.00 bis 12.00 Uhr

## MIT HAND UND HERZ FÜR SIE DA



## HERZKIND IM KINDERGARTEN UND IN DER SCHULE

ein Besuch mit einer besonderen  
**HERZSTUNDE!**

*Ein wahrer Held wird nicht an  
seinen Taten gemessen, sondern  
an der Größe seines Herzens.*

– Herkules –



# Eine ganz besondere Herzstunde

im Kindergarten oder in der Schule

Wenn Kinder mit einem Herzfehler und den dazugehörigen Operationen und vielfachen Klinikaufenthalten aufwachsen, stellt dies nicht nur die Herzkinder, Eltern und Angehörige vor große Herausforderungen, sondern mitunter auch das kindergarten- oder schulsoziale Umfeld (Gruppen- oder Klassengemeinschaft). Ebenso mag das Eingliedern in eine Klassengemeinschaft für die Herzkinder selbst oft nicht leicht sein. Nach jahrelangem Kampf um die eigene Gesundheit gestaltet sich das Zusammensein mit Gleichaltrigen oft schwierig.

Auf unterschiedlichen Ebenen bleiben viele Fragen für die gesunden Kinder ungelöst. Die Kinder wissen oft nicht, wie sie mit dem Herzkind umgehen sollen, verstehen nicht, was sich „unter der Oberfläche“ verbirgt. **Wir bieten dazu eine sogenannte „Herzstunde“ in der Gruppe oder Klasse an, in der den Kindern altersgerecht erklärt wird, was die Ursachen, Auswirkungen und Einschränkungen der Herzerkrankung sind.** Somit werden Berührungspunkte genommen. Gerade für herzkrankte Kinder ist es wichtig, die Normalität aufrecht zu erhalten und von der Gemeinschaft nicht ausgeschlossen zu werden. Ein unbefangener Umgang mit den Betroffenen wird gefördert. Bei Bedarf werden auch Eltern- und Pädagogen-Abende angeboten.

Die „Herzstunde“ ist eine Initiative von Mag. Dr. Raphael D. Oberhuber die in Zusammenarbeit mit Herzkinder Österreich durchgeführt wird. Pädagogische und didaktische Methoden finden in wissenschaftlicher Absprache mit Mag. Dr. Raphael D. Oberhuber (Klinischer- & Gesundheitspsychologe) statt.

## HAND AUFS HERZ!

# Kindergarten- und Schulalltag

Für die erfolgreiche Auseinandersetzung mit dem angeborenen Herzfehler ist das soziale Umfeld wichtig. Erleichternd in Bezug auf „Kindergarten und Schule“ wirken sich vor allem folgende Bedingungen aus:

- konstruktive Sichtweise
- Unterstützung von Pädagogen oder Therapeuten
- sensibles aber auch konsequentes Erziehungsverhalten, dies ermöglicht dem Herzkind ein weitgehendes „normales“ Aufwachsen
- so wenig Sonderstellung wie nötig, soviel Normalität wie möglich
- offene und ehrliche Gesprächsführung
- bei Kontakten mit Eltern sollten Pädagogen berücksichtigen, dass genügend Zeit ist, um mit den Eltern ausführliche Gespräche zu führen.
- mit den Gruppen und Klassen die Situation des Herzkindes besprechen, sofern das Herzkind und die Eltern damit einverstanden sind

### Für das Herzkind wäre es hilfreich, wenn:

- im Krankheitsfall ein Mitschüler die Hausaufgaben vorbeibringt
- bei längeren Krankenhausaufenthalten Briefe (SMS, WhatsApp-Nachrichten, etc.) verschickt werden oder ein Besuch organisiert wird (in Absprache mit den Eltern)



**Sport:** Mitmachen, um ein gutes Selbstvertrauen, Mut und Körpergefühl zu entwickeln. Kinder werden oft als „ungeschickt und tollpatschig“ empfunden. Dies kann sich aber bei sportlichen Aktivitäten bessern und somit auch oft kleine Erfolgserlebnisse bescheren. Jedes Kind sollte am Schulsport teilnehmen, soweit es dazu in der Lage ist. Herzkinder wissen ganz genau, wie weit Sport für sie gut ist (Körperhaltung und Hautfarbe beachten).

**Fazit:** Pädagogen spielen eine große Rolle im Leben der Herzkinder!

**Tipp:** Der für das Herzkind zuständige Pädagoge sollte Ansprechpartner für alle Fragen aus Kindergarten und Schule sein und laufend von den Eltern über diverse Veränderungen beim Herzkind informiert werden.



# Checkliste für Pädagogen

Name des Kindes: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_ SV-Nr.: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Herzfehler: \_\_\_\_\_

Begleiterkrankungen: \_\_\_\_\_

### 1. Notfall-Nummern:

Mobilnummer Eltern: \_\_\_\_\_

behandelnder Arzt: \_\_\_\_\_

Krankenhaus: \_\_\_\_\_

### 2. Medikamente: Nein Ja, wann wie oft:

Unterstützung notwendig? \_\_\_\_\_

Aufbewahrung im Kindergarten / in der Schule (unzugänglich für andere Kinder), gekühlt o.a.: \_\_\_\_\_

Verabreichung durch Pädagogen vereinbart? (private Gefälligkeit, ohne Haftung)

Ja  Nein

Nebenwirkungen z.B. vermehrter Harndrang, erhöhtes Blutungsrisiko: \_\_\_\_\_

### 3. Allergien, sonstige gesundheitliche Besonderheiten:

### 4. Besonderheiten bei Notfallmaßnahmen

(z.B. Fontan-Kreislauf bei Beatmung beachten, Blutungsgefahr nach Stürzen/Verletzungen): \_\_\_\_\_

5. Einschränkungen beim Sport:  Nein  Ja, wann wie oft: \_\_\_\_\_

6. Ansteckende Krankheiten in der Gruppe | in der Klasse (z.B. Durchfall) an Eltern melden (etwa bei transplantierten Kindern):

Ja  Nein

### 7. Weitere Bemerkungen:

Datum, Unterschrift des Erziehungsberechtigten