



Ein Ratgeber
für pädagogisches
Fachpersonal

Hör was ich Dir nicht sagen kann

Wir alle können Kinder
krebskranker Eltern stärken



NIEDERSÄCHSISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

Impressum

Herausgeber:

Niedersächsische Krebsgesellschaft e. V.
Königstraße 27
30175 Hannover
Tel.: 0511 3885262
service@nds-krebsgesellschaft.de
www.nds-krebsgesellschaft.de

Urheber und Redaktion:

Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
Löhrstraße 119
56068 Koblenz
Tel.: 0261 96388722
info@krebbsgesellschaft-rlp.de
www.krebbsgesellschaft-rlp.de

Autorin:

Prof. Dr. rer. med. Dipl.-Psych. Bianca Senf
Stand März 2022

Gestaltung:

Broska & Brüggemann Werbeagentur GmbH

Druck:

Druckerei Mantow GmbH, Hannover
1. Auflage, November 2022

Hinweise:

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.

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.

Realisierung und Druck dieser Broschüre mit finanzieller Förderung durch das Niedersächsische Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung sowie die Deutschen Rentenversicherungen Bund, Braunschweig-Hannover und Oldenburg-Bremen.

Bildnachweis:

Titel/Rückseite: ©Beenis - stock.adobe.com; Vorwort: Daniel George; S. 2: Pixel-Shot/Shutterstock.com; S. 3: ©nicoletaionescu - stock.adobe.com; S. 4: ©fizkes - stock.adobe.com; S. 5: ©LIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com; S. 6/7: ©Michaela

Begsteiger - stock.adobe.com; S. 8: ©sewcream - stock.adobe.com; S. 9: ©alenska2194 - stock.adobe.com; S. 10: fizkes/Shutterstock.com; S. 11: Pixel-Shot/Shutterstock.com; S. 13: ©Studio Romantic - stock.adobe.com

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.

Die Probleme und Belastungen der Kinder zeigen sich oft früh, werden jedoch leicht übersehen, da Kinder dazu neigen, ihr Umfeld zu schonen. 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 eine Krebserkrankung verlieren.

Damit Sie als Fachkräfte in Kindertagesstätten, Schulen oder anderen Einrichtungen, diesen Kindern hilfreich begegnen und auf sie eingehen können, braucht es ein spezifisches Wissen, wie z.B. Kenntnisse über Risiko- und Schutzfaktoren im Hinblick auf die Entwicklung psychischer und psychosozialer Störungen.

Um auf Kinder stützend eingehen zu können, ist darüber hinaus wichtig zu wissen, was sie und ihre an Krebs erkrankten Eltern beschäftigt, wie sich Belastungen der Kinder äußern können und welche Möglichkeiten es gibt, die Familien allgemein zu unterstützen.

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.

Wir danken an dieser Stelle der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz für die Bereitstellung der Texte. Dadurch ist es uns möglich, die vorliegende Broschüre auch in Niedersachsen an Sie weiterzugeben.

Ich wünsche Ihnen für Ihren weiteren Weg alles Gute!

Dr. med. Peter N. Meier, FASGE FEBG

Vorsitzender der Niedersächsischen Krebsgesellschaft e. V.

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.

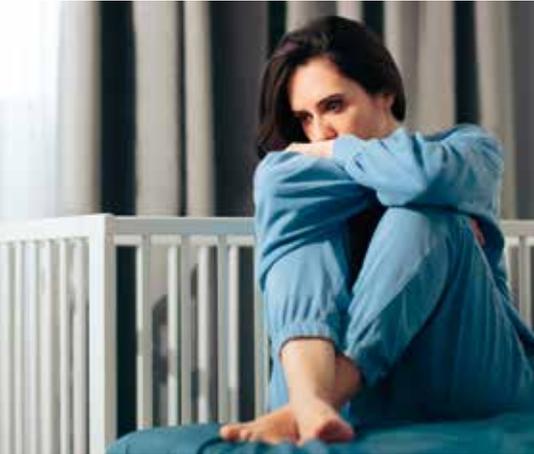
Risikofaktoren

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.

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



usw. 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 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 Selbsterleben 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.

GUT ZU WISSEN

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



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.





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 entwickelt 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 krebserkrankter Eltern sind

- Belastungsreaktionen
- Anpassungsstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Angst
- Depression
- Zwangsgedanken oder -handlungen
- Psychosomatische Probleme

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



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 es 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 etc.
- 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 beschäftigt.
- 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 von 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 sollten Sie 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?“



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 entgegengewirkt 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.

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 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.
- 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.

Psychoonkologische Beratung und onkologische Reha- und Sozialberatung

Wir beraten Sie und Ihre Angehörigen mit geschultem Fachpersonal telefonisch, schriftlich, digital oder auch ganz persönlich in unserer Beratungsstelle.

Bei unserer psychoonkologischen Beratung (psychosozial und psychologisch) stehen folgende Themen im Mittelpunkt:

- Krankheitsverarbeitung
- Umgang mit Angst und Depression
- Begleitung von Entscheidungsprozessen
- Bewältigung der Krankheitsfolgen
- Unterstützung in akuten Krisen
- Klärung der eigenen Situation

Im Rahmen unserer onkologischen Reha- und Sozialberatung geht es um folgende Themen:

- Unterstützung bei der Beantragung einer Reha
- Auswahl geeigneter Rehakliniken und Umstellung bewilligter Rehakliniken
- Klärung finanzieller Unterstützungsmöglichkeiten
- Hilfe bei Widersprüchen nach einem ablehnenden Bescheid
- Hilfestellung bei der Klärung beruflicher Fragen (z.B. Krankengeld, Wiedereingliederung, Erwerbsminderungsrente)
- Unterstützung bei der Beantragung eines Schwerbehindertenausweises
- Zuzahlungsregelungen



Wir lassen Sie nicht allein!

Beratungsangebote für Krebserkrankte und ihre Angehörigen

NIEDERSÄCHSISCHE KREBSGESELLSCHAFT E.V.

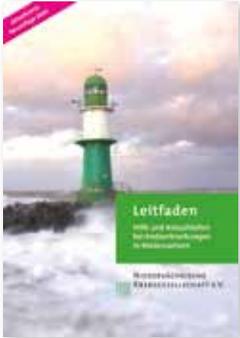
Wir sind da – für Menschen in Niedersachsen

Seminare und Projekte

In unseren Kursen, Projekten und Seminaren erhalten Krebs-erkrankte Hilfe und Unterstützung bei der Krankheitsverarbeitung. Gleichzeitig können die Teilnehmer Kontakte zu anderen Betroffenen aufnehmen. Einen Überblick über alle Angebote mit den jeweiligen Terminen und Veranstaltungsorten gibt das Jahresprogramm der Niedersächsischen Krebsgesellschaft.

Infomaterial

Unsere Broschüren und weitere Informationsmaterialien können Sie auf unserer Homepage www.nds-krebsgesellschaft.de als PDF herunterladen oder kostenlos bestellen.



Die Niedersächsische Krebsgesellschaft

Die Niedersächsische Krebsgesellschaft ist seit über 70 Jahren aktiv gegen Krebs. Unter dem Leitmotiv „Wir sind da - für Menschen in Niedersachsen“ haben sich im Laufe der Zeit vier Arbeitsschwerpunkte als besonders wichtig herauskristallisiert:

INFORMIEREN

Wir informieren Menschen jeden Alters in Niedersachsen über Krebserkrankungen sowie über Präventions- und Früherkennungsmaßnahmen durch Broschüren, Ausstellungen, Aktionen und Veranstaltungen.

BERATEN

Wir beraten Krebsbetroffene und ihre Angehörigen mit geschultem Fachpersonal im Rahmen einer psychoonkologischen Beratung und Begleitung sowie einer onkologischen Reha- und Sozialberatung. Darüber hinaus bieten wir für Betroffene verschiedene Seminare und Projekte zur Krankheitsbewältigung an. In Verbindung mit einer bewilligten onkologischen Reha-Maßnahme oder einer Anschlussheilbehandlung unterstützen wir Krebsbetroffene in besonderen finanziellen Notlagen mit einer Bekleidungsbeihilfe.

FORSCHEN

Wir unterstützen seit vielen Jahren die Krebsforschung in Niedersachsen in Kooperation mit Fachwissenschaftlern und forschenden Institutionen.

FÖRDERN

Mit einem eigenen Förderpreis zeichnen wir jährlich Projekte aus, die einen Beitrag zur besseren Beratung, Betreuung und Versorgung von Krebspatienten leisten. Zudem fördern wir Krebs Selbsthilfegruppen und Krebsberatungsstellen in Niedersachsen durch fachliche Unterstützung, Austausch und Fortbildung sowie finanzielle Zuschüsse für ihre Arbeit.

In Niedersachsen erkranken jährlich rund 50.000 Menschen neu an Krebs.

(Quelle: Krebs in Niedersachsen, Jahresbericht 2021)

Was **NOT**wendig ist ...

*informieren
beraten
forschen
fördern*

*Aktiv gegen Krebs
– seit über 70 Jahren*

Helpen Sie mit!

SPENDENKONTO

Norddeutsche Landesbank Hannover

IBAN DE34 2505 0000 0101 0274 07

BIC NOLADE2HXXX

**NIEDERSÄCHSISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.**

Königstraße 27
30175 Hannover
Tel. 0511 3885262



www.nds-krebsgesellschaft.de

*Wir sind da – für Menschen
in Niedersachsen*



Aktiv gegen Krebs

Niedersächsische Krebsgesellschaft e. V.

Königstraße 27

30175 Hannover

Telefon: 0511 3885262

Telefax: 0511 3885343

service@nds-krebsgesellschaft.de

www.nds-krebsgesellschaft.de

Spendenkonto:

Norddeutsche Landesbank Hannover

IBAN DE34 2505 0000 0101 0274 07



Zur Online-Spende