

Kinder krebskranker Eltern

1. Das Wichtigste in Kürze

Wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt, sollte **frühzeitig** mit den Kindern über die Krankheit gesprochen werden. Kinder spüren intuitiv, wenn Vater oder Mutter in Gefahr sind, und empfinden die **Ungewissheit als eine größere Belastung** als die Wahrheit. Manche Eltern möchten ihre Kinder schonen und die bedrohliche Wirklichkeit von ihnen fernhalten, aber Kinder merken, das "hinter ihrem Rücken" etwas vorgeht und fühlen sich mit ihren Bedenken allein gelassen und unsicher.

2. Den Begriff "Krebs" nicht meiden

Die Eltern sollten sich ihrem Kind zum ausführlichen Gespräch zur Verfügung stellen und es zu Fragen ermuntern. Es hat keinen Sinn, den Begriff "Krebs" zu meiden, da die Gefahr besteht, dass das Kind auf anderen Wegen, über Nachbarn, Verwandte und Freunde, unvorbereitet davon erfahren könnte.

Kinder hören "Krebs" oft nur im Zusammenhang mit Sterben. Deshalb sollten Eltern ihrem Kind sagen, dass Krebs nicht tödlich enden muss, sondern dass alles dafür getan wird, damit man wieder gesund wird und noch lange leben kann. Es ist richtig, von positiven Beispielen aus dem Bekanntenkreis (bei Jugendlichen auch von der Erkrankung und Gesundung prominenter Menschen) zu berichten. Aber man sollte immer bei der Wahrheit bleiben und keine falschen Heilungsversprechen machen.

Eltern sollten ehrlich auf Fragen antworten.

3. Angst und Schuldbewusstsein

Manchmal haben Kinder Angst, dass Krebs ansteckend ist und dass es jetzt gefährlich wäre, mit der kranken Mama oder dem kranken Papa zu kuscheln und zu schmusen. Es ist wichtig, dem Kind diese **Bedenken zu nehmen**.

Es sollte **altersgerecht** erklärt werden, wie Krebs entstehen kann, damit sich das Kind nicht die Schuld an der Erkrankung gibt und meint, dass diese die Folge von Ungehorsam oder Streit war.

Manche Kinder reagieren mit Alpträumen, Bettnässen, diffusen Ängsten, übertriebener Anpassung, Rückzug oder Aggression auf die emotionale Belastung durch die Krebserkrankung eines Elternteils. Offenheit der Eltern gegenüber ihren Kindern, deren Frage und Ängste ernst zu nehmen, die Bereitschaft innerhalb der Familie, gemeinsam darüber zu sprechen, und das Zeigen der eigenen Gefühle können helfen, mit dieser Belastung umzugehen.

4. Kindergarten und Schule

Es kann dem Kind helfen, wenn auch **Lehrer/Erzieher** über die Erkrankung Bescheid wissen. So bekommt es die nötige Rücksichtnahme, Verständnis und Trost, falls es sich anders verhält als gewohnt.

Bei Jugendlichen sollte man solche Informationen nur nach Rücksprache mit dem "Kind" weitergeben, denn: Teenager orientieren sich an Gleichaltrigen, sie wollen gleich (stark) sein und dazugehören. Da passen schwere Krankheiten nicht ins Bild. Oft können sie die unbeschwerte Zeit mit ihren Freunden nutzen, um die Sorgen und Ängste für kurze Zeit zu vergessen. So kann es für Jugendliche auch richtig sein, dass in der Schule keiner über die Krebserkrankung eines Elternteils Bescheid weiß, damit ein Stück "Normalität" erhalten bleibt.

5. Veränderung und Normalität

Manchmal kommt es in Familien zu Konfliktsituationen, weil die Eltern sich zwar einerseits wünschen, dass ihr Kind durch die veränderte Situation nicht belastet wird, sie aber andererseits enttäuscht über fehlendes Mitgefühl sind.

Es ist wichtig, Veränderungen klar zu kommunizieren, die den Alltag des Kindes betreffen: z.B. wer für das Kind kocht oder es vom Kindergarten abholt.

Die Eltern sollten versuchen, sowohl sich selbst als auch dem Kind gerecht zu werden: z.B. auf Ruhe im Haus bestehen, wenn sie müde sind. Dem Kind sollten Zeiten zugestanden werden, in denen das Leben "wie

früher" ist: Freunde dürfen mitgebracht werden, Fernsehen oder Musik laufen. Kinder eines schwer kranken Elternteils brauchen Normalität und den Kontakt zu Gleichaltrigen, um die belastende Situation besser verarbeiten zu können und nicht zusätzlich aus der Gleichaltrigengruppe als Außenseiter herauszufallen. Das Kind sollte ermuntert werden, Spaß und Ablenkung zu haben, das ist ein wichtiger Ausgleich zum Alltag mit der Krankheit.

6. Buchtipps und weitere Infos

Sylvia Broeckmann: Plötzlich ist alles ganz anders - wenn Eltern an Krebs erkranken. 4. Aufl. Klett Verlag 2018, 19 €. ISBN 978-3-608-94605-5.

Praktische Beispiele und Vorschläge der Autorin zeigen Eltern und anderen Erwachsenen, wie sie Kindern im Umgang mit der Erkrankung helfen können.

Ausführliche Informationen mit wissenschaftlichen Quellen, Buchtipps und Anlaufstellen bietet zudem die Deutsche Krebsgesellschaft unter www.krebsgesellschaft.de > [Basis-Informationen Krebs](#) > [Krebs und Psyche](#) > [Was Kindern krebskranker Eltern hilft](#) .

7. Wer hilft weiter?

Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.

Münchener Str. 45, 60329 Frankfurt

Telefon 0180 4435530

info@hkke.org

www.hkke.org

Flüsterpost e.V.

Lise-Meitner-Str. 7, 55129 Mainz-Hechstheim

Telefon 06131 5548798

info@kinder-krebskranker-eltern.de

www.kinder-krebskranker-eltern.de

Kontaktadressen für Ehe- und Familienberatung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung online unter www.dajeb.de > [Beratungsführer online](#) .

Tipps zum **Gespräch** mit Kindern geben auch psychosoziale Krebsberatungsstellen. Adressen vermittelt der Krebsinformationsdienst unter der Telefonnummer 0800 4203040 oder per E-Mail an krebsinformationsdienst@dkfz.de. Regionale Anlaufstellen finden Sie auch im Internet unter www.krebsinformationsdienst.de > [Wegweiser](#) > [Adressen und Links](#) > [Krebsberatungsstellen](#) .

Hilfreiche Anlaufstellen sind auch Erziehungsberatungsstellen, Schulpsychologen oder Schulsozialarbeit.

8. Verwandte Links

[Brustkrebs](#)

[Brustkrebs > Familie](#)

[Prostatakrebs](#)

[Psychoonkologie](#)

[Tod und Trauer > Kinder](#)

[Kinder im Krankenhaus](#)

[Eltern in der Krise](#)