

Tabuthema

Wenn Eltern Krebs haben

Jedes Jahr erkranken in Deutschland etwa 420 000 Menschen an Krebs. Allein die Diagnose Brustkrebs bekommen über 55 000 Frauen. 30 Prozent von ihnen sind Mütter von Kindern, die noch zu Hause leben.



Professor Dr. Gerhard Trabert

Professor Dr. Gerhard Trabert gründete 2003 den Verein „Flüsterpost“.

Trifft die Diagnose Krebs eine Familie, verändert sich schlagartig das Leben aller – auch der Kinder. Wie sollen sie mit dem Schicksalsschlag fertig werden? Was soll man ihnen zumuten, was besser verschweigen? „Kinder müssen Bescheid wissen“, meint der Arzt und Sozialarbeiter Gerhard Trabert, Gründer des Vereins „Flüsterpost“, einer der wenigen Beratungsstellen für Kinder krebskranker Eltern. Die Einrichtung ging aus einem Forschungsprojekt der Georg-Simon-Ohm-Fachhochschule Nürnberg, hervor. Als Krankenhaus-Arzt in der Onkologie wurde er oft von Eltern gefragt, wie sie mit ihren Kindern über die Diagnose Krebs sprechen sollen.

ZUM THEMA

Website: www.kinder-krebskranker-eltern

Kontakt:

Flüsterpost e.V., Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern, Kaiserstr. 56, 55116 Mainz, Tel. 06131 / 55 48-798, fluesterpost-mainz@freenet.de

FOCUS-SCHULE: Warum wurde der Beratungsbedarf von Kindern krebskranker Eltern lange nicht erkannt?

Gerhard Trabert: Warum das so ausgeblendet wurde, kann ich nicht sagen. Selbst bei Krebsberatungsstellen wurde meinen Studenten häufig gesagt, dass die Angehörigen dort erst mit dem 18. Lebensjahr anfangen. Das resultiert wohl auch aus der Angst und Unsicherheit, mit Kindern über dieses Thema zu reden. Seit wir in diesem Bereich aktiv sind und auf dieses Kommunikationsproblem hinweisen, merke ich bei vielen Ärzten einen Aha-Effekt. Sie werden sich dessen bewusst. Zudem ist es auch für die Patienten selbst sehr wichtig. Vor allem bei krebskranken Frauen erlebe ich immer wieder,

dass sie eine Chemotherapie verschieben, wenn die Versorgung der Kinder nicht geregelt ist. Auch für den eigenen Umgang mit der Krankheit ist es nicht förderlich, wenn die Sorge um die Kleinen noch zusätzlich belastet und Angst, Hilflosigkeit und Unsicherheit ein offenes Sprechen mit den Kindern erschwert.

FOCUS-SCHULE: Wie kann „Flüsterpost“ helfen?

Trabert: Wir glauben, dass Familien in der Lage sind, sich selbst zu helfen. Jedoch ist es häufig notwendig, dass jemand von außen als Türöffner für ein Gespräch fungiert, wie zum Beispiel der Opa, die Tante oder auch Freunde. Aber die Kommunikation muss immer in die Kernfamilie zurückgetragen werden. Die meisten Eltern wollen ja mit den Kindern sprechen, nur wissen sie nicht wie. Wir als Beratungsstelle möchten die Kinder nicht psychiatrisieren, wir wollen die Familie unterstützen – mit Gesprächen, kindgerechten Materialien und Informationen.

FOCUS-SCHULE: Welche Hilfe brauchen Kinder Krebskranker?

Trabert: Es ist wichtig die Kinder einzubeziehen, sie zu informieren und ihnen auch zuzutrauen mit der Erkrankung des Elternteils umgehen zu können. Ungefähr ab dem vierten Lebensjahr – manchmal auch schon früher – kann man kindgerecht kommunizieren: Was ist passiert? Welche Krankheit hat die Mutter oder der Vater? Probleme entstehen dann, wenn man Kinder ausgrenzt. Informationsmangel führt immer dazu, dass sie die Situation interpretieren. Warum ist die Mutter oder der Vater im Krankenhaus? Und was hat das mit mir zu tun? Besonders zwischen dem fünften und zehnten Lebensjahr entwickeln Kinder häufig Schuldphantasien.

FOCUS-SCHULE: Wieso fühlen sich die Kinder schuldig?

Trabert: Man muss sich nur einmal in die Lage eines Kindes versetzen, dass von nichts weiß. Es wird sich fragen: Was habe ich falsch gemacht, wenn Mama oft weint? Oder: Warum wird zu Hause nicht mehr so viel gelacht? Sie beziehen die Erkrankung des Elternteils auf das eigene Verhalten. Wir Erwachsenen unterstützen diesen Mechanismus durch unreflektiert dahergesagte Sätze wie: „Du machst mich ganz krank. Jetzt räum’ endlich dein Zimmer auf.“ Eine Unbekümmertheit mit möglicherweise schwerwiegenden Folgen. Kinder merken sich das. Wird dann Mutter oder Vater tatsächlich krank, denkt sich das Kind, wenn nicht darüber gesprochen wird: „Ich bin schuld“.

Mit Kindern über die Krankheit sprechen

FOCUS-SCHULE: Wann ist der richtige Zeitpunkt für ein Gespräch?

Trabert: So früh wie möglich. Betroffene Familien sollen sich aber nicht unter Stress setzen. Natürlich brauchen Eltern auch selbst Zeit, mit der Situation klar zu kommen. Viele Erwachsene denken aber, sie würden ihr Kind schützen, wenn sie es nicht mit dieser Wahrheit konfrontieren. Das ist ein Irrglaube! Weiß ein Kind nämlich nicht Bescheid, kann es auch nicht nachvollziehen, warum der Papa ständig ins Krankenhaus muss und wieso er ohne Haare zurückkommt.

FOCUS-SCHULE: Was soll man dem Kind sagen, wenn man selbst nicht weiß, wie es weitergeht?

Trabert: Dann können die Betroffenen genau das sagen, was sie wissen. Zum Beispiel: „Ich weiß es nicht.“ Das Schlimmste ist zu sagen: „Es wird schon wieder alles gut.“ Aus der Beratung kenne ich Familien, bei denen es nicht mehr gut wurde und ein Elternteil gestorben ist. Und dann ist das Vertrauen des Kindes in den gesunden Elternteil erschüttert, sein Vorwurf nicht unberechtigt: „Du hast gesagt es wird wieder gut. Und es ist nicht wieder gut geworden. Ich traue dir überhaupt nicht mehr.“

FOCUS-SCHULE: Viele Kinder fragen: „Musst du sterben?“ Wie können Eltern darauf reagieren?

Trabert: Eltern können den Kindern erklären, was Krebs ist und welche Therapien es gibt. Sie können sagen: „Ich hoffe, ich werde wieder gesund.“ Oder auch: „Ich weiß es nicht.“ Man kann die Krankheit und das Stadium in dem sich der Patient befindet mit Kindern besprechen. Sie sind dazu in der Lage. Das ist ja das Fatale, dass wir Erwachsene immer denken, das könne man ihnen nicht zumuten. Allerdings sollte man Kinder auch nicht überhäufen mit Infos. Schaffen Sie eine Atmosphäre der Offenheit. Dann können Sie ruhig dem Kind die Führung überlassen. Es wird fragen, was es wissen möchte und was es auch verkraften kann. Das gilt auch für das Thema Sterben.

FOCUS-SCHULE: Wieviel eigene Hilflosigkeit können Eltern ihren Kindern zumuten?

Trabert: Sie einbeziehen bedeutet auch zu vermitteln: „Es kann sein, dass ich manchmal unausgeglichen bin, wenn ich eine Therapie bekomme. Und es mir dann nicht gut geht.“ Das Kind muss wissen, dass es nicht schuld ist an dem veränderten Verhalten. Dass es nichts falsch gemacht hat, wenn die Mama weniger Zeit hat. Sondern dass dies mit der Krankheit oder auch mit der Angst vor dem Tod zu tun hat. Wichtig ist dann, dass man es schafft gemeinsam zu überlegen: Wie gehe ich mit der Situation um? Was können wir als Familie oder zusammen mit Freunden jetzt tun, um mit der Situation besser zurecht zu kommen? Welche Möglichkeiten gibt es den Kranken zu entlasten ohne ihn zu bevormunden? Vielleicht haben auch die Kinder Ideen.

FOCUS-SCHULE: Was ist los, wenn im Gespräch das Kind plötzlich sagt: „Jetzt will ich aber lieber mit Lisa spielen.“ Oder Fernsehen schauen?

Trabert: Das ist eine normale Reaktion, ein kindlicher Schutzmechanismus. Das Kind signalisiert damit: „Ich weiß jetzt erst mal genug.“ Und es will wieder in seine Kinderwelt eintauchen. Es schützt sich so selbst. Das Verhalten ist kein Desinteresse! Das ist vielen Eltern oft nicht klar.

Mit Krebs den Familienalltag leben

FOCUS-SCHULE: Soll man dem Kind erlauben mit Freunden oder dem Sportverein übers Wochenende wegzufahren, wenn ein Elternteil im Krankenhaus liegt?

Trabert: Ja, wenn es das Kind möchte. Verschiedene Studien zeigen, dass gerade Mädchen – vor allem wenn die Mutter erkrankt ist – dazu

neigen, ihre Rolle einzunehmen. Sie arbeiten dann oft verstärkt im Haushalt. Und wenn sie in die Pubertät kommen, leben sie weniger ihr eigenes Leben. Dann ist es wichtig, dass die Erwachsenen signalisieren: „Es ist eine Entlastung, wenn du dich zu Hause beteiligst. Aber es ist auch in Ordnung, wenn du mit Freunden ausgehst und deine Beziehungen pflegst.“ Man sollte Kinder und Jugendliche sogar dazu ermutigen.

FOCUS-SCHULE: Viele Eltern wollen nicht vor ihren Kindern weinen und leiden, weil sie fürchten, dass es das Kind zu stark belastet.

Trabert: Das ist meines Erachtens falsch. Warum nicht weinen? Das gehört zum Leben. Dann lernt das Kind früh damit umzugehen. Man muss keine Pseudo-Stärke vermitteln. Sonst meint das Kind auch, es müsse seine Gefühle kontrollieren. Weinen ist Entlastung, wenn wir es noch können. Und wenn wir nicht mehr können, entlädt sich der psychische Druck oft auf einem anderen Weg. Vielleicht wird er somatisiert, äußert sich in körperlichen Beschwerden. Weinen darf man nicht mit Schwäche verbinden, vor allem Männer machen das häufig. Gefühle zeigen, ist ein Zeichen von Stärke. Nur sollten Eltern in der Situation nicht handlungsunfähig bleiben. Am besten setzt man sich dann zusammen und überlegt: Was können wir gemeinsam tun, dass es weiter geht.

FOCUS-SCHULE: In vielen Familien wird wenig über Gefühle gesprochen. Steht dann noch die Diagnose Krebs im Raum, sind viele Eltern überfordert.

Trabert: Das ist richtig. Dann muss man sich Hilfe von außen holen. Wie zum Beispiel bei „Flüsterpost“. Häufig treffen wir Eltern, die sehr unsicher in ihrer Situation sind. Es reicht dann häufig, sie zu bestärken: „Ja, redet miteinander. Das ist der richtige Weg.“ Wenn in der Familie vor der Diagnose Krebs schon keine Gefühle gezeigt und nicht offen kommuniziert wurde, kann die Krankheit auch eine Chance sein, das zu ändern. Es kann aber auch sein, dass es gerade dann überhaupt nicht funktioniert. Ist die Belastung selbst mit dem Kind zu reden zu groß, sollte man jemand anderen finden, der das übernimmt. Das kann die Oma, ein Freund, ein Pate sein. Oder sie suchen eine Beratungsstelle wie uns auf. Leider gibt es davon immer noch zu wenig.

FOCUS-SCHULE: Wie findet eine betroffene Familie wieder in den Alltag zurück?

Trabert: So wie es vorher war, wird es nicht wieder werden. Da die ganze Familie von der Krankheit betroffen ist. Für Kinder ist aber eine Orientierung wichtig, die Aufrechterhaltung einer gewissen Routine im Alltag. Sie müssen merken, dass durch die Erkrankung nicht ihr komplettes Leben zusammenbricht. Kreativität ist jetzt gefragt. Zum Beispiel kann eine Freundin das Kind vom Sportverein abholen, wenn man selbst zu krank ist. Dann sieht das Kind, dass die Familie in der Lage ist auch mit Unterstützung den Alltag zu stabilisieren. Es geht zwar nicht so weiter wie früher, aber es geht weiter.

ZUM THEMA

Die aktuelle Ausgabe: FOCUS-SCHULE 01/08