

Mama Papa hat Krebs

*Hör was ich Dir
nicht sagen kann*

Wir alle können
Kinder
krebskranker
Eltern stärken



Ein
Ratgeber für
pädagogisches
Fachpersonal



KREBSGESELLSCHAFT
RHEINLAND-PFALZ E.V.

Krebs ist eine Herausforderung für die ganze Familie

Liebes Fachpublikum,

erkrankt ein Mensch an Krebs, sind psychische und psychosoziale Belastungen praktisch immer die Folge. Hat der betroffene Mensch noch minderjährige Kinder, gerät der Alltag der Familien meist mehr oder weniger aus den Fugen und die gesamte Familie ist auf die eine oder andere Weise mannigfaltigen Belastungen ausgesetzt.

Wir wissen aus der praktischen Arbeit, aber auch aus wissenschaftlichen Studien, dass Betroffene, die auch Eltern sind, zusätzliche und besondere Belastungen erleben. Sie machen sich beispielsweise große Sorgen, ob ihre Kinder durch die herausfordernde Situation seelischen Schaden erleiden. Häufig entwickeln sie deshalb Schuldgefühle.

Diese Sorgen der Eltern sind nicht unberechtigt: Wir wissen heute auch aus der wissenschaftlichen Datenlage, dass ein Teil der Kinder ein deutlich erhöhtes Risiko trägt, psychische und psychosoziale Probleme und damit auch Verhaltensauffälligkeiten zu entwickeln.

Die Probleme und Belastungen der Kinder zeigen sich oft früh. Sie werden jedoch leicht übersehen, wenn sie einen bestimmten Schweregrad noch nicht erreicht haben. Zudem neigen Kinder dazu, ihr Umfeld zu schonen. Sie

Impressum

Herausgeber: Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Löhrstr.119 | 56068Koblenz | Tel. 0261 96388722

geschaeftsstelle@krebsgesellschaft-rlp.de | www.krebsgesellschaft-rlp.de

V.i.S.d.P.: Dr. Thomas Schopperth, Geschäftsführer

Bilder: Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V. | Angela Horwitz

Stand: 03/2025

Diese Druckschrift ist nicht zum Verkauf bestimmt. Nachdruck, Wiedergabe, Vervielfältigung und Verbreitung (gleich welcher Art), auch von Teilen oder Abbildungen, bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Herausgebers.

Die Erstversion dieser Broschüre wurde finanziell gefördert durch die Techniker Krankenkasse (Rheinland-Pfalz).

äußern eher nicht, was sie bedrückt. Oft treten größere Probleme bzw. Störungen erst so richtig zu Tage, wenn die Krebsbehandlung des Elternteils abgeschlossen ist, manchmal erst Jahre später. Dies gilt insbesondere für Kinder, die Mutter oder Vater durch die Krebserkrankung verlieren.

Über das Thema Krebs und Elternschaft wird immer noch viel zu wenig gesprochen und es wird auch in der onkologischen und psychoonkologischen Beratung nicht immer ausreichend berücksichtigt. Damit Sie als Fachkräfte in Kindertagesstätten, Schulen oder anderen Einrichtungen, die Kinder betreuen, diesen hilfreich begegnen und auf sie eingehen können, braucht es ein spezifisches Wissen.

So helfen beispielsweise Kenntnisse über Risiko- und Schutzfaktoren im Hinblick auf die Entwicklung psychischer und psychosozialer Störungen, betroffenen Kindern von Beginn an ein besonderes Augenmerk zu schenken. Um auf Kinder stützend eingehen zu können, ist es darüber hinaus wichtig zu wissen, was sie und ihre Eltern mit einer Krebserkrankung beschäftigt, wie sich Belastungen der Kinder äußern können, und welche Möglichkeiten es gibt, um die Familien allgemein zu unterstützen.



Kinder spüren intuitiv, wenn etwas in der Familie nicht so läuft wie immer und beziehen die Veränderung oft auf sich, indem sie sich selbst die Schuld dafür geben.

Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Sie, die in verschiedenen beruflichen Kontexten mit Kindern krebskranker Eltern in Berührung kommen, an unseren Erfahrungen teilhaben lassen und konkrete Anregungen zu verschiedenen Situationen geben.

Sie erfahren etwas darüber, was Kindern an Schutzfaktoren hilft, sich an die neue Situation möglichst gut anzupassen und Sie lernen Risikofaktoren kennen, die darauf hinweisen, dass man von Beginn an dem Kind eine erhöhte Aufmerksamkeit zukommen lassen sollte. Auch darauf, wie Kinder in der Regel auf die elterliche Krebserkrankung reagieren können und wie sich psychische und psychosoziale Störungen äußern, wird eingegangen. In diesem Rahmen wird auch thematisiert, was Sie als Begleitung des Kindes dazu beitragen können, dass aus einer normalen keine chronifizierte Belastung und in der Folge keine psychische Störung entsteht.

Ihre
Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz

HINWEISTEXT ZUR GENDERVERWENDUNG:

Im Interesse der Lesbarkeit haben wir im vorliegenden Text auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet und uns stattdessen um möglichst neutrale Formulierungen bemüht. Selbstverständlich sind jedoch immer alle Geschlechter gleichermaßen eingeschlossen.



Ein stabiles familiäres Umfeld hilft Kindern dabei, besser mit unvermeidbaren Krisen wie etwa einer Krebserkrankung eines Elternteils zurecht zu kommen.

Schutzfaktoren

Schutzfaktoren unterscheiden wir nach familiären, elterlichen und auf das Kind bezogenen Schutzfaktoren.

- Unter „**familiäre Schutzfaktoren**“ fällt eine gute und zufriedenstellende Familienstruktur, ein gegenseitiges Verstehen und Einfühlungsvermögen in die Bedürfnisse der anderen Familienmitglieder sowie eine offene Kommunikationskultur.
- „**Elterliche Schutzfaktoren**“ sind eine zufriedenstellende Partnerschaft und ein zufriedenstellendes Familiensystem, eine gute psychische Gesundheit und ein gutes Verhältnis zu den Kindern. Auch bestimmte Konstellationen wie ein guter sozioökonomischer Status, eine stabile Beziehung zum nicht erkrankten Elternteil sowie ein Umfeld ohne weitere Belastungen und größere Konfliktfelder helfen Kindern, mit der Herausforderung „Krebs“ von Mutter oder Vater ohne gesundheitlichen Schaden zurecht zu kommen.
- Und natürlich spielt es eine große Rolle, ob **das betreffende Kind** psychisch und körperlich stabil ist, ein gutes Selbstwertgefühl hat, sich selbstwirksam fühlt und sozial gut eingebettet ist.

Risikofaktoren

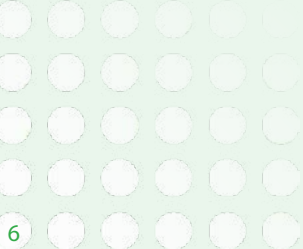
Risikofaktoren bestimmen sich durch das Fehlen der genannten Schutzfaktoren. Ein niedriger sozioökonomischer Status, eine problematische Paarbeziehung, eine körperliche oder seelische Erkrankung des nicht von Krebs betroffenen Elternteils und Belastungen des Kindes vor der Krebserkrankung wirken sich praktisch immer ungünstig auf die kindliche Entwicklung aus.

Diese Faktoren gelten schon als potentiell schwierig, ohne dass eine so bedrohliche Erkrankung wie Krebs in die Familie einbricht. Die Tabuisierung der Erkrankung, also das nicht alters- und kindgerechte Einbeziehen in das, was in der Familie vor sich geht, ist darüber hinaus besonders problematisch für die Kinder.

Wenn Sie Schutz- oder Risikofaktoren der betroffenen Familien kennen, können Sie dieses Wissen als eine erste Richtschnur für die Kinder förderlich nutzbar machen.



Faktoren wie ein niedriger sozioökonomischer Status oder eine problematische Paarbeziehung der Eltern können die kindliche Entwicklung negativ beeinflussen. Kommt dann noch eine Krebserkrankung hinzu, verstärkt sich dieses Risiko meist erheblich.



Die Situation der betroffenen Eltern

Eine Krebsdiagnose, insbesondere, wenn sie mit der Elternschaft zusammenfällt, stürzt die Betroffenen häufig ins absolute Chaos. Das Leben, wie es geplant war, hat einen tiefen Riss bekommen. Gefühlt 1.000 Fragen und Themen stürzen auf die Eltern ein. Unter Zeitdruck müssen wichtige Entscheidungen getroffen werden. Die Alltagsroutine gerät ins Wanken. Arzt- und Behandlungstermine bestimmen den Alltag.

Die Kinder reagieren in dieser Situation in der Regel sehr angepasst, wollen ihren Eltern keine Probleme machen und verhalten sich still und unauffällig. Sorgen und Nöte machen Kinder meist mit sich alleine aus. Die Eltern selbst sind mit ihrer Diagnose und der Verarbeitung der Situation beschäftigt. Sie sind oft erleichtert, wenn ihre Kinder ganz normal und unbelastet erscheinen.

Da Eltern im Lauf der Behandlung nicht mehr so verfügbar für ihre Kinder sind, wie vor der Erkrankung, entwickeln sie oft massive Schuldgefühle und haben große Angst, dass ihr Kind längerfristig einen seelischen Schaden erleidet. Diese Angst verschärft die Situation für die Eltern und sie stecken oft in einem Dilemma, weil sie nicht wissen, wie sie mit der Situation umgehen sollen. Dies betrifft in besonderem Maße auch das Gespräch über die Erkrankung. Soll ich mit meinem Kind sprechen? Wenn ja, wann? Was und wieviel soll ich sagen? Muss ich wirklich sagen, dass die Krankheit „Krebs“ heißt?

GUT ZU WISSEN

Der betroffene Elternteil fühlt sich oft schuldig, dass er sein Kind, seine Familie belastet.

Es entlastet, wenn Sie den Eltern vermitteln: Keiner ist an der Erkrankung schuld. Dies gilt auch, wenn Eltern sich ungesund verhalten haben. Ob Zigarettenkonsum, Bewegungsmangel, falsche Ernährung: Keine dieser Verhaltensweisen oder Noxen ist ursächlich und alleine für eine Krebserkrankung verantwortlich.

Die Situation der Kinder

Für Kinder sind die Eltern die feste Burg in ihrem Leben, ihre Basis. Diese benötigen sie, um sich stabil entwickeln zu können. Wenn ein Elternteil schwer erkrankt, erschüttert dies auch die Welt des Kindes erheblich, es ist verwirrt und entwickelt oft diffuse Ängste.

Kinder verfügen aber auch, abhängig vom Verhältnis zwischen Schutz- und Risikofaktoren, über gute Möglichkeiten der Anpassung. Je nachdem, ob Schutz- oder Risikofaktoren überwiegen, kann der Anpassungsprozess jedoch empfindlich gestört werden.

Mädchen verarbeiten dabei in der Regel internalisierend. Sie ziehen sich schnell zurück. Sie reagieren häufiger ängstlich und/oder deprimiert und übernehmen teilweise mehr Verantwortung in der Familie, als ihnen auf die Dauer guttut. Oft geben sie Hobbies und Freizeitaktivitäten auf, um die Familie zu unterstützen.

Jungs reagieren meist – und hier gilt wie immer, keine Regel ohne Ausnahme – externalisierend. Sie verhalten sich aggressiv, ziehen sich hinter ihre Spielkonsole zurück und entziehen sich den Familienaktivitäten. Sprechen fällt ihnen schwer.

Psychosomatische Probleme wie Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Alpträume u.s.w. treten bei vielen Kindern auf, insbesondere auch bei jüngeren Kindern.

Ein großes Problem stellt dar, dass Kinder ihre Eltern schonen wollen und nicht äußern, wie schlecht es ihnen seelisch geht. Umgekehrt haben Eltern ebenfalls das Bedürfnis, ihre Kinder zu schonen und sie aus allem heraus zu halten. Gegenseitige vermeintliche Schonung bewirkt aber eine enorme Belastung des gesamten Familiensystems.

Wenn das Kind in der Zeit der Erkrankung die Erfahrung macht, dass die Eltern nicht mehr wie gewohnt auf seine Bedürfnisse reagieren können, hält es sich mit seinen Anliegen eher zurück und zeigt sich besonders unauffällig

GUT ZU WISSEN

Kinder brauchen Ermunterung, alle Gefühle, Sorgen und Ängste ausdrücken zu dürfen und ihnen hilft es oft, wenn man das, was sie nicht ausdrücken können, benennt.

und unkompliziert. Je jünger das Kind, desto stärker wird hier auch das Bindungsbedürfnis des Kindes tangiert mit entsprechenden, negativen Folgen im Hinblick auf ein stabiles Selbstwerterleben und eine stabile Bindung.

Die Reaktionen von Kindern auf die Krebserkrankung eines Elternteils

Kinder reagieren, je nach Schutz- und Risikofaktoren sehr unterschiedlich. Das Alter des Kindes, sein Entwicklungsstand, Wissen über Gesundheit und Krankheit, über die Erkrankung selbst sowie die Dauer und Ausprägung der Erkrankung spielen eine große Rolle. Auch ist zentral, welche Rolle der Erkrankte für das Kind zum Zeitpunkt der Erkrankung eingenommen hat und ob es eine Geschlechteridentifikation gibt. Je sichtbarer eine Krebserkrankung ist, desto schwerer kommen Kinder damit zurecht. Die Mutter mit einer Glatze, der Vater ohne Arm oder Bein, ein Elternteil, das plötzlich wesensverändert ist, bringt Kinder unter Stress und sie genieren sich schnell - insbesondere gegenüber Gleichaltrigen. Jedes Kind möchte, dass bei ihm zu Hause alles so normal ist wie möglich. Man kann davon ausgehen, dass alle Kinder mehr oder weniger verunsichert sind, ängstlich und angespannt. Je größer die Angst, desto eher kann man dies in einem veränderten Verhalten beobachten.

Die Reaktionen von Kindergartenkindern

Um die Eltern zu schonen, sind Kinder im häuslichen Umfeld oft unauffällig. Hinzu kommt, dass erkrankte Eltern oft so stark unter emotionalem, aber auch Zeitstress stehen, dass sie ihrem Kind nicht viel Aufmerksamkeit geben können und nicht bemerken, wenn sich das Kind verändert. Aus diesem Grund werden Verhaltensänderungen am ehesten im Kindergarten-Setting beobachtbar. Jüngere Kinder regredieren sehr schnell auf eine vorherige Entwicklungsstufe, wenn sie unter Stress und Angst stehen.

- So können Kinder, die z. B. zuvor schon trocken waren, wieder einnässen. Manche lutschen wieder am Daumen oder wollen eventuell ständig auf den Arm, sind weinerlich und schnell aus der Ruhe zu bringen.

- Auch die Essenssituation kann ein erhebliches Stressthema werden. So achten manche Kinder plötzlich darauf, nur noch sehr gesunde Lebensmittel zu sich zu nehmen. Auch kann es sein, dass die Nahrungsaufnahme ganz verweigert wird oder das Kind beginnt, über das normale Maß hinaus zu essen. Insbesondere bei jüngeren Kindern kann es sein, dass sie wieder nach der Trinkflasche verlangen.
- Jungs tendieren eher zu externalen Reaktionen. Sie reagieren oftmals aggressiv, schubsen oder schlagen scheinbar grundlos den liebsten Spielkameraden, machen mutwillig Spielzeug kaputt, sind lauter als zuvor und sind nicht mehr so gut in der Lage, sich in die Gruppe einzufügen.
- Mädchen verarbeiten eher internalisierend. Sie ziehen sich öfter zurück und nutzen mehr als gewöhnlich die Snoezelräume. Sie spielen intensiver mit Teddybär oder Puppe und inszenieren oftmals die (Krankheits-)Situation zu Hause. Und natürlich können auch Mädchen aggressiv reagieren, jedoch eher seltener.



GUT ZU WISSEN

In Kitas sollte man ein aufmerksames Auge auf Verhaltensänderungen jeder Art haben. Unabhängig davon, welches pädagogische Konzept in der Kita verfolgt wird, sollten Erzieher aktiv auf das betreffende Kind zugehen und es auf seine Gefühle ansprechen.

Persistiert das Verhalten, sollte man das Gespräch mit den Eltern suchen und sich austauschen. Für Eltern sind diese Rückmeldungen besonders wichtig, damit sie auch ihr Verhalten ihrem Kind gegenüber anpassen können.

Die Reaktionen von Schulkindern

In der Schule werden die verschiedensten Gefühlslagen der Kinder besonders schnell deutlich, da Mitarbeit, Konzentration und Leistung abgefragt werden und es schnell auffällt, wenn Kinder hier nicht mehr gut „performen“.

Die klinische Erfahrung zeigt auch hier, dass es einen Geschlechterunterschied gibt – wobei es wie schon erwähnt keine Regel ohne Ausnahme gibt.

- Jungs werden oft unaufmerksam und unkonzentriert. Sie stören schneller den Unterricht und beteiligen sich nicht mehr gut. Auch fallen Jungs eher durch verminderte Leistungen auf.
- Mädchen reagieren oft mit besseren Schulleistungen, zeigen aber vermehrt psychosomatische Reaktionen wie Bauch- oder Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Erbrechen.

Jegliche Verhaltensänderung, auch eine deutliche Verbesserung der Leistungen, die anhält oder sich verstärkt, sollte aufmerksam werden lassen und muss thematisiert werden.

◀ Plötzliche Verhaltensänderungen des Kindes können eine Reaktion auf die Erkrankung eines nahestehenden Menschen sein. Typisch sind z. B. ein intensiveres Spiel mit Kuscheltieren oder Puppen als gewöhnlich oder das häufige Nachspielen von Krankheitssituationen.

Normale Anpassungsreaktion versus psychische Störung

Viele Eltern, aber auch Sie als Begleiter der Kinder fragen sich zwischenzeitlich vielleicht, ob die Reaktionen des Kindes als „normal“ zu werten sind, oder schon Störungscharakter aufweisen. In der Tat ist es schon prinzipiell nicht ganz einfach, Reaktionen auf die Situation mit der Krebserkrankung von obligatorischen Entwicklungsthemen wie beispielsweise der Pubertät zu unterscheiden. Ganz gleich, woher bestimmte problematische Verhaltensweisen herrühren, man muss sich damit auseinandersetzen und darauf reagieren.

Prinzipiell können alle Gefühlsreaktionen bis zum „scheinbar gar nicht reagieren“ vorkommen und hängen davon ab, welche Persönlichkeit und welches Temperament das Kind generell hat. Sie kennen das betreffende Kind oft gut und haben eine Idee zu seinem Verhalten. Wenn Sie beginnen, sich Sorgen zu machen, ist das ein wichtiger Hinweis, den Sie ernst nehmen sollten. Das heißt, Sie sollten das Kind recht bald ansprechen, mit ihm ins Gespräch kommen. Konkret nachfragen, ob es sich Sorgen macht, wütend oder ängstlich ist oder ihm mitteilen, dass man sich vorstellen kann, dass es sich zwischenzeitlich doch große Sorgen macht.

Typische Verhaltensänderungen zeigen sich im Schlaf- und Essverhalten. Kinder möchten beispielsweise nicht mehr alleine schlafen oder nur noch bei Licht. Sie klagen über Alpträume, beginnen sich zwanghaft gesund zu ernähren, etc.. Solche Reaktionen haben Auswirkungen im Kindergarten- oder Schulalltag oder beim Ausüben von Hobbies. Fällt Ihnen z. B. als Trainer im Vereinssport auf, dass das betreffende Kind auf Dauer Leistung einbüßt, könnte das ein Hinweis darauf sein, dass das Kind aufgrund der Situation nicht mehr richtig schlafen kann.

Halten Verhaltensänderungen an oder verstärken sich, liegt die Vermutung nahe, dass sich eine psychische Störung am entwickeln ist oder schon entwickelt hat. Was jedoch unter „psychisch gestört“ zu verstehen ist, lässt sich nicht immer ganz so eindeutig einordnen.

Eine Orientierung bietet das ICD-10, die „International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems“. Hier werden psychische Störungen anhand spezifischer Symptome und Verlaufsmerkmale beschrieben und zu einer Diagnose zusammengefasst. Eine Diagnose

nach dem ICD-10 bildet die Voraussetzung, dass die Krankenkasse die Kosten für eine Kinderspieltherapie übernimmt.

Die häufigsten psychopathologischen Diagnosen bei Kindern krebskranker Eltern sind

- Belastungsreaktionen,
- Anpassungsstörungen,
- Posttraumatische Belastungsstörungen,
- Angst,
- Depression,
- Zwangsgedanken oder -handlungen und
- psychosomatische Probleme.

Das Anliegen sollte immer sein, Kindern so früh als möglich Angebote zu unterbreiten, damit Kummer und negative Verhaltensänderungen nicht chronifizieren und in eine psychische Störung münden.



Anhaltende oder sich verstärkende Verhaltensänderungen eines Kindes können ein wichtiger Hinweis auf die Entwicklung einer psychischen Störung sein und sollten in jedem Fall ernst genommen werden.

Das Ansprechen der Situation: So früh wie möglich

Wenn Sie, in welchem Kontext auch immer, für ein Kind, dessen Vater oder Mutter an Krebs erkrankt ist, verantwortlich sind, ist es wichtig für das Kind, dass sie es beiseite nehmen. Sagen Sie ihm, dass Sie von den Eltern informiert wurden.

Kindern ist diese Situation oft peinlich. Sie wollen nicht mit etwas „Negativem“ im Mittelpunkt stehen. Teilen Sie dem Kind mit, dass viele Kinder in einer solchen Situation sind und es für alle Beteiligten eher entlastend ist, wenn kein Geheimnis daraus gemacht wird.

Bieten Sie dem Kind jegliche Unterstützung an, die es gebrauchen kann und sagen Sie ihm, dass es jederzeit auf Sie zukommen kann. Da Kinder dieses Angebot aber der Erfahrung nach selten annehmen, fragen Sie das betreffende Kind, ob es in Ordnung ist, dass Sie es von Zeit zu Zeit auf die Situation ansprechen.

Wichtig ist auch, ob das Kind es als hilfreich empfindet, wenn man die Krankheitssituation in der „Gruppe“ zum Thema macht. Manchen Kindern tut es gut, wenn sie beispielsweise in einer Unterrichtsstunde über die Krankheit referieren können und als Experte gelten. Dies wirkt sich positiv auf ihr Selbstwirksamkeitserleben aus und die Krankheit ist nicht mehr nur negativ konnotiert.

Das sollten alle Kinder nach einem Gespräch wissen:

- Die Krankheit heißt Krebs.
- Um ganz genau zu sein: Brust, Prostata, Blut, Lungenkrebs...
- Krebs ist nicht ansteckend.
- Niemand ist an der Erkrankung schuld.
- Dies und das wird sich in den nächsten Wochen konkret im Alltag ändern.
- Die Aussicht, wann vermutlich wieder ein normaler Alltag möglich sein wird, sollte angesprochen werden.
- Das Kind braucht Sicherheit, dass sie immer wahrhaftig sind und dass es alle Fragen stellen darf, die es beschäftigen.
- Alle Gefühle, auch Wut, Ärger und auch Fröhlichkeit sind normal und sollten erlaubt sein. Gefühlsausbrüche sollten nicht bewertet werden.

GUT ZU WISSEN

Kinder fühlen sich bedeutsam, wenn sie mit einer potentiell für sie sehr schwierigen Situation eine hilfreiche Rolle einnehmen können. Sie erleben hierdurch Selbstwirksamkeit und Wertschätzung. Allerdings sollte dem Kind keine altersunangemessene Verantwortung übertragen werden.

Weisen Sie Eltern frühzeitig auf Veränderungen hin und auf die Möglichkeit der Beratung z. B. durch geschulte Mitarbeiter der Krebsberatungsstellen oder Beratungseinrichtungen, die sich auf die Thematik spezialisiert haben.

Kind- und altersgerechte Informationen

Alle Kinder, auch Mitschülerinnen und Mitschüler, die von der Situation Kenntnis haben, brauchen verständliche und altersgemäße Informationen zum Krankheitsbild – je genauer, desto besser.

Dabei ist es wichtig, nicht allgemein von Krebs zu sprechen, sondern die genaue Bezeichnung wie Brustkrebs, Hautkrebs, bösartiger Gehirntumor oder Blutkrebs zu verwenden. Wenn das betroffene Kind einverstanden ist, sollte eine Einheit in den Unterricht oder im Kindergarten aufgenommen werden.

Je jünger Kinder sind, desto kürzer sollten diese Einheiten sein. Zu viele Details oder Themen sollten vermieden werden – es sei denn, ein Kind fragt genauer nach.

Außerdem ist es wichtig, möglichst klar zu benennen, was sich im konkreten Alltag, z. B. bei den Abholzeiten im Kindergarten, ändern wird.

In allen Gesprächen sollte man sich vergewissern, dass die Kinder die Informationen verstanden haben, und das Signal erhalten, dass Sie für Fragen, aber auch für ambivalente Gefühlslagen offen sind. Wenn Sie selbst Fragen nicht beantworten können, ist das eine gute Gelegenheit, mit dem einzelnen Kind oder Kindern in eine Lern- und Erfahrungssituation einzutreten. Von nicht durch einen Erwachsenen begleiteten Internetrecherchen sollten Kinder möglichst absehen. Seriöse von unseriösen Informationen zu unterscheiden, ist prinzipiell für Laien schwierig. Für Kinder gilt dies in besonderem Maße.

GUT ZU WISSEN

Kinder sollten klar, alters- und kindgerecht angesprochen und über die Situation informiert werden. Wenn es für die betroffenen Kinder und Eltern in Ordnung ist, kann das Thema „Krebs“ z. B. auch gut im Unterricht aufgegriffen werden - etwa im Rahmen von Fragen wie

- „Was ist Gesundheit?“
- „Was hält uns gesund?“
- „Was ist Krankheit?“

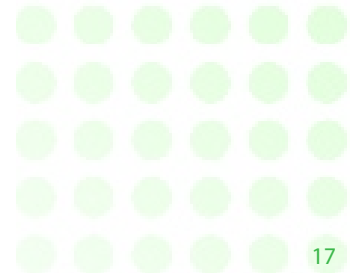
Das Thema Sterben eines Elternteils

Je jünger ein Kind ist, desto unbefangener stellt es die Frage, ob Mutter oder Vater an der Erkrankung sterben können/müssen. Hier muss dem Kind unbedingt wahrheitsgemäß geantwortet werden. Für Kinder ist jede noch so bedrückende Wahrheit besser zu verkraften als zu erfahren, dass es angelogen wurde. Man nimmt mit einer geschönten „Wahrheit“ dem Kind jede Möglichkeit der individuellen Verarbeitung.

Die Erfahrung mit Kindern, die einen Elternteil verloren haben, zeigt eindrücklich, dass die fehlende Kommunikation über den nahenden Tod das ist, was am meisten belastet. Sich nicht von Vater oder Mutter verabschieden zu können, tragen Kinder ihr Leben lang als Last mit sich.



Für Kinder ist jede noch so bedrückende Wahrheit besser zu verkraften als zu erfahren, dass es angelogen wurde. Eine geschönte Darstellung nimmt dem Kind die Möglichkeit, die schwierige Situation nach seinen Bedürfnissen zu verarbeiten. Dazu gehört auch, sich im Falle eines Falles angemessen von dem betroffenen Elternteil verabschieden zu können.



Kindzentrierte Unterstützungsangebote

Außerhalb einer klassischen Kindertherapie gibt es eine Reihe von Unterstützungsangeboten, die in der Regel einen präventiven Ansatz verfolgen. Hier geht es meist darum, die kognitive Orientierung von Kindern im Hinblick auf die Krebserkrankung zunächst zu erfassen und im Weiteren zu unterstützen. Den Familien soll ein sicherer und verlässlicher Rahmen geboten werden, der hilft, die Krankheitsverarbeitung in der Familie zu fördern.

Ein wichtiger Pfeiler der Beratung hierbei ist es, die verschiedensten Situationen besprechbar zu machen und die Kinder in das Geschehen altersgerecht zu integrieren. Kinder werden ermutigt, ihre Gefühle, die oft ambivalent sind, auszudrücken, zu akzeptieren und aktive Bewältigungsmöglichkeiten auszuprobieren. Auch der Ausdruck von Trauer um verloren gegangene „Normalität“ wird gefördert. Mittlerweile stehen auch validierte Manuale zur Verfügung.

Sie als Begleiter der Situation können Eltern ermuntern und motivieren, sich jegliche Unterstützung zu gönnen, die verfügbar ist. Hilfreich sind Beratungsstellen, die sich auf das Thema Kinder krebskranker Eltern spezialisiert haben und entsprechende Angebote für Kinder, Eltern und Familien bereit halten bzw. je nach Bedarf zu weiteren hilfreichen Ansprechpartnern vermitteln.



Familienbezogene Unterstützungsmöglichkeiten

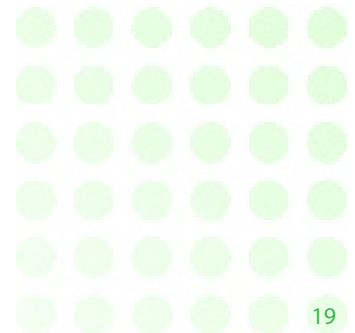
Die Erfahrung zeigt, dass es Familienmitgliedern schwerfällt, miteinander und untereinander ihre Gedanken und Gefühle zu teilen. Deshalb ist das oberste Ziel von familienbezogener Unterstützung, die offene Kommunikation über die Erkrankung, über die Behandlung und über das, was sich in der Familie verändert hat, zu fördern.

Die Familienmitglieder werden ermuntert und motiviert, die unterschiedlichen Haltungen und Denkweisen zuzulassen und als förderlich für die ganze Familie wahrzunehmen. Des Weiteren wird innerhalb der Familie thematisiert, das einer Übernahme von altersunangemessener Verantwortung entgegen gewirkt werden muss.

Elternbezogene Unterstützungsmöglichkeiten

Hier geht es vor allem darum, Eltern in ihrer Bewältigungskompetenz zu stärken und einen Raum zur Verfügung zu stellen, der Entlastung von ambivalenten Gefühlen und Schuldgefühlen bietet. Des Weiteren werden Eltern ermutigt, auch mit Einschränkungen für ihre Kinder weiterhin verfügbar zu sein. Auch werden häufig Möglichkeiten geboten, Gesprächssituationen über schwierige Themen zu erproben.

◀ *Spezielle Spiele und Bücher können eine gute Möglichkeit sein, vor allem mit jüngeren Kindern ins Gespräch über die Krebserkrankung und die damit verbundenen Veränderungen und Belastungen in der Familie zu kommen.*



Tipps zusammengefasst:

- Trauen Sie sich, betroffene Eltern nach ihrer aktuellen Situation zu fragen.
- Bieten Sie Gespräche an und fragen Sie konkret nach, wie sie die Familie unterstützen können.
- Weisen Sie auch auf Unterstützungsmöglichkeiten wie Krebsberatungsstellen, von der Krankenkasse finanzierte Kinderbetreuungs- und Haushaltshilfen oder Härtefonds der Deutschen Krebshilfe e. V. hin.
- Bieten Sie Eltern flexible Betreuungszeiten in Kita oder Nachmittagsbetreuungen an. Jedes Festhalten an Regeln wie Öffnungszeiten sind für die Familie eine zusätzliche Belastung.
- Auch wenn eine Kita nach dem situativen Ansatz arbeitet, sollte mit dem Aufgreifen des Themas „Krebs“ in der Familie nicht darauf gewartet werden, bis das Kind sich so auffällig und belastet zeigt, dass man erst dann reagiert.



Oft verbieten sich Kinder, in Anbetracht der Situation zu Hause ausgelassen und fröhlich zu sein. Daher sollten sie ausdrücklich dazu ermutigt werden, unbeschwerte (Aus-)Zeiten zu nehmen und diese ohne schlechtes Gewissen zu genießen.

- Manche Pädagogen können sich nicht gut vorstellen, was die elterliche Krebserkrankung bei einem Kind bewirken kann und verlangen gleichbleibende Leistungen beispielsweise in der Schule. Dies setzt Kinder zusätzlich unter großen Druck und führt oft zu psychosomatischen Reaktionen wie Kopf- und Bauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen. Mit dem Kind sollte besprochen werden, was es zurzeit leisten kann und was nicht.
- Fordern Sie von Kindern keine Tapferkeit. Erlauben Sie alle Gefühle, die das Kind zeigt und ergründen Sie, was das Kind gerade bewegt.
- Kinder haben häufig sehr widersprüchliche Gefühlslagen. Geben Sie das Signal, dass dies in Ordnung ist.
- Oft verbieten sich Kinder, in Anbetracht der Situation zu Hause unbeschwert und fröhlich zu sein. Sie tun dem Kind gut, wenn Sie es ausdrücklich ermuntern, auch Zeiten von Unbeschwertheit zu genießen.
- Es gibt immer noch Menschen, die denken, dass Krebs ansteckend ist. Wirken Sie dieser, für Kinder oft extrem ängstigenden Fehlinformation entgegen.
- Kinder fühlen sich häufig schuldig an der Krebserkrankung von Mutter oder Vater. Es ist enorm wichtig, immer wieder zu vermitteln: Niemand ist an dieser Erkrankung schuld.

Last but not least: Verständnis auch für sich selbst aufbringen, achtsam mit sich sein

Wir alle sind betroffen, wenn im näheren Umkreis ein Mensch eine Krebsdiagnose erhält und Kinder, für die wir verantwortlich sind, involviert sind. Die Gefahr, dass unsere Abwehrmechanismen, meist unbewusst, aktiviert werden, ist groß. Sind wir uns darüber nicht bewusst, reagieren wir meist nicht so förderlich auf die betroffenen Kinder oder die Eltern.

Aus diesem Grund ist es wichtig, das Thema und die verschiedenen Perspektiven auf die Situation und das betroffene Kind im Team zu besprechen und zu reflektieren, was die Krebserkrankung eines Elternteils möglicherweise auch verändert.

Das Familienprojekt „Mama/Papa hat Krebs“
der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz

Mama  Papa
hat Krebs

Bei einer Krebserkrankung sind alle Familienmitglieder belastet. Unser kostenfreies Familienprojekt **Mama/Papa hat Krebs** bietet - insbesondere für Kinder und Jugendliche - viele Aktivitäten um Kraft zu tanken, auf andere Gedanken zu kommen und Gleichbetroffene kennenzulernen.

Familien-Zeit!

Wir entlasten und stärken Familien, indem wir abwechslungsreiche Begegnungs- und Austauschmöglichkeiten organisieren. Gemeinsame Erlebnisse fördern das Vertrauen untereinander und den Zusammenhalt in der Gruppe. Und manchmal entstehen daraus auch Freundschaften.

Beispielaktivitäten: Familien-Wochenenden in der Natur, Alpaka-Wanderungen, Zoobesuche, Kinobesuche, Gemeinsame Feiern, Familien-Rallyes und Vieles mehr.

Bewegungs-Zeit!

Die Bewegungs-Zeit dient dem allgemeinen Wohlbefinden. Wir sorgen für körperliche Aktivität und für Spaß an Bewegung. Dieses Erleben verbessert den Zugang zum eigenen Körper und gerade Kinder können hier über sich hinauswachsen und begreifen, zu was sie imstande sind.

Beispielaktivitäten: Bouldern, Klettern, Wanderungen, Trampolinpark, Outdoor-Aktivitäten, Bewegungs-Kurse: z.B. Tanzen, Hula-Hoop, Yoga und Vieles mehr.

Kreativ-Zeit!

Im schöpferischen Tun können wir gemeinsam Neues erproben und unseren Gefühlen einen äußeren Ausdruck verleihen. Wir kommen zur Ruhe und gönnen der strapazierten Seele Erholung und Entspannung.

Beispielaktivitäten: Töpfern, freies Malen, Werken, Basteln, Knüpfen, Backen und Vieles mehr.

Hier erhalten Sie weitere Infos und
Beratungstermine - auch in Ihrer Region:

Koblenz

Löhrstraße 119, ☎ 0261 988650

✉ koblenz@krebsgesellschaft-rlp.de

Mainz

Gärtnergasse 6, ☎ 06131 9201609

✉ mainz@krebsgesellschaft-rlp.de

Trier

Petrusstraße 29, ☎ Telefon 0651 40551

✉ trier@krebsgesellschaft-rlp.de

Kaiserslautern

Gersweilerweg 14 a, ☎ Telefon 0631 4147230

✉ kaiserslautern@krebsgesellschaft-rlp.de

Ludwigshafen

Ludwigstraße 65, ☎ Telefon 0621 578572

✉ ludwigshafen@krebsgesellschaft-rlp.de



www.krebsgesellschaft-rlp.de

 [krebsgesellschaft.rlp](https://www.facebook.com/krebsgesellschaft.rlp)

 [krebsgesellschaft_rlp](https://www.instagram.com/krebsgesellschaft_rlp)

Die psychosozialen/psychoonkologischen Beratungen und
Informationen sind kostenfrei.



Spendenkonto:
DE57 3702 0500 0007 1740 02