

Wie kann ich mich dem kranken Menschen nahe fühlen?

Wenn es ein Mensch krank ist, benötigt sie manchmal mehr Hilfe und Unterstützung.

Kranken Menschen ist es nicht angenehm, allein zu sein. Wenn du jemanden kennst, der gerade krank ist oder im Krankenhaus liegt, kannst du helfen, indem du ihn besuchst oder an ihn denkst. Aber auch wenn Du den kranken Menschen nicht besuchen willst, ist das völlig in Ordnung!

Du kannst auch **Bilder malen**, etwas **basteln oder einen Brief** schreiben und ins Krankenhaus mitbringen. Beim Anschauen von gemeinsamen **Fotos und Videos** kannst du das Gefühl bekommen, dass die Person bei dir ist. Wenn du möchtest, kannst du zum Beispiel ein **Kuscheltier** umarmen. Du kannst auch eines aussuchen, das deinem lieben Menschen Gesellschaft im Krankenhaus leisten soll. Das hilft dir, dich an die Person zu. Du kannst Deine Eltern bitten eine Sprachnachricht am Handy aufzunehmen, die können sie dann dem kranken Menschen im Krankenhaus vorspielen.

Du kannst auch morgens und abends einen **guten Gedanken** oder einen **Kuss** mit dem besten Wünschen in Richtung Krankenhaus schicken.

Ständiges Nachdenken und Vermissen ist anstrengend. Es ist okay zu weinen, aber manchmal braucht man auch eine Pause vom Traurigsein. Wie das geht, haben wir Dir Dir zusammengeschrieben: Klick mal auf „**Wie mache ich eine Pause vom Traurigsein?**“

Du kannst auch mit deiner Familie darüber reden oder wenn du möchtest mit den den Menschen, die auf der Intensivstation arbeiten. Sie werden dich verstehen und dir zeigen, dass du nicht allein bist.