

## Holen Sie sich Unterstützung

Versuchen Sie mit Unterstützung von Freunden, eine gewisse Alltagsroutine – als eine Art festen Bezugsrahmen für Ihr Kind – beizubehalten bzw. neu zu organisieren.

Ihr Kind braucht mindestens eine Vertrauensperson, die verfügbar und belastbar ist. Diese Person sollte das Kind selbst wählen dürfen.

Informieren Sie die ErzieherInnen des Kindergartens, die LehrerInnen der Schule oder andere wichtige Bezugspersonen über die Erkrankung, wenn Sie das Gefühl haben, dass dies für Ihr Kind vorteilhaft wäre.

Teilen Sie Ihrem Arzt mit, dass Sie Kinder haben, so dass er sie mit einbeziehen und unterstützen kann.

Nehmen Sie bei Bedarf professionelle Unterstützung an.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Ihr Kind zu unterstützen. Wählen Sie das aus, womit Sie selbst das beste Gefühl haben.

Versuchen Sie zu akzeptieren, dass Sie nicht alles richtig machen können.

Gehen Sie nachsichtig mit sich selbst um.

## Literaturauswahl

Broschüre „Mit Kindern über Krebs sprechen“  
Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.  
Güntherstr. 4a, 60528 Frankfurt am Main  
Telefon: 069 / 67724504  
[www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker.de](http://www.hilfe-fuer-kinder-krebskranker.de)

Broschüre „Mir sagt ja doch (K)einer was!“  
Flüsterpost e.V.  
Kaiserstraße 56, 55116 Mainz  
Telefon: 06131 / 55 48 798  
[www.kinder-krebskranker-eltern.de](http://www.kinder-krebskranker-eltern.de)

Broschüren „Der Chemo-Kasper und seine Jagd auf die bösen Krebszellen“; „Radio-Robby und sein Kampf gegen die bösen Krebszellen“; „(K)eine Zeit für Erdbeeren – Geschwister krebskranker Kinder teilen sich mit“; „Mein Kind hat Krebs“  
Deutsche Kinderkrebsstiftung der Deutschen Leukämie-Forschungshilfe  
Adenauerallee 134, 53113 Bonn  
Telefon: 0228 / 68 84 6 22  
[www.kinderkrebsstiftung.de](http://www.kinderkrebsstiftung.de)

Broschüre „Wegweiser für Krebsbetroffene in Berlin“  
Berliner Krebsgesellschaft e.V.  
Robert-Koch-Platz 7, 10115 Berlin  
Telefon: 030 / 2832400  
[www.berliner-krebsgesellschaft.de](http://www.berliner-krebsgesellschaft.de)

Broschüre „Hilfe für Angehörige“  
aus der Reihe „Die blauen Ratgeber“ der Deutschen Krebshilfe e.V.  
Buschstr. 32, 53113 Bonn  
Telefon: 0228 / 729900  
[www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)

Dieser Flyer wurde erstellt von der AG Kinder der Projektgruppe Psychosoziale Onkologie des Tumor Zentrum Berlin e.V.

Dipl. Psych. Anja Neise, St. Gertrauden-Krankenhaus;  
Dipl. Psych. Martina Preisler, Charité CBF;  
Dipl. Soz. Päd. Jutta Schildbach, Oncocare;  
Dipl. Päd. Angela Tietz, Ev. Waldkrankenhaus Spandau;  
Dipl. Psych. Heike Lampe, Vivantes Klinikum Am Urban u.a.

Herausgeber:

Tumorzentrum Berlin e.V.  
Dachverband der Berliner Tumorzentren  
Robert-Koch-Platz 7  
10115 Berlin-Mitte  
Telefon: (030) 28 53 89 0  
Fax: (030) 28 53 89 40  
E-Mail: [tumorzentrum@tzb.de](mailto:tumorzentrum@tzb.de)

Stand: 7/2011

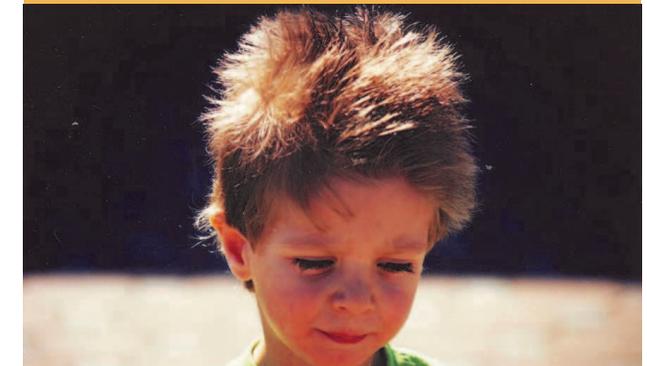


**TumorZentrum Berlin e.V.**

Dachverband der Berliner Tumorzentren

## Anregungen für den Umgang mit Kindern krebskranker Eltern

### Eine Information für Eltern und Angehörige



## Projektgruppe Psychosoziale Onkologie

Liebe Eltern,

mit diesem Flyer möchten wir Ihnen einige Anregungen geben, wie Sie Ihre Kinder unterstützen können, wenn Sie selbst oder Ihr Partner / Ihre Partnerin eine Krebserkrankung haben.

Machen Sie sich zunächst bewusst:

Kinder spüren, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Es ist wichtig, die Erkrankung nicht zu verheimlichen, sondern zum gemeinsamen Thema zu machen.

Ihr Kind ist in der Lage, mit schwierigen Situationen umzugehen. Manchmal braucht es dabei Unterstützung. Setzen Sie sich selbst und Ihr Kind nicht unter Druck.

### **Suchen Sie das Gespräch mit Ihrem Kind.**

Wählen Sie einen für Sie selbst und Ihr Kind geeigneten Zeitpunkt.

Sorgen Sie für eine angenehme, geschützte Atmosphäre und nehmen Sie sich Zeit für das Gespräch. Richten Sie sich dabei nach den Bedürfnissen Ihres Kindes.

Bieten Sie immer wieder ein Gespräch an, aber drängen Sie es nicht auf.

Informieren Sie Ihr Kind, da es sich sonst in seiner Phantasie möglicherweise Dinge vorstellt, die viel schlimmer sind als die Wirklichkeit. Seien Sie dabei ehrlich zu ihm, ohne Dinge zu beschönigen oder zu dramatisieren.

### **Informieren Sie Ihr Kind.**

Geben Sie Ihrem Kind verständliche und altersgemäße Informationen.

Überhäufen Sie es aber nicht damit, und erzählen Sie auch nicht mehr, als Ihr Kind wissen möchte.

Vergewissern Sie sich, dass Ihr Kind die Informationen verstanden hat. Nachfragen können hilfreich sein.

Versichern Sie Ihrem Kind, dass sich immer jemand um es kümmern wird.

### **Lassen Sie Gefühle zu.**

Versuchen Sie, nicht davon auszugehen, dass Sie wissen, wie sich Ihr Kind fühlt. Fragen Sie stattdessen, wie es ihm geht und akzeptieren Sie das.

Gestehen Sie sich selbst und Ihrem Kind zu, Gefühle zu haben und sie auszudrücken: sei es Freude, Traurigkeit oder Wut. Diese Gefühle können auch im schnellen Wechsel auftreten. Geben Sie der Trauer, aber auch dem Lachen und Lustigsein Raum.

Vermitteln Sie Ihrem Kind immer wieder, dass es geliebt wird und keine Schuld an der Krankheit trägt.

### **Schenken Sie Ihrem Kind körperliche Nähe.**

Körperliche Nähe und Geborgenheit („Kuschelstunden“) können wichtig für Ihr Kind sein. Achten Sie darauf, wie viel Nähe Ihrem Kind und Ihnen selbst gut tut.

### **Nehmen Sie das Verhalten Ihres Kindes bewusst wahr.**

Stellen Sie sich auf widersprüchliche Verhaltensweisen wie Ängstlichkeit, Unbeschwertheit, Aggression, Hilfsbereitschaft und Launenhaftigkeit ein.

Erlauben Sie Ihrem Kind, sich fürsorglich zu zeigen, aber lassen Sie nicht zu, dass es die Rolle und Verantwortung eines Erwachsenen übernimmt und sich überfordert.

Es können Verhaltensweisen auftreten, wie z.B. Bettnässen, Nägelkauen oder Ihr Kind spielt nicht mehr und isoliert sich. Sollten diese länger anhalten, suchen Sie sich professionelle Unterstützung.

Jugendliche verstecken Ihre Trauer häufig hinter einer „coolen“ Fassade. Akzeptieren Sie das Schutzbedürfnis, aber bieten Sie auch ein Gespräch an.

Für Kinder und insbesondere für Jugendliche ist es sehr wichtig, den Kontakt zu Gleichaltrigen nicht zu verlieren.