



Mama, Papa – bist du krank?

Eine Krebserkrankung stellt das Leben der Patienten auf den Kopf – aber natürlich auch das der Familien. Vor allem für Kinder ist es nicht leicht, zu sehen, wie Mama oder Papa ängstlich, schwach und hilflos sind. Wie geht man in der Familie damit um, dass ein Elternteil eine schwere Krankheit hat?

*Text: Birgit Pfaus-Ravida •
Fotos: Shutterstock*

Es begann mit einem dunklen Punkt. Am Bein. Ein Melanom änderte das Leben von Patricia (Namen der Betroffenen von der Redaktion geändert) aus Luxemburg von einem Tag auf den anderen. „Ich wusste gleich, dass mit diesem Fleck etwas nicht stimmt, obwohl er nicht besonders dunkel oder unregelmäßig war“, erzählt sie. Das Melanom wurde herausgeschnitten – dann folgten Wochen des Wartens auf die Ergebnisse der Untersuchung. Konnte alles erfolgreich entfernt werden? „Es waren die sechs längsten Wochen meines Lebens“, erinnert sich die Mutter zweier Kinder. Als dann das Ergebnis kam, dass erst mal alles in Ordnung war, atmete Patricia durch, betrachtete die Sache als „kleinen Zwischenfall“ – aber die Vorsicht blieb. Bei jedem Gang in die Sonne, bei jedem Urlaub passte sie besonders auf. Sie war sensibilisiert.

Auch zur Brustkrebs-Vorsorge ging sie regelmäßig, denn ihre Tante hatte Brustkrebs. „Ich hatte meine Kinder gestillt und rechnete eigentlich nicht damit, an Brustkrebs zu erkranken“, erzählt sie. Doch die Ärzte fanden eine auffällige Stelle; diese musste von mehreren Fachleuten interpretiert werden – wieder eine qualvolle Wartezeit. „Da kam aus der Phase, als ich das Melanom hatte, alles wieder hoch“, erinnert sich Patricia. Es folgte eine Biopsie, um mehr Klarheit zu gewinnen – wieder zwei Wochen auf Ergebnisse warten. „Wir haben von Anfang an mit den Kindern darüber geredet, was mit mir los war“, erzählt sie. Die Kinder seien es gewohnt, dass ihre Mama stark und zuverlässig sei. Und das dachten sie dann auch weiterhin. „Es war nicht einfach. Sie machten einfach weiter, als wäre nichts. Und ich habe ebenfalls versucht, mir nichts anmerken zu lassen. Mein Mann hat sich hilflos gefühlt, es aber nicht gezeigt – auch er wollte stark sein.“

Dieses Dilemma kennen viele, in deren Familie jemand an einer schlimmen Krankheit wie Krebs leidet. Das weiß auch Martine Risch von der Fondation Cancer. „Der Moment der Diagnose verändert alles, löst Emotionen aus – Angst, Trauer, Wut, Hilflosigkeit. Gleichzeitig weiß man um die Verantwortung, die man den Kindern gegenüber hat“, sagt die Psychologin. Zusammen mit drei weiteren Psychologen der Stiftung bietet sie darum betroffenen Familien Hilfe an. „Krebs wirft viele Fragen auf, Ungewissheit steht im Raum. Aber egal, wie es weitergeht – es ist sehr wichtig, dass die Kinder um die Krankheit wis-

sen. Sie haben feine Antennen und spüren sowieso, wenn etwas nicht stimmt.“ Kinder würden natürlich sehr emotional reagieren. Schließlich seien die Eltern normalerweise „unverwundlich“, immer da, meistens stark. Sie möchten beschützt werden, wollen vielleicht zunächst nicht hören, dass das „elterliche Bollwerk“ wankt. Und doch müssen sie eingebunden werden. „Kinder müssen nachvollziehen können, was los ist. Ansonsten, wenn alles tabuisiert wird, malen sie sich Dinge aus, die noch schlimmer sein können als die Realität. Und Kinder müssen wissen, dass sie keine Schuld an der Krankheit haben. Denn auch solche Gedanken stehen dann durchaus im Raum.“ War ich nicht brav genug? War Mama so gestresst von mir und ist deshalb krank geworden? Liebt sie mich etwa nicht mehr? Die Gedankengänge von Kindern darf man nie unterschätzen.

Altersgerechte Information

Zusätzlich hegen Kinder, wie im Falle von Patricia, stets die Hoffnung, dass trotzdem „alles so bleibt, wie es ist.“ Das ist aber nicht der Fall. Nichts bleibt, wie es ist. Und ja, der betroffene Elternteil leidet, ist nicht mehr so fit, nicht mehr immer für die Kinder da. Kann nicht im Alltag alles wie früher meistern, braucht selbst Hilfe. Wird schwächer und müder, blässer, verliert vielleicht Haare, riecht anders, weint, wird gereizt, ungeduldig. Auch darum ist es wichtig, dass die Eltern selbst es sind, die den Kindern die Situation erklären. Die zeigen sollen: Wir halten auch in schweren Zeiten zusammen. „Offenheit schafft Vertrauen!“, betont Martine Risch.

Doch wie über den Krebs sprechen? „Das ist ein wirklich heikles Thema“, sagt Martine Risch. Dennoch müssen die Kinder von der betroffenen Person selbst hören, was los ist. „Sonst geschieht ein Vertrauensbruch und in der Folge eine übervorsichtige Schon-Haltung den Eltern gegenüber. Das belastet die Kinder zu stark, nimmt sie zu sehr in die Verantwortung“, weiß Martine Risch. Natürlich könne man sich eine weitere wichtige Bezugsperson zu Hilfe nehmen, die dabei ist, wenn den Kindern alles erklärt wird – ob Opa, Oma oder Nanny. „Und auch professionelle Unterstützung darf und soll man sich gerne dazu holen.“ Bei mehreren Kindern verschiedener Altersstufen sollten wenn möglich bei der ersten Information



Wie reagieren die Kinder? Die Reaktionen reichen von rebellisch, über übermäßig brav hin zu aggressiv. Andere ziehen sich dagegen zurück oder übernehmen viel Verantwortung – zu viel Verantwortung.

über die Krankheit alle zusammen sein, danach sollten die Eltern einzeln mit jedem Kind altersgerecht sprechen.

Der richtige Zeitpunkt für ein solches Gespräch sei in jedem Fall, wenn eine klare Diagnose bestünde – und noch vor Beginn der Behandlungen. „Oder während der Diagnosezeit, wenn ich mich zu sehr belastet fühle, wenn ich nervös bin“, ergänzt Martine Risch. Zeit solle man einplanen, einen ruhigen Moment wählen und einen intimen, gemütlichen Rahmen. Die Informationen – Welche Krebsart ist es? Wo sitzt die Krankheit? Wie wird sie behandelt? Was passiert mit Mama oder Papa? Und: Nein, Krebs ist nicht ansteckend, niemand ist „schuld daran“ – kurz halten, Raum für Fragen lassen. Fragen kommen immer wieder, solange die Krankheit da ist. Kinder sind neugierig, und wenn sie die Informationen nicht zu Hause bekommen, holen sie sich diese eben woanders. Da ist es besser, alles so ausführlich wie möglich im geschützten Rahmen zu erklären. In Geborgenheit und Vertrauen.

Wie den Kindern das Thema erklärt wird, hängt dann natürlich auch ganz vom Alter und Entwicklungsstand ab. „Bei kleinen Kindern im Grundschulalter und darunter sollen in jedem Fall Lehrer und Erzieher mit eingebunden werden“, rät Psychologin Martine Risch. Dann müsse entschieden werden, ob mit und in der Klasse oder Kindergartengruppe darüber geredet werde oder nicht. „Manche

Kinder möchten das, andere möchten eine krankheitsfreie Zone, einen Raum, in dem alles wirklich normal weitergeht“, so Risch. Darum müsse man ältere Kinder auch unbedingt fragen, wer vom schulischen Umfeld oder im Freundeskreis des Kindes von der Erkrankung wissen dürfe und wer nicht.

Familie in der Krise

Wie die Kinder reagieren? So unterschiedlich, wie sie sind. Manche sind rebellisch, manche übermäßig brav. Manche werden aggressiv, andere ziehen sich zurück. Wieder andere übernehmen viel Verantwortung – zu viel Verantwortung. Und müssen dann selbst geschützt werden. „Vorübergehender Stress ist normal“, sagt Martine Risch. „Doch große Verhaltensänderungen, Entwicklungsrückschritte, somatische Beschwerden über längere Zeit zeigen, dass ein Kind Hilfe braucht.“ Auch hier sei die Fondation Cancer für die Familien da. Im Jahr 2016 gab es 136 Sitzungen mit Kindern und noch viel mehr Gespräche mit Eltern. „Wir haben kein Limit an kostenlosen Beratungsstunden, wir schauen individuell, was nötig ist“, so Martine Risch. Man wolle aber keine Abhängigkeit erzeugen, sondern nur „Starthilfe“ geben.

Die Familie von Patricia kam ohne professionelle Hilfe durch die schwere Zeit.

Sohn Marc, heute 20, damals 16, erinnert sich. „Am Anfang habe ich das alles gar nicht richtig begriffen. Habe mich mit vielen Unternehmungen abgelenkt. Ich wollte, dass alles normal weitergeht.“ Das habe seine Mama auch gemerkt, und das habe ihr wohl auch zu schaffen gemacht. Sie habe ihn darauf angesprochen, ihm von selbst erklärt, wie alles weitergehe, wie es ihr gehe. Das sei wichtig gewesen. Auch der große Familienzusammenhalt sei damals sehr wichtig für ihn und für alle gewesen, erzählt Marc. „Aber es hat die Struktur der Familie durchgeschüttelt. Und manchmal war mir alles zu viel, da wollte ich nichts mehr darüber wissen, nicht mehr darüber reden.“ Seine Schwester sei da anders gewesen. Jeder habe eben andere Bedürfnisse, das müsse man unter einen Hut bekommen – was nicht einfach sei.

Heute ist Mama Patricia gesund. Doch nur, weil eine Brust entfernt wurde. Eine Narbe bleibt – körperlich und seelisch. Für Marc hat die Erkrankung seiner Mutter gezeigt: Das Leben ist wertvoll, und es kann sich von einem Tag auf den anderen ändern. „Ich achte auf meinen Körper, bin sensibel gegenüber Veränderungen.“ Und Patricia selbst? „Ich befinde mich in einem Prozess der Versöhnung mit der Krankheit und ihren Folgen. Und ich würde es immer wieder so machen, dass ich die Familie mit einbinde.“

Infos und Hilfe: www.cancer.lu