2. Auflage

LöwenMutKids



Löwenmutig durch schwere Zeiten

Ein Wegweiser für den Umgang mit Krebs in der Familie

Hrsg. Christiane Schmitt und Ruth Zoremba

Inhalt

Einleitung 3

1. Die familiäre Ausnahmesituation Krebs 5
1.1 Spezielle Probleme und Herausforderungen des erkrankten Elternteils 5
1.2 Spezielle Probleme und Herausforderungen des gesunden Elternteils 7
1.3 Allgemeine Herausforderungen für Kinder mit einem an Krebs erkrankten Elternteil 7

2. Entwicklungspsychologischer Bezugsrahmen 8
2.1 Säuglingsalter 8
2.2 Kleinkindzeit (1-3 Jahre) 9
2.3 Kindergarten und Vorschulalter 10
2.4 Grundschulalter 11
2.5 Jugendalter 12
2.6 „Schneller Überblick“ 14

3. Hinweis zum Umgang mit den Kindern 15

4. LöwenMutKids – ein Angebot für Kinder krebskranker Eltern oder Großeltern 18

5. Warum ich bei den LöwenMutKids bin 20

6. Hilfreiche Adressen 30

7. Literatur 34
7.1 Bücherliste 34
7.2 Broschüren 40

8. Literaturhinweis 42

Einleitung

„Lange saßen sie dort und hatten es schwer, doch sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost. Leicht war es trotzdem nicht.“

(aus „Ronja Räubertochter“ von Astrid Lindgren)

Wird die Diagnose Krebs gestellt, so trifft sie meist die komplette Familie aus „heiterem Himmel“. Von einem Augenblick auf den anderen wird das Familienleben auf den Kopf gestellt. Es tritt ein Ausnahmezustand ein, den es irgendwie zu bewältigen gilt. Vielleicht kommen Ihnen diese Schilderungen bekannt vor, vielleicht haben Sie die Situation nach der Diagnosestellung „Krebs“ selbst ähnlich erlebt. Die Erkrankung und die damit verbundenen Ängste fordern nicht nur das betroffene Familienmitglied, sondern wirken sich auf alle aus.

In Ihrer vermutlich verunsichernden und beängstigenden Situation werden Sie als Familie auf Menschen treffen, die Ihnen Brücken bauen, vielleicht aber auch auf Unverständnis und Rückzugsverhalten im sozialen Umfeld. Sie werden gut daran tun, sich nicht zu sehr durch Außenstehende irritieren zu lassen, die den richtigen Weg für Sie zu kennen glauben. Seien Sie sicher, es gibt ihn nicht, den Königsweg. Aber es existiert die große Chance, die Krise auf Ihre Weise zu meistern und die Perspektive, dass alle Familienmitglieder an der Situation wachsen und gestärkt daraus hervorgehen.



Minderjährige Kinder brauchen, auch wenn sie nach außen stark scheinen, besonderen Rückhalt sowie Zeit zur Anpassung an die neue familiäre Situation. Dabei möchten wir Sie unterstützen! Für eine erste Annäherung an die Problematik einer elterlichen Erkrankung dient diese Broschüre. Wir beziehen uns dabei sowohl auf wissenschaftliche Untersuchungen zu dieser Thematik als auch auf jahrelange Beratungsarbeit mit betroffenen Familien. Gerne können Sie bei uns ein Beratungsgespräch ausmachen.

Die Broschüre ist so aufgebaut, dass zunächst die Problembereiche von Familien in der speziellen Ausnahmesituation im Allgemeinen aufgezeigt werden.

In einem zweiten Teil gehen wir auf die altersabhängigen Aspekte in der Entwicklung von Kindern ein, um daraus die jeweiligen Herausforderungen einer elterlichen Erkrankung für das Kind aufzeigen zu können. Am Ende dieses Teils haben wir für den „schnellen Überblick" generelle Hinweise und Empfehlungen aus den vorausgehenden Abschnitten für Sie zusammengefasst.

Abschließend erfolgt eine Auflistung mit Kontaktdaten von Anlaufstellen im Landkreis Marburg-Biedenkopf, die Ihnen beratend und/oder therapeutisch zur Seite stehen können. Außerdem geben wir hier einen kleinen Einblick in die aktuelle Arbeit und einige persönliche Erfahrungen der LöwenMutKids sowie eine Übersicht an Internetseiten, die eventuell hilfreich für Sie sind.

Wir sind uns im Klaren darüber, dass wir den Anspruch auf Vollständigkeit dabei nicht erfüllen werden. Wir hoffen aber, Ihnen sinnvolle Anknüpfungspunkte bieten zu können.

Ausdrücklich möchten wir auch darauf hinweisen, dass diese Broschüre zwar sehr stark mögliche Probleme fokussiert, diese aber nicht eintreten müssen. Eine Krebserkrankung eines Elternteils führt nicht zwangsläufig zu Problemen bei den Kindern. Es gibt genügend Beispiele von Familien, die unter der schwierigen Situation ungeahnte Ressourcen freigesetzt haben und deren Blick auf das Leben sich nachhaltig zum Positiven verändert.



1. Die familiäre „Ausnahmesituation Krebs"



Die Familie stellt ein wichtiges Unterstützungssystem bei der Bewältigung einer Krebserkrankung eines Elternteils dar. Gleichzeitig ist das familiäre System aber auch ein verletzliches Gefüge (Romer & Haagen, 2007) und nicht selten wirkt eine schwere Erkrankung wie ein „Vergrößerungsglas auf Alltagsprobleme (..)" (Altmeyer, 2002, 303).

Vielleicht sehen Sie Ihre Lebensentwürfe und –ziele mit einem Mal infrage gestellt, „Problemchen" mutieren unter den neuen Vorzeichen zu schwierigen Aufgaben und bislang eingespielte Abläufe und Rollen scheinen ad hoc geändert bzw. neu gefunden werden zu müssen. Vieles, was vorher „normal" war und routiniert ablief, scheint plötzlich erschüttert.

1.1 Spezielle Probleme und Herausforderungen des erkrankten Elternteils

Für Sie, als erkrankte Mutter, oder erkrankter Vater bedeutet die Diagnose Krebs eine hohe körperliche und seelische Belastung. Die völlig neue Situation kann darüber hinaus zu starken Verunsicherungen in Bezug auf Ihre Elternrolle führen. Sie standen bis vor kurzem vielleicht „mitten im Leben", haben beruflich Verantwortung getragen, Ihre Elternrolle ausgefüllt und sich beruflich wie privat Ziele gesetzt.

Ich würde mich so gern mal mit anderen betroffenen Familien austauschen ...

Wie kriegen andere das bloß hin?

Wie es hier wieder aussieht ... Ich könnte wirklich Hilfe gebrauchen...

Wieso hat die KiTa ausgerechnet heute zu?

Sie waren auf vieles vorbereitet, aber sicher nicht auf die Auseinandersetzung mit einer schweren Erkrankung. Die Vorstellung, dass die Kinder unter der veränderten familiären Situation leiden könnten und nicht genügend Schutz erfahren, verstärkt die Belastung bei vielen betroffenen Eltern zusätzlich. Schnell gerät man dabei in einen Konflikt: auf der einen Seite der Wunsch, aber auch die Anstrengung, einen Umgang mit der bedrohlichen Situation für sich selbst zu finden und auf der anderen Seite der Versuch, die Ängste und Sorgen der Kinder wahrzunehmen und gewohnte mütterliche/väterliche Stärke zu zeigen. Adäquate Antworten auf die zum Teil sehr direkten Fragen von (besonders jüngeren) Kindern in Bezug auf die Erkrankung zu finden, kann Sie als Mutter oder Vater eventuell überfordern und ein Gefühl von Hilflosigkeit erzeugen oder verstärken.

Wünschen Sie sich Informationen und Hilfestellung in Bezug auf die Frage, wie man mit den Kindern über die Erkrankung und mögliche Krankheitsfolgen kindgerecht kommuniziert? Möglicherweise würden Sie auch gerne professionelle Unterstützung in Anspruch nehmen, um die familiäre Situation bewältigen zu können? Eventuell würde Ihnen auch einfach der Austausch mit anderen betroffenen Familien gut tun? Zögern Sie nicht, uns oder andere Institutionen anzusprechen. Sie müssen da nicht alleine durch!

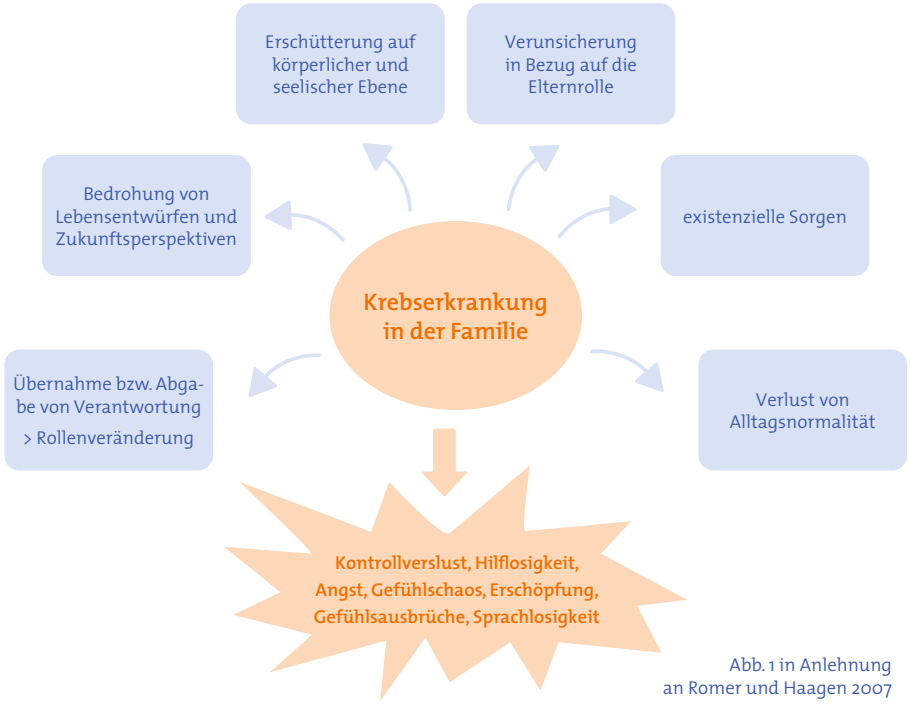


Abb. 1 in Anlehnung an Romer und Haagen 2007

1.2 Probleme und Herausforderungen auf Seiten des gesunden Elternteils

Bei einer schwerwiegenden Erkrankung innerhalb einer Familie ist der Fokus meist auf die erkrankte Person gerichtet. Nicht selten wird dabei vergessen, dass die Belastung für Sie, als gesunder Partner oder enger Angehöriger, nicht minder hoch ist.

Die Mitbetroffenen Bezugspersonen, meist Partnerin, Partner oder Elternteil, unterliegt einer Doppelbelastung, denn neben der Bewältigung der eigenen Ängste gilt er meist als wichtigste Stütze und Ressource für den erkrankten Elternteil (vgl. Inhestern et al., 2016). Hinzu kommt in vielen Fällen ein erhöhtes Verantwortungsgefühl für das Wohlergehen der Kinder und eine stärkere Belastung in Bezug auf die Anforderungen im Alltag. Eigene Bedürfnisse rücken dabei schnell in den Hintergrund und es kann leicht zu Überforderungssituationen kommen. Die Vereinbarkeit von Berufstätigkeit und erforderlicher erhöhter Präsenz in der Familie stellen eine weitere Herausforderung dar. Gleiches gilt für eventuelle finanzielle Belastungen durch ein krankheitsbedingtes reduziertes Familieneinkommen.

1.3 Allg. Herausforderung für Kinder mit einem an Krebs erkrankten Elternteil

Wie bei Ihnen als Eltern kann sich auch bei Ihren Kindern ein starkes Gefühl von Ohnmacht und Hilflosigkeit entwickeln. Kinder zeigen dies nicht immer direkt. Aus diesem Grunde ist es gut, das evtl. veränderte Verhalten im Blick zu behalten. Vielleicht zeigen die Kinder ein starkes Rückzugsverhalten und möchten sich weniger häufig mit ihren Freunden treffen. Eventuell klagen sie über Kopf- oder Bauchschmerzen oder reagieren mitunter ungewohnt aggressiv. Manche Kinder entwickeln Schwierigkeiten in der Schule, andere wiederum zeigen sich extrem angepasst oder weisen starke Trennungsängste auf (Heußner, al., 2009). Manche Kinder zeigen ein verändertes schulisches Lernverhalten in Form von Leistungsverschlechterungen, aber auch von starken Leistungsverbesserungen wird berichtet. Hier sollte hinterfragt werden, ob sich die Kinder eventuell einem zu hohen Leistungsdruck aussetzen, weil sie ihren Eltern keine zusätzlichen Sorgen bereiten möchten.

Da Eltern für Kinder gemeinhin als „unverwüstlich“ gelten, kann die Erfahrung einer schweren Erkrankung eines Elternteils zu starken Verunsicherungen beim Kind führen (Romer & Haagen, 2007). Die Einordnung der kindlichen Verhaltensweisen fällt aber nicht immer leicht. In den folgenden Kapiteln zeigen wir daher typische altersabhängige Denk- und Verhaltensweisen auf, um Ihnen über diesen kleinen Orientierungsrahmen die Einordnung des Verhaltens Ihrer Kinder erleichtern zu können.

2. Entwicklungspsychologischer Bezugsrahmen

2.1 Säuglingsalter



Im Idealfall ist das erste Lebensjahr geprägt durch eine stabile, verlässliche Beziehung zwischen (meist) der Mutter und dem Kind. Der Säugling bekommt das Gefühl des sicheren Angenommenseins durch seine Hauptbezugsperson. Von seiner vertrauten Ausgangsbasis aus beginnt das Kind allmählich seine Aufmerksamkeit nach außen zu richten und die Welt zu erkunden (Charlton et al., 2003). Dabei braucht das Kind immer wieder die emotionale „Rückkopplung" an seine Bezugsperson, um Sicherheit im Erkunden unbekannter Reize erlangen zu können. In diese Entwicklungsphase fällt auch das sog. „Fremdeln" (ca. 8. Monat). Das Kind lernt zwischen seiner Bezugsperson und Fremden zu unterscheiden, was gleichzeitig zur Verunsicherung führt. Erst allmählich erfolgen erste Schritte, sich von der Mutter/dem Vater zu lösen. Meist gewinnen in dieser Phase Kuscheltiere, Schmusedecken u.ä. als Tröster an Bedeutung, um Trennungsängsten zu begegnen.

Eine schwere Erkrankung eines Elternteils, verbunden mit der evtl. räumlichen Trennung aufgrund stationärer Therapien, kann für Kinder in diesem Alter als existenziell bedrohlich wahrgenommen werden (Romer & Haagen, 2007). Auch Säuglinge sind bereits in der Lage, Stimmungen der Eltern wahrzunehmen. Möglicherweise spüren sie eine durch die Erkrankung veränderte Atmosphäre und können darauf mit Verlustängsten reagieren.

- Verlässliche Bezugspersonen sind in diesem Alter enorm wichtig. Wenn eine Trennung von Ihnen unvermeidbar ist und eine Betreuung durch den anderen Elternteil nicht gewährleistet werden kann, sollte eine möglichst kontinuierlich anwesende Bezugsperson gefunden werden (z.B. eine Tagesmutter oder die Großeltern). Dies scheint in jedem Fall günstiger als häufig wechselnde Betreuungspersonen (vgl. Romer & Haagen, 2007). Es ist, trotz widriger Umstände, sicherlich immer wieder den Versuch wert, schöne Momente zwischen Ihnen, dem erkrankten Elternteil, und dem Säugling zu schaffen. Besonders sollten Ihnen mögliche Schuldgefühle, Ihrem Kind nicht die angemessene Zuwendung geben zu können, genommen werden. Hier bedarf es in besonderem Maße der wohlwollenden und liebevollen Unterstützung durch Dritte.

2.2 Kleinkindzeit (1-3 Jahre)



Das Kleinkindalter ist geprägt durch die großen Entwicklungsschritte des Laufenlernens, des Sprechenkönnens und des „Selber-Machens". Die Kinder freuen sich über ihre neuen motorischen und sprachlichen Möglichkeiten und erproben sich darin, haben aber altersentsprechend noch wenig Verständnis für soziale Regeln, Verbote und Kompromisse (vgl. Seewald, 2007). Unzureichende emotionale Selbstregulation kann Trotzreaktionen zur Folge haben, die für dieses Alter vollkommen normal sind. Gutgemeinte Vermittlungsversuche führen nicht selten zu Wutausbrüchen bei den Kindern, die weniger Ihnen als Eltern, als vielmehr der „Wut über das eigene Unvermögen" (Charlton et al., 2003,101), gelten. Eine enge Bindung zur Hauptbezugsperson ist nach wie vor von enormer Bedeutung für das Kind, um seine Umwelt angstfrei erkunden zu können und aus „Sackgassen" hinausbegleitet zu werden.

Kleinkinder können die Gefühle der Eltern gut spiegeln, allerdings noch nicht realistisch einordnen. In Bezug auf eine elterliche Erkrankung bedeutet dies, dass sich nicht selten Fantasien bei den Kindern entwickeln, selbst an der Erkrankung der Mutter/des Vaters schuld zu sein (Riedesser, 2005). Auch Veränderungen hinsichtlich gewohnter Alltagsrituale können bei Kindern in diesem Alter zu Verunsicherungen führen. Gleiches gilt für evtl. körperliche Veränderungen des betroffenen Elternteils (Haarverlust, Müdigkeit, Kraftlosigkeit o.ä.).

- Vertraute Alltagsrituale sind wichtig, um dem Kind in der turbulenten Kleinkindzeit Sicherheit und Orientierung zu geben. Auf mögliche Folgeerscheinungen der elterlichen Erkrankung sowie auf Trennungen von der Bezugsperson sollten die Kinder vorbereitet werden. Man geht davon aus, dass die Fantasien, die Kinder in diesem Alter entwickeln, bedrohlicher sind als die medizinische Realität! Sprachliche Erklärungen sind häufig nicht ausreichend. Vielleicht können Sie bevorstehende Veränderungen in Form von Puppenspielen oder mittels Bilderbücher (s. Literaturempfehlungen) erklären. Es macht Sinn, dies häufiger zu wiederholen. Damit Ihr Kind Trennungen von Ihnen nicht als Bestrafungen auffasst, ist es gut, sowohl dem Abschied als auch dem Wiedersehen besonderen Wert beizumessen. Ein kleines Abschiedsgeschenk (ein Stofftier, ein Bild und/oder ein Foto) hilft Ihrem Kind die Bindung zu Ihnen innerlich aufrecht zu erhalten (Romer & Haagen, 2007).

2.3 Kindergarten- und Vorschulalter



Maßgeblich für das Kindergarten- und Vorschulalter ist die Weiterentwicklung der motorischen und sprachlichen Möglichkeiten. Die Entdeckungslust setzt sich fort und gipfelt in der bekannten „Warum?-Phase“. Im Alter von ca. vier bis sechs Jahren stehen für Kinder Rollenspiele (Prinzessinnenspiele, Mutter-Kind-Spiele, Ritterspiele, u.ä.) hoch im Kurs. Besonders im Kindergarten/der Kita werden Gleichaltrige zu bedeutsamen Spielpartnern und tragen zum Einüben sozialen Verhaltens und zum Regelverständnis bei. Kinder in diesem Alter befinden sich noch im sog. „magischen Denken“. Das bedeutet, dass sie noch keine reale Vorstellung von Ursache und Wirkung haben. Stattdessen nehmen sie mitunter an, dass Worte, Gedanken und Handlungen Dinge beeinflussen könnten, ohne dass ein tatsächlicher Zusammenhang besteht. Typisch in diesem Sinne ist auch die Vorstellung, dass z. B. Stofftiere und Puppen über menschliche Eigenschaften verfügen (vgl. Charlton et al., 2003).

- Das magische Denken in diesem Alter kann dazu führen, dass Kinder sich für die Erkrankung der Eltern schuldig fühlen. Diese mögliche Sorge sollten Sie den Kindern vorausschauend nehmen, indem Sie immer wieder verdeutlichen, dass es keinen Schuldigen für die Erkrankung gibt.

  Wenn Ihr Kind bereits gut in seiner Kita eingewöhnt ist, kann ihm diese einen wichtigen Schutzraum bieten. Für Ihr Kind es wichtig, immer zu wissen, welche Person zu welchem Zeitpunkt für es da ist und für welchen Zeitraum der erkrankte Elternteil evtl. nicht zu Hause sein wird. Manche Familien basteln ein Pendant zum „Adventskalender“, um die Zeit bis zur Rückkehr der Mutter/des Vaters zu veranschaulichen und somit zu erleichtern. Wichtig ist zudem, dass die Kinder sich ein konkretes Bild des Krankenhausaufenthaltes des Elternteils machen können. Besuchswünsche in Gegenwart einer vertrauten Bezugsperson sollten daher ermöglicht werden (Romer & Haagen, 2007).

2.4 Grundschulalter



Der Schuleintritt bedeutet meist für die ganze Familie den Beginn eines neuen Abschnitts. Das familiäre Zeitmanagement wird nun bei vielen Familien an die zeitlichen Rahmen- und Betreuungsbedingungen der Schule angeglichen. Den Kindern wird durch neue Regeln, ungewohnte zeitliche Taktungen und eine meist eingeschränktere Bewegungsfreiheit einiges abverlangt (vgl. Seewald, 2007). Mit dem Erlernen von Lesen und Schreiben öffnet sich dem Schulkind die Welt vollkommen neu. Meist fröhlich generiert es zunehmend Wissen und beginnt Dinge auf einem anderen Niveau zu verstehen. Zudem entwickeln die Kinder allmählich ein realistisches Gefühl für zeitliche Strukturen und dadurch u.a. die Erfahrung, Bedürfnisse aufschieben zu können. Hinzu kommt in diesem Alter die wachsende Fähigkeit, sich in andere Personen hineinversetzen zu können (Fischer, 2009).

- Wenn sich Ihr Kind in dieser Altersstufe befindet, können Sie davon ausgehen, dass es sich bereits konkrete Gedanken zur Erkrankung, aber auch über mögliche Folgen macht. Hierzu gehören auch Fragen zum Tod. Es empfiehlt sich, die Fragen ernst zu nehmen und dem Kind, sofern es dies wünscht, an Aufklärungsgesprächen durch die behandelnden Ärzte teilhaben zu lassen. Eventuelle Besuche auf einer Intensivstation sollten gut vorbereitet werden, indem Ihr Kind detaillierte Erklärungen zur besonderen Situation erhält und daraufhin selbst über einen möglichen Besuch entscheiden kann. In jedem Fall muss dem Kind während des Besuchs auf einer Intensivstation eine vertraute Person zur Seite stehen, die sich der Situation selbst gewachsen fühlt. Kinder in diesem Alter nehmen die Belastungen der Eltern deutlich wahr. Häufig stellen sie daher ihre eigenen Bedürfnisse zurück und zeigen sich von ihrer tapfersten Seite. Nach außen wirken sie dadurch unauffällig und stabil, was dazu führen kann, dass ihr Nöte und Sorgen übersehen werden.
- Emotionale Überforderungen können sich dann in somatischen Symptomen, z. B. Kopfschmerzen, Bauchschmerzen oder auch Einnässen zeigen. Um Ihrem Kind zu einer aktiven Bewältigung der Situation zu verhelfen, sollte es sich gut informiert fühlen und in Überlegungen einbezogen werden. Das Kind durch ein Fernhalten der Wahrheit schützen zu können, ist ein Trugschluss. Kinder spüren den Ernst der Lage intuitiv und auch in diesem Alter geht man davon aus, dass die entstehenden Phantasien meist schlimmer sind als die Realität (vgl. Romer & Haagen, 2007).

Bei den Treffen der LöwenMutKids stellen wir fest, dass die Kinder gerne miteinander spielen, die Zeit ohne Angst um ein Elternteil genießen und sich dann auch trauen, Fragen an die Gruppe und die Gruppenleitung zu stellen.

2.5 Jugendalter

Das Jugendalter ist geprägt durch umfassende Veränderungen im körperlichen, seelischen und psychosozialen Bereich. Die Jugendlichen gewinnen an Kompetenzen und Ressourcen, geraten aber auch immer wieder in Selbstzweifel und Verunsicherungen (vgl. Schneider & Lindenberger, 2012).



Die Eltern spielen in dieser Zeit eine größere Rolle, als ihnen vielleicht bewusst ist, denn in dieser Phase, die mitunter geprägt ist von „Irrungen und Wirrungen“, stellt die sichere Basis des Elternhauses eine wichtige Stütze dar (vgl. Charlton et al, 2003). Gleichzeitig kann es im Zuge des alterstypischen Ablöseprozesses von den Eltern vermehrt zu Konflikten zwischen diesen und den Jugendlichen kommen, die beide Seiten an ihre Grenzen bringen können. Das richtige Maß an elterlicher Unterstützung und gleichzeitigem Loslassen hilft dem Heranwachsenden durch stürmische Zeiten, wenngleich dies in der Theorie sicherlich einfacher ist als in der Realität des Alltags.

- Aufgrund seiner kognitiven Entwicklung ist Ihr Kind zwar in der Lage, die elterliche Erkrankung in ihrer ganzen Tragweite zu verstehen, emotionale Stabilität ist dem Jugendlichen aber entwicklungsgemäß noch nicht gegeben. Es können nachvollziehbare Ängste, aber auch Schuldgefühle entstehen. Nicht selten befürchten Jugendliche, dass Konflikte und Reibungen mit ihren Eltern zu einer Stressbelastung geführt haben könnten, die das Auftreten der Erkrankung mit beeinflusst haben. Von derartigen Schuldgefühlen sollten Sie Ihr Kind in jedem Falle befreien! Für viele Jugendliche ist es in der Krankheitsphase eines Familienmitglieds selbstverständlich, familiäre Verantwortung zu übernehmen. Dies kann dem Jugendlichen dabei helfen, die Situation aktiv zu bewältigen, allerdings sollten Sie darauf achtgeben, dass er/sie nicht in eine Erwachsenenrolle gedrängt wird. Ihr Kind braucht seine gewohnten Freizeitaktivitäten und den Austausch mit Freunden sowie Rückzugsorte. Es ist gut, ein Auge darauf zu haben, dass sich Ihre Kinder nicht aufgrund von Schuld-/Verantwortungsgefühlen sozial isolieren. Vor allem bei sehr angepassten Kindern kann eine Überforderungssituation schnell übersehen werden. Aus Studien geht hervor, dass insbesondere jugendliche Mädchen dazu neigen, mehr Verantwortung zu übernehmen als ihrer Entwicklung zuträglich ist. Zudem zeigt sich, dass Eltern die Belastung ihrer Kinder als meist weniger bedrohlich wahrnehmen als von diesen selbst empfunden (Watson et al., 2006). Besonders eine Brustkrebserkrankung der Mutter kann bei Töchtern, bei denen sich zeitgleich das eigene mitunter verunsichernde entwicklungsbedingte Brustwachstum vollzieht, zu Störungen der sexuellen Entwicklung führen (Pott et al., 2005). Heranwachsende Mädchen verdienen in diesem Fall verstärkte Aufmerksamkeit.

  Generell scheint ein Aufrechterhalten von größtmöglicher Alltagsnormalität allen Beteiligten bei der Bewältigung der schwierigen Situation am meisten zu helfen (Heinemann & Reinert, 2011).

2.6 „Schneller Überblick"

Zusammenfassende Übersicht entwicklungspsychologischer Aspekte und möglicher Problematiken (in Anlehnung an Romer, Schulte-Markwort u. Riedesser, 2002)

Entwicklungsphase	Mögliche Problematik	Empfehlungen
Säuglingszeit	Trennung als existentielle Bedrohung	möglichst kontinuierliche Betreuung durch vertraute Personen sicherstellen, wenn Trennung von Hauptbezugsperson unvermeidbar
Kleinkindalter	Verlust von Sicherheit; Trennung kann als Bestrafung aufgefasst werden	vertraute Alltagsrituale aufrechterhalten; Kinder auf mögliche körperliche Veränderung des erkrankten Elternteils vorbereiten
Vorschulalter	magische Idee, Krankheit verursacht zu haben	wiederholt versichern, dass niemand Schuld an der Erkrankung trägt
Grundschulalter	körperbezogene Ängste, Angst, die Eltern zu belasten	Kinder sollten kindgerecht, aber wahrheitsgemäß informiert und einbezogen werden; Verhalten der Kinder gut beobachten
Jugendalter	Angst vor Vererbbarkeit, übermäßige Verantwortungsübernahme für Familie; Hemmung eigener Autonomiebestrebungen; Schuldgefühle	gewohnte Freizeitaktivitäten und Rückzugsmöglichkeiten wichtig; Jugendliche sollten nicht in Erwachsenenrolle gedrängt werden

3. Hinweis zum Umgang mit den Kindern

Machen Sie sich als Eltern bewusst, dass...

- gute Kommunikationsstrukturen innerhalb der Familie und ein starkes Umfeld eine große Hilfe darstellen, mögliche Probleme bei den Kindern zu verhindern bzw. zu reduzieren (Krattenmacher et al., 2012).
- den Kindern gegenüber nicht alles gesagt werden muss, aber in jedem Fall das Wesentliche (altersentsprechend verpackt) und der Wahrheit entsprechend (Haagen, 2011). Es kann hilfreich sein, das Kind konkret zu fragen: Wie geht es dir? Kann ich dir noch etwas erklären? In der Beratung stellen wir auch fest, dass es Kinder gibt, die nur die Antworten geben, von denen sie annehmen, dass es ihren Eltern gefällt.
- der Begriff Krebs ausgesprochen werden sollte. Beschönigende Umschreibungen sind nicht zu empfehlen, denn früher oder später werden die Kinder mit dem Begriff konfrontiert werden (vgl. Broeckmann & Reinert 2011)
- es manchmal mehr braucht als eine Erklärung, um die Dinge zu verstehen und dass WIE etwas gesagt wird, entscheidender sein kann als das, WAS gesagt wird
- es für Sie mitunter schwer einzuschätzen sein wird, ob das Verhalten des Kindes im Rahmen des Normalen liegt oder bereits als beunruhigend eingestuft werden sollte. Lassen Sie sich professionell beraten, wenn Sie unsicher sind.
- es meist die stillen Kinder sind, die am wenigsten auffallen und dadurch am häufigsten hinsichtlich ihrer Bewältigungskompetenzen überschätzt werden (vgl. Heußner, 2009)
- es für Kinder hilfreich ist, mit Freunden über die Situation sprechen zu dürfen (vgl. Heußner, 2009)
- es allen hilft, wenn über Gefühle gesprochen werden darf (Romer & Haagen, 2007) Alle Gefühle dürfen sein: lachen, weinen, wütend sein. Aber Gefühle können auch ganz schnell wechseln.
- Zusammenhalt in der Familie auch dadurch gefördert wird, dass jeder seine individuellen Bereiche und Rückzugsmöglichkeiten erhalten darf (Heußner, 2009)
- Wärme, Alltagsrhythmen/Gewohnheiten und feste Bezugspersonen Sicherheit bieten

Vermitteln Sie ihrem Kind immer wieder, dass es geliebt ist und keiner Schuld an der Erkrankung hat.

Warum Kinder über die Krebserkrankung ihrer Eltern informiert werden sollten (American Cancer Society, 1986; zitiert aus Romer und Haagen, 2007, 39):

1. Kinder bemerken es, wenn in ihrer Familie etwas nicht stimmt. Dabei sind ihre Fantasien meist schlimmer als die Realität.
2. Nicht über die familiäre Situation zu sprechen, signalisiert, dass sie zu schrecklich ist, um darüber sprechen zu können.
3. Möglicherweise werden Kinder von anderen Personen von der Erkrankung erfahren und falsche Informationen bekommen.
4. Unter Umständen fühlen sich Kinder isoliert, ausgeschlossen und unwichtig, wenn sie nicht über wichtige Ereignisse innerhalb der Familie aufgeklärt werden.
5. Eventuell ziehen Kinder falsche Schlüsse aus ihren Beobachtungen oder machen falsche Annahmen (z. B., dass sie für die Erkrankung verantwortlich sind).
6. Informierte Kinder machen es ihren Eltern leichter. Es muss keine Energie mehr für die Aufrechterhaltung von Geheimnissen aufgebracht werden.
7. Mit Unterstützung haben Kinder bessere Bewältigungsmechanismen; sogar sehr traurige Wahrheiten sind besser als die Angst der Ungewissheit.
8. Die Einbeziehung des Kindes unterstreicht den Glauben an die Fähigkeiten des Kindes, die Situation zu bewältigen; das Selbstbewusstsein wird erhöht.



Müde, Abwesend standst du da.

Die Gedanken ganz fern, die Hülle ganz nah.

Ich war klein, keine Ahnung was los ist,

doch ganz im Bewusstsein, dass dein Leiden gross ist.

Aber nicht warum.

Ich hatte Angst im Mittelpunkt zu stehen,

dir mit Fragen auf die Nerven zu gehen.

Dir deine letzte Kraft noch zu rauben,

konnte nur an bessere Zeiten glauben.

Heute weiss ich, warum

Die Schwäche von früher hat uns heute stärker gemacht,

wir haben gemeinsam geweint und gelacht.

Die Chemo raubte dir die Kraft für jedes Wort,

doch deine Liebe, das weiss ich, war niemals fort.

Lisa Hennig



4. LöwenMutKids – ein Angebot für Kinder krebskranker Eltern oder Großeltern

Ihr kennt das vielleicht, dass ihr gute Neuigkeiten sehr viel lieber und schneller mit anderen teilen möchtet als Dinge, die euch traurig machen und vor denen ihr vielleicht Angst habt. Euren Eltern geht es da manchmal genauso. Und wenn ein Elternteil krank wird, kann das ganz schön beängstigend sein. Wahrscheinlich machen sie sich zu ihren eigenen Sorgen auch noch Gedanken, dass ihr euch Sorgen machen könntet und traurig werdet, wenn sie mit euch über diese Krankheit reden. Das ist ja auch gar nicht so einfach zu verstehen und zu erklären, was da mit dem Körper passiert und manchmal denken sie vielleicht, dass es weniger schlimm für alle ist, wenn ihr nicht so viel darüber redet – und dann ganz, ganz vielleicht auch etwas weniger darüber nachdenkt.

Ich weiß ja nicht, wie es euch damit geht, aber ich habe die Erfahrung gemacht, dass gerade diese unausgesprochenen Gedanken und Fragen viel stärker in den Köpfen herumschwirren und es sehr erleichternd sein kann, sie einmal alle rauszulassen! Vielleicht ist auch eine ordentliche Portion Wut dabei, die ihr jemandem gerne mal so richtig um die Ohren hauen möchtet, aber es gerade nicht so gut geht, weil ihr Angst habt, damit vielleicht euren Eltern wehzutun. Oder manchmal wird es auch einfach zu viel zu Hause und ihr möchtet mal raus, es hat aber gerade niemand Zeit oder ihr habt das Gefühl, nicht so richtig verstanden zu werden?

Weil es bei uns manchmal genauso war oder auch noch ist oder wir einfach nur füreinander da sein wollen, haben wir die LöwenMutKids gegründet! In der Gruppe reden wir über alles Mögliche und machen Spieleabende, waren schon zusammen klettern und planen eine abenteuerliche Floßfahrt. Guck dich einfach mal auf der Seite unter „Aktionen“ um – vielleicht gefällt es dir ja und wir sehen uns zum nächsten Treffen. Wir würden uns freuen!

Wir laden dich hiermit herzlich zu uns ein,

denn zusammen ist man stärker und weniger allein.



Jungsfreundschaft



Gemeinsam



Auf dem Eselhof



Erzähl mir was



Im Kletterwald



Informieren

5. Warum ich bei den LöwenMutKids bin



Heuk (16 Jahre)

Die LöwenMutKids bedeuten mir sehr viel. Als ich neun Jahre alt war, erkrankte mein Opa an Krebs. Er hatte bereits mehrere Krebserkrankungen überwunden, doch dieses Mal war es anders, und wir mussten uns bald von ihm verabschieden. In dieser schwierigen Zeit waren die LöwenMutKids eine wertvolle Unterstützung für mich.

In der Gruppe konnte ich meine Sorgen offen teilen und fühlte mich verstanden. Es tat gut, mit anderen Kindern zu sprechen, die ähnliche Erlebnisse hatten. Die gemeinsamen Aktivitäten, das Lachen und die Gemeinschaft haben mir sehr geholfen. Besonders die Segelfreizeiten waren unvergesslich, sie haben mich sehr gestärkt.

Heute mit 16 Jahren unterstütze ich die kleinen LöwenMutKids und möchte ihnen helfen, indem ich meine Erfahrungen teile. Ich möchte ihnen zeigen, dass sie nicht allein sind. Gemeinsam sind wir stark und können über alles reden – über Ängste, Sorgen und auch über die schönen Dinge im Leben. Komm zu uns – wir sind hier, um füreinander da zu sein!



Leonie (16 Jahre)

Als mein Opa vor einigen Jahren an Krebs starb, bin ich auf die LöwenMutKids aufmerksam geworden. Obwohl es mir schwer fällt darüber zu sprechen wusste ich, hier gibt es immer jemanden der mir zuhört und mich verstehen wird. Hier habe ich mich so schnell so wohl gefühlt und kann immer ich selbst sein. Am liebsten mag ich natürlich unsere Treffen, besonders das Segeln. Also, wenn euch das auch manchmal so geht und ihr traurig wegen etwas seid, dann kommt zu uns



Johanna (12 Jahre)

Als meine Mutter betroffen war, hat sie von den LöwenMutKids erfahren und mich zu einem Treffen mitgenommen. Schnell habe ich bemerkt, dass da alle sehr freundlich sind. Die haben immer ein Ohr für einen, wenn man etwas loswerden möchte. Außerdem geben Sie sich immer richtig viel Mühe und sind herzlich. Schön ist auch, dass die anderen Kinder oft die selbe oder ähnliche Situation zu Hause haben oder hatten. Es tut gut mit Gleichaltrigen darüber sprechen zu können. Die gemeinsamen Aktionen sind immer spaßig und toll.



Claudia (Mama von Johanna)

Mit einer Krebserkrankung möchte man nicht alleine sein und sucht Unterstützung und Austausch. Unser Gesundheitssystem hat heutzutage dafür nur wenig Kapazität. Diese Lücke schließen Selbsthilfegruppen wie Leben mit Krebs und die Löwenmut Kids.

Die Sorgen um die eigene Zukunft sind groß, noch größer meist die Ängste um die Kinder. Nicht jeder hat stabile Beziehungen oder Familien, die das auffangen können.

Vom Angebot der LöwenMutKids hat mir eine andere Betroffene Mutter erzählt. Gleichzeitig sind mir die Aushänge des Vereins in den Klinikabteilungen positiv ins Auge gefallen.

Kaum hatte ich mich auf dem Anrufbeantworter des Vereins gemeldet, kam auch schon ein herzlicher Rückruf und die Einladung in die Gruppe.

Die LöwenMutKids sind eine tolle Truppe, jeder ist herzlich willkommen und es werden tolle Veranstaltungen für die Kinder angeboten. Auch für die Sorgen und Nöte der Eltern ist immer ein offenes Ohr zu finden. Die Kinder wissen, dass sie in ähnlichen Situationen sind und ähnliche Sorgen und Gedanken haben. Das ermöglicht Gespräche, Verständnis und Zusammenhalt, den es in dieser Art mit besten Freunden und Schulkameraden gar nicht geben kann.

Jedes LöwenMut-Kind darf sich als Mitglied einer starken Gemeinschaft fühlen.

Mary (Mama von Henk)

Die Nachricht, dass ein geliebtes Familienmitglied erneut an Krebs erkrankt ist und nicht mehr lange leben wird, hat unsere Familie tief erschüttert. In diesen schweren Momenten war es eine enorme Herausforderung, die eigenen Ängste zu bewältigen und gleichzeitig für mein Kind stark zu sein. Die Vorstellung, meinen Vater zu verlieren, war sehr belastend, und ich wusste, dass mein Kind ebenfalls mit vielen Fragen und Sorgen kämpfte, die oft unausgesprochen blieben.

In dieser schwierigen Zeit fanden wir einen Lichtblick bei den LöwenMutKids. Hier dürfen Kinder einfach Kinder sein – lachen, spielen und toben, umgeben von anderen, mit ähnlichen Erfahrungen. Es ist so schön zu sehen, wie die Kinder in dieser Gemeinschaft aufblühen, wo sie verstanden werden und sich nicht allein fühlen müssen.

Die verschiedenen Aktionen machen nicht nur Spaß, sondern bieten auch einen Raum für Austausch und Unterstützung. Besonders die Segelwochen haben uns alle tief berührt. Dort spüren die Kinder, wie stark sie in der Gemeinschaft sind und dass sie nicht allein mit ihren Gefühlen sind.

Die LöwenMutKids sind wie ein Anker in einer unruhigen See. Sie geben sowohl den Kindern als auch den Eltern Halt und ermöglichen es, inmitten der Sorgen Freude und Freundschaft zu erleben. Ich bin unendlich dankbar, dass es diesen besonderen Ort gibt, wo Kinder sich öffnen und gegenseitig stärken können.

Wenn ihr auf der Suche nach einem Ort seid, an dem euer Kind sich wohlfühlen kann und verstanden fühlt, schaut euch die LöwenMutKids an. Wir würden uns freuen, euch beim nächsten Treffen zu sehen!

Carla (16 Jahre)

Der Verein LöwenMutKids ist für mich ganz besonders, da man an vielen Aktionstagen im Jahr eine gute Zeit und viel Spaß haben kann. Auch durch die offene Kommunikation über das Thema Krebs, lernt man wichtige Lebenskompetenzen und man spürt eine Verbindung mit anderen Betroffenen, die ein ähnliches Schicksal bei Familienangehörigen erlebt haben.

Ich bin seit 10 Jahren dabei und habe gute Freundschaften geschlossen, viele tolle Aktionen erlebt und durfte viele nette Menschen kennenlernen, mit denen man über alles reden kann. Die Highlights waren für mich die Segelfreizeiten in Holland auf dem Ijsselmeer, wo ich 2020, 2022 und 2024 teilnehmen durfte. Wir sind jeweils 5 Tage auf dem offenen Meer gesegelt und hatte die Möglichkeit mit fremden Menschen, sowie bereits bekannten Menschen unterwegs zu sein. Wir haben uns viel unterhalten auch über Schicksalsschläge, aber wir haben auch viel gelacht und eine tolle Zeit miteinander genossen.



Diane (Mama von Carla)

In den elf Jahren, seitdem wir den Verein Leben mit Krebs und die LöwenMutKids kennen, haben wir eine Reise der Unterstützung und Gemeinschaft erlebt. Die regelmäßigen Aktivitäten für unsere Kinder und Familien wie Workshops und Ausflüge, Sommerfreizeiten haben nicht nur unseren Kleinen Freude bereitet, sondern auch uns Müttern/ Vätern die Möglichkeit gegeben, sich auszutauschen und zu verbinden.

In ganz besonderer Erinnerung bleiben meiner Tochter bislang die Segelfreizeiten nach Holland. Die Gemeinschaft, die Erlebnisse und die entstandenen Freundschaften sind nicht bezahlbar.

Ich danken allen Initiatoren! Die LöwenMutKids haben unser Leben bereichert und uns gezeigt, dass wir nicht alleine sind.

Sich gut tun…

Unterstützung erleben, gemeinsam etwas unternehmen, sich mit Abenteuern auf dem Fluss oder Reiterhof ablenken, neue Freunde kennenlernen, mehr über die Krankheit Krebs erfahren, anderen durch eigene Erfahrungen helfen und natürlich die Muffins/der Genussfaktor – was den LöwenMutKids hilft und gut tut, kann vielleicht auch für ihre Eltern oder Großeltern interessant sein. Aus diesen Gründen bietet der Verein Leben mit Krebs e.V. verschiedene Gesprächsgruppen für Betroffene und Angehörige, aber auch Ernährungsberatung, gemeinsames Fitmachen beim Walken und Smovey oder auch mal etwas ausgefallenere Aktivitäten wie etwa eine Wanderung mit Alpakas an.

Wir kennen allerdings auch Momente, in denen uns einfach alles über den Kopf zu wachsen scheint und obwohl man vielleicht tief drinnen weiß, dass ein bisschen Bewegung oder Gesellschaft oder ein Tapetenwechsel helfen könnte, kann man sich nicht aufraffen. Irgendwie fehlen die Kapazitäten. Für solche Zeiten gibt es neben einer telefonischen Beratung auch noch die Möglichkeit an einem Online Coaching teilzunehmen und sich einige Wochen lang individuell beraten und motivieren zu lassen. Bei all diesen Angeboten stehen die Selbstbestimmung und Selbststärkung der Teilnehmenden und eine Steigerung der Lebensqualität im Vordergrund.



Neue Elternrolle

Die Eltern der LöwenMutKids können sich während der Treffen der LöwenMutKids auch miteinander verabreden, mit anderen Eltern ins Gespräch kommen, die durch die Krebsdiagnose unerwartet früh aus Plänen und Träumen gerissen werden. Hierbei kann es um unterschiedliche Themen gehen:

Welche Folgen hat diese Krankheit, diese Therapie für mich?

Wie sage ich es meinen Kindern?

Wie wird sich die Partnerschaft entwickeln?

Werde ich beruflich wieder einsteigen können?

Welche Perspektiven habe ich?

Was bedeutet diese Erkrankung für meine Lebensplanung? Mein Leben?

Außerdem treffen sich die Eltern im Rahmen der „Gemeinsamen Beratungsgruppe“, wo neben Austausch und ins Gespräch kommen auch Referent/innen von außerhalb zu verschiedenen Themenschwerpunkten eingeladen werden. Es kann um Alltagsinseln und Erholungsmomente, um Pflanzen und Kräuter, die Arbeit in einem Hospiz oder um die Kunst der Achtsamkeit gehen – die Treffen sind so vielseitig wie ihre Teilnehmer/-innen.





6. Hilfreiche Adressen (Stand 2025)

LöwenMutKids (kostenfrei) – ein Angebot der
Beratungsstelle „Leben mit Krebs Marburg e.V.“

- Angebote ca 6x im Jahr
  für Kinder im Alter von 5-11 Jahren und von 12-18 Jahren
- Gesprächsangebote für Eltern und Kinder (auch Hausbesuche möglich)

Informationsmaterial/ Buchausleihe
Herbornerstr. 46
35096 Weimar
www.lebenmitkrebs-marburg.de
beratungsstelle@lebenmitkrebs-marburg.de
Facebook: https://www.facebook.com/loewenmutkids2014/

Film über die LöwenMutKids:
https://www.youtube.com/watch?v=Hn8O3YqmIlQ

Anneliese Pohl Krebs Beratungsstelle (kostenfrei)

- Möglichkeit für Gespräche aber auch Sozialberatung, finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten

Leopold-Lucas-Straße 9,
35037 Marburg

Telefon: 06421 1664640
www.anneliese-pohl-stiftung.de/beratungsstelle.de
marburg@Krebsberatung-Hessen.de

Erziehungsberatungsstelle Marburg (kostenfrei)

Auf der Appeling 6
35043 Marburg
www.eb-marburg.de/
Tel: 06421 8890950

Erziehungsberatungsstelle Landkreis Marburg Biedenkopf (kostenfrei)

Kiesackerstr. 12
35216 Biedenkopf
Tel 06461 793120

Sozial und Lebensberatung

Diakonisches Werk Oberhessen

Philippshaus, Universitätsstraße 30
35037 Marburg
Telefon Erstkontakt und Terminvergabe
Telefon: 06421-27888

Beratung für Mutter- / Vater-Kind Kuren
Telefon: 06421 – 3097976
Kirchliche Allgemeine Sozial- und Lebensberatung
Biedenkopf und Gladenbach
Telefonnummer 06461-95400.
www.dw-marburg-biedenkopf.de

Übernahme von Kinderbetreuungskosten für Kinder vor dem Schulalter und die Grundschule:

Stadt Marburg:

Stadtverwaltung
Gerhard-Jahn-Platz 1
35037 Marburg
Telefon: 06421 201-2060
E-Mail: kinderbetreuung@marburg-stadt.de

Landkreis Marburg Biedenkopf
Im Lichtenholz 60
35043 Marburg
Telefon: 06421 4050

Haushaltsnahe Dienste:

Viele Bürgervereine bieten in den Gemeinden des Landkreises Unterstützung im Haushalt oder bei den Hausaufgaben an. Erkundigen Sie sich bei den Gemeindeverwaltungen.

Finanzielle Unterstützung:

Die gesetzliche Krankenkasse (GKV) zahlt ihren Mitgliedern in der Regel Krankengeld, wenn sie länger als sechs Wochen wegen derselben Erkrankung krankgeschrieben sind und der Arbeitgeber keinen Lohn mehr zahlt.

Ein neu eingestellter Arbeitnehmer hat in den ersten vier Wochen der Beschäftigung noch keinen Anspruch auf Entgeltfortzahlung im Krankheitsfall. Stattdessen gibt es in der Regel Krankengeld von der Krankenkasse.

Das Krankengeld, das die GKV zahlt, ist deutlich geringer als das letzte Gehalt: 70 % des Bruttoverdienstes, aber nicht mehr als 90 Prozent vom Netto-Gehalt.

Bis zu 78 Wochen lang erhalten gesetzlich Versicherte Krankengeld wegen desselben Leidens. Nach drei Jahren beginnt die 78-Wochen-Frist neu. Sollte nach den 78 Wochen kein Rentenanspruch bestehen, ist die Agentur für Arbeit zuständig. Sollte man vorher gearbeitet haben, besteht die Möglichkeit von AGL I, wenn dies zu gering ausfällt, kann es noch eine Aufstockung über den Kreisjobcenter geben (AGL II). Diese Regelungen gelten nicht für Selbstständige.

Familienversicherte haben keinen Anspruch auf Krankengeld.

Wenn ein Elternteil aus gesundheitlichen Gründen ausfällt, ist bei im Haushalt lebenden Kindern (bis zum vollendeten 12. Lebensjahr) zunächst die Krankenkasse zuständig. (SGB V, § 38) oder SGB VIII § 20

SGB VIII § 20

Betreuung und Versorgung des Kindes in Notsituationen

(1) Fällt der Elternteil, der die überwiegende Betreuung des Kindes übernommen hat, für die Wahrnehmung dieser Aufgabe aus gesundheitlichen oder anderen zwingenden Gründen aus, so soll der andere Elternteil bei der Betreuung und Versorgung des im Haushalt lebenden Kindes unterstützt werden, wenn

1. er wegen berufsbedingter Abwesenheit nicht in der Lage ist, die Aufgabe wahrzunehmen,
2. die Hilfe erforderlich ist, um das Wohl des Kindes zu gewährleisten,
3. Angebote der Förderung des Kindes in Tageseinrichtungen oder in Kindertagespflege nicht ausreichen.

(2) Fällt ein allein erziehender Elternteil oder fallen beide Elternteile aus gesundheitlichen oder anderen zwingenden Gründen aus, so soll unter der Voraussetzung des Absatzes 1 Nr. 3 das Kind im elterlichen Haushalt versorgt und betreut werden, wenn und solange es für sein Wohl erforderlich ist.

Gemeinsam gesund werden –
ein Projekt für Mütter mit Brustkrebs der Rexrodt von Fircks Stiftung

Das Stiftungsprojekt bietet an Brustkrebs erkrankten Müttern im Anschluss an ihre Ersttherapie gemeinsam mit ihren Kindern eine REHA zu besuchen. Das Besondere daran ist, die Patientin in ihrer Mutterrolle in der durch die Erkrankung hervorgerufenen Krise mit Hilfe von Gesprächen mit Kinderpsychologen und Psychoonkologen zu stärken und sie für die Sorgen und Ängste der Kinder zu sensibilisieren. Das Kind erlebt in einem „geschützten" Raum, dass es nicht allein ist mit einer Mutter, die Krebs hat.

Telefon: 040 532 545 46
www.gemeinsam-gesund-werden.de

Mutter Kind Hilfswerk

Hilfreiche Seite zum Beantragen von Kuren
www.mutter-kind-hilfswerk.de
0800 2255100 (kostenfrei)



7. Literatur

7.1 Bücherliste

Was macht der Krebs mit uns

von Sabine Brütting

Für die Eltern kommt zu all dem persönlichen Stress im Umgang mit der Erkrankung noch das Problem, die Kinder einzubeziehen, ihnen all das zu erklären, was nun kommt und kommen kann.

Das Buch orientiert sich am Verlauf der Krankheit, macht Eltern die Wahrnehmung der Kinder deutlich und gibt viele Anregungen, wie und wann was getan werden sollte. Dabei geht es hauptsächlich darum, eine familiäre Kommunikation zu ermöglichen, um Kindern bei der Bewältigung der elterlichen Erkrankung zu helfen und zwar bis hin zum Versterben des Elternteils.

Frau Brütting hat zudem Kinder und Jugendliche ihrer Gruppenangebote eingeladen, zu bestimmten Aspekten selbst etwas zu schreiben. Diese O-Töne geben dem Buch eine besondere Note. Sehr offen werden hier sowohl die Nöte als auch die Wünsche und Sichtweisen der Kinder und Jugendlichen ausgedrückt.

Ein Koffer voller Mama-Momente

von Anja Freudiger (ab 4 Jahren)

Im Mittelpunkt steht der kleine Bertil, dessen Mutter schwer erkrankt und für längere Zeit ins Krankenhaus muss. Diese Situation stellt das Familienleben völlig auf den Kopf: Obwohl Bertils Vater und seine Oma sich liebevoll kümmern, bleibt die Lücke, die die Mama hinterlässt, spürbar. Besonders schmerzlich vermisst Bertil alltägliche Dinge wie Mamas Geruch, ihre Küsse, das morgendliche Wecken oder das Vorlesen am Abend

Das Buch zeigt kindgerecht und sensibel, wie Kinder Trauer, Verlust und Unsicherheit erleben, wenn ein Elternteil plötzlich fehlt. Es verschweigt die Ohnmacht nicht, betont aber, dass Kinder eigene Wege finden können, um mit der Situation umzugehen. Bertil entwickelt eine kreative Idee: Er sammelt „Mama-Momente“ – kleine Erinnerungen und Rituale, die ihm helfen, die Zeit ohne seine Mutter zu überstehen. So wird Resilienz erlebbar gemacht und Kindern Mut gemacht, selbst aktiv zu werden, um mit schwierigen Gefühlen umzugehen

Oya und Pünktchen Bilderbuch

von Alexandra Fuchs (ab 4 Jahren)

Das Buch richtet sich an Kinder und Familien, deren Alltag durch eine schwere Krankheit – insbesondere Krebs – geprägt ist. Die Geschichte behandelt zentrale Themen wie Mut, Freundschaft, den Umgang mit Angst und die Hoffnung in schwierigen Zeiten.

Im Mittelpunkt steht Pünktchen, ein kleiner Marienkäfer, der traurig ist, weil mit seiner Mama etwas nicht stimmt: Sie ist oft so müde, dass sie kaum noch aufstehen kann. Pünktchen versteht nicht, was los ist, und fühlt sich hilflos und ängstlich. In dieser Situation begegnet Pünktchen der Mutmach-Hummel Oya, dem Maskottchen der Rexrodt von Fircks Stiftung. Oya nimmt Pünktchen mit auf eine Reise, auf der sie gemeinsam versuchen, zu verstehen, was mit Pünktchens Mama passiert und wie man mit den eigenen Gefühlen umgehen kann.

Oya ermutigt Pünktchen, Fragen zu stellen und offen über Sorgen und Ängste zu sprechen. Im Laufe der Geschichte lernt Pünktchen, dass es in Ordnung ist, Angst und Traurigkeit zu empfinden, aber dass Freundschaft, Zusammenhalt und Hoffnung helfen können, schwere Zeiten.

Das Buch möchte betroffenen Familien Mut machen und insbesondere Müttern helfen, ihre Kinder am Krankheitsverlauf teilhaben zu lassen. Es soll Kindern die Möglichkeit geben, ihre Gefühle zu verstehen und auszudrücken, und Familien dabei unterstützen, gemeinsam Wege zu finden, mit der Krankheit umzugehen.

Mamas werden doch nicht krank

von Marylin Hafner ab 5 Jahren

Paulina freut sich auf einen entspannten Samstagmorgen mit ihrer Familie. Doch alles kommt anders: Ausgerechnet heute ist Mama krank und muss im Bett bleiben. Papa muss einkaufen gehen, und Paulina soll auf ihren kleinen Bruder aufpassen1.

Paulina möchte helfen und die Mama mit einer guten Tat überraschen. Sie nimmt sich vor, die Wäsche zu waschen – doch dabei geht einiges schief. Die Aufgaben sind schwieriger, als sie gedacht hat, und nichts läuft wie geplant. Trotz aller Mühe klappt es nicht so, wie Paulina es sich wünscht.

Am Ende erlebt Paulina, dass auch Erwachsene mal krank werden dürfen und dass nicht immer alles perfekt laufen muss. Das Buch erzählt mit viel Einfühlungsvermögen und Humor vom Familienalltag, kleinen Missgeschicken und dem Wunsch, füreinander da zu sein.

Kinder krebskranker Eltern

von Claudia Heinemann

In diesem Buch wird theoretisch und praktisch dargestellt, wie die Kinder und deren Familien durch präventive und therapeutische Angebote begleitet werden können. Die Vielfalt der Interventionsansätze für das einzelne Kind wird verdeutlicht. Verschiedene Möglichkeiten, mit der Familie zu arbeiten, werden beschrieben, und auch der Umgang mit Sterben und Tod wird thematisiert.

Mein wunderschöner Schutzengel- als Nellys Mama Krebs bekam

von Hermelink, K (2004)

An Nellys siebten Geburtstag ist alles anders: die Mama bleibt im Bett, auf der Torte fehlen die Marzipantiere und Papa macht ein trauriges Gesicht. In der Nacht sieht Nelly ihre Mama weinen. Nellys Mama hat erfahren, dass sie Krebs hat und für die Familie beginnt eine Zeit der Veränderung. Das Buch endet mit dem achten Geburtstag von Nelly, alle Therapien sind überstanden und die Marzipantiere sind wieder auf der Torte. Wunderbar beschrieben – die Zeit des Schrecks nach der Diagnose, die Fragen die Kinder haben, die Äußerungen ihrer Freunde, die Zuwendung der Eltern und der glückliche Ausgang nach einem Dreivierteljahr Therapie.

Warum trägt Mama im Sommer eine Mütze |

von Simone Linden und Katharina Zoll

Familienalltag mit der Diagnose Brustkrebs –
ein Ratgeber des „Mehr Zeit für Kinder e.V“

Kann bei uns kostenfrei erworben werden

Manchmal ist Mama müde

von Anne Christin Loschnigg-Barmann

Ein Bilderbuch für Kinder im Alter von 2 bis 8 Jahren. Die Mutter ist an Brustkrebs erkrankt. Es wird erklärt was Brustkrebs ist, was bei einer Chemotherapie passiert und welche Nebenwirkungen eine Krebsbehandlung nach sich zieht. Das Buch zeigt dem Kind Wege auf, wie es mit den Belastungen durch die neue Situation umgehen kann. Auf wunderbare Weise wird aufgezeigt, wie hilfreich es gerade in solchen Lebenssituationen ist, Rituale einzuführen und z.B. regelmäßig mit dem Papa schwimmen zu gehen oder ein Zelt zu bauen, das zur krebsfreien Zone erklärt wird und in dem niemand über Krebs reden darf.

Hechtsommer

von Jutta Richter

Im letzten Sommer hat Anna richtig Mist gebaut. Immerhin war sie die Älteste auf dem Schlossgut. Selbst wenn die Angelschnur, die sich die Pfauenhenne um den Fuß gewickelt hat, Daniel und Lukas gehörte, so hätte sie ihrer Meinung nach doch besser aufpassen müssen. Jetzt hat die Pfauenhenne nur noch einen Fuß. „Das war die böse Erinnerung, die vom letzten Sommer übriggeblieben war.“

Der letzte Sommer war schön, mit schrecklichen Momenten. Dieser Sommer aber soll für die Erzählerin Anna und ihre Freunde schlimmer werden. Denn die Mutter von Daniel und Lukas ist an Krebs erkrankt und liegt ohne Haare in einem Zimmer mit heruntergelassenen Jalousien zwischen Leben und Tod. Irgendwie haben ihre Söhne sich in den Kopf gesetzt, dass ein Fischopfer ihr die Gesundheit zurückschenken könnte. Und so machen sie sich auf die Jagd nach dem großen Hecht im Teich, den sie am Ende auch fangen. Und doch wird dieser Sommer, der scheinbar „nicht aufhören“ wollte, der letzte ihrer Kindheit sein.

Als Mama einmal unsichtbar war

von Julia Rosenkranz

Das Bilderbuch erzählt aus der Perspektive des Kindes Hennie, dessen Mutter an Krebs erkrankt. Anfangs wirkt alles wie immer: Die Mutter zeigt keine sichtbaren Symptome wie Husten oder Schnupfen. Doch die Krankheit ist anders – sie ist unsichtbar und verändert das Familienleben schleichend und tiefgreifend.

Die Geschichte schildert eindrücklich die Gefühle von Hennie: Wut, Trauer, Einsamkeit und die Angst, die Mutter ganz zu verlieren. Besonders schwer fällt es Hennie, dass die Mutter nicht mehr so präsent ist wie früher und andere (wie Tante Greta) Aufgaben übernehmen müssen.

Am Ende der Geschichte gibt es Hoffnung: Nach der belastenden Zeit der Krankheit und Behandlung kehrt langsam wieder Normalität ein. Die Mutter wird wieder sichtbarer, es tauchen erste Haarstoppeln auf und das Lächeln kehrt zurück. Hennie wächst an der Situation, lernt mit den Veränderungen umzugehen und erlebt, dass auch schwere Zeiten gemeinsam überstanden werden können. Als Mama einmal unsichtbar war ist ein einfühlsames, ehrliches und tröstliches Bilderbuch, das Kindern ab 4 Jahren hilft, die schwierige Zeit einer Krebserkrankung in der Familie zu verstehen und zu verarbeiten.

Krebs erklärt für Klein und Groß

von Prof. Dr. Bianca Senf und Kirsten Grabowski (ab 3 Jahren)

Ein einfühlsames Kindersachbuch, das sich an Kinder und deren Familien. Es erklärt auf leicht verständliche Weise, was Krebs ist, wie Behandlungen ablaufen und wie man mit den vielen Gefühlen umgehen kann, die eine Krebserkrankung in der Familie auslöst

- Das Buch beantwortet zentrale Fragen wie: „Was ist Krebs eigentlich genau?“, „Wie entstehen Tumore?“, „Wie funktionieren Therapien wie Chemotherapie?“ und „Kann ich mich anstecken?“
- Es wird erklärt, dass Krebs keine ansteckende Krankheit ist und dass Gefühle wie Angst, Wut oder Traurigkeit ganz normal sind
- Kindgerechte Illustrationen helfen, die komplexen Vorgänge im Körper anschaulich zu machen – zum Beispiel, wie sich gesunde Zellen verändern und warum der Körper Hilfe durch die Medizin braucht
- Das Buch behandelt auch Themen wie Sterben und Trauer, wenn eine Krebsbehandlung nicht anschlägt, und gibt Hinweise, wie Familien mit diesen schwierigen Situationen umgehen können
- Besonders hilfreich ist die „Zauber-Trickkiste“: Sechs einfache Tricks werden vorgestellt, mit denen Kinder lernen können, mit belastenden Gefühlen umzugehen

Mut im Hut. Meine Mama hat Krebs

von Anne Spiecker (ab 5 Jahren)

Das Buch erzählt die Geschichte der kleinen Klara, deren Mutter an Brustkrebs erkrankt. Klara kennt Krebse bisher nur vom Strand – bis ihre Mama plötzlich „einen in der Brust“ hat. Die Diagnose wirft für Klara viele Fragen auf: Woher kommt der Krebs? Ist jemand schuld daran? Wird Mama sterben? Muss ich jetzt besonders lieb zu ihr sein? Ist Krebs ansteckend?

Das Buch schildert Klaras Gedanken und Ängste offen und ehrlich. Mit kindlicher Neugier und einer Portion Egozentrik spricht sie alles aus, was ihr durch den Kopf geht. Dadurch erhalten auch junge Leserinnen und Leser die Möglichkeit, ihre eigenen Sorgen und Unsicherheiten zu erkennen und zu benennen.

Die Geschichte macht Mut, indem sie zeigt, dass Angst und Unsicherheit normal sind, aber auch Hoffnung und Zusammenhalt in der Familie eine große Rolle spielen. Die Illustrationen von Karin Tauer unterstreichen die kindgerechte, aber nie ins Alberne abgleitende Erzählweise.

Ein liebevoll gestaltetes Bilderbuch, das Kindern und Familien in einer belastenden Lebenssituation Trost, Verständnis und Zuversicht spendet.

Als der Mond vor die Sonne trat

von Gerhard Trabert

Marc ist fünf und seine Schwester acht Jahre alt als ihre Mama an Brustkrebs erkrankt. Die Eltern tun sich schwer mit den Kindern über die Krankheit der Mutter zu reden. So kommt es, dass der Opa auf liebevolle Weise den Kindern alles über die Krebszellen und was man gegen sie tun kann erklärt. Chemotherapie, Strahlentherapie und Operation werden für Kinder anschaulich aufbereitet



7.2 Broschüren

Mit Kindern über Krebs sprechen | *Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.*

Arnstädter Weg 3
65931 Frankfurt am Main
069 - 4789 2071
bestellung@hkke.org

Broschüre von Jugendlichen für Jugendliche
Broschüre mit Kindern über Krebs sprechen von Bianca Senf und Monika Rak

Flyer zur Familiensprechstunde am UCT in Frankfurt

https://www.uct-frankfurt.de/fileadmin/media/standards/Printmedien/flyer/210203_UCT_Flyer_Familiensprechstunde_web.pdf

Zum Herunterladen

Was ist eigentlich Krebs Deutsche Krebshilfe Kindern Krebs erklären
https://www.youtube.com/watch?v=NophJCNJCfQ
2-3 minütige Videos rund um das Thema Krebs für Kinder erklärt



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

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

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

Broschüre der Diakonie „Was geht mit wenig Geld?“

Zentrale für diakonische Dienste
Haspelstr. 5
35037 Marburg

Telefon: 06421 91260
www.dwo-online.de

8. Literatur

- Altmeyer, S., Kröger, F. & McDaniel, S. (2002). Systemische Familienmedizin. In: M. Wirsching & P. Streib (Hrsg.), Paar und Familientherapie (411-424). Berlin Heidelberg: Springer.
- Broeckmann, S. & Reinert, E. (2011). Elternberatung- wie sag ich es meinem Kind. In C. Heinemann & E. Reinert (Hrsg.), Kinder krebskranker Eltern. Prävention und Therapie für Kinder, Eltern und die gesamte Familie (16-32). Stuttgart: Kohlhammer.
- Charlton, M., Käppler, C. & Wetzel, H. (2003). Einführung in die Entwicklungspsychologie. Weinheim: Beltz.
- Fischer, K. (2009). Einführung in die Psychomotorik (3.Aufl.). München: Ernst Reinhardt.
- Heinemann, C. & Reinert, E. (Hrsg.) (2011). Kinder krebskranker Eltern. Prävention und Therapie für Kinder, Eltern und die gesamte Familie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Heußner, P. (2009). Wie sag ich´s meinem Kinde? Umgang mit Kindern krebskranker Erwachsener. In M. Dorfmüller & H. Dietzfelbinger (Hrsg.), Psychoonkologie Diagnostik-Methoden–Therapieverfahren (203-207). München: Elsevier Urban & Fischer.
- Inhestern, L., Bultmann, J., Beierlein, V. et al. (2016). Psychometric properties of the Parenting Concerns Questionnaire in cancer survivors with minorand young adult children. Psycho-oncology, 25 (9), 1092-1098.
- Krattenmacher, T., Kühne, F., Führer, D. et al., (2012). Kinder krebskranker Eltern - elterliches Coping, familiäres Funktionsniveau und psychosoziale Anpassung der Kinder. Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 61(6), 447-462.
- Pott, M., Haagen, M., Baldus, C., Saha, R., Romer, G. (2005). Wenn Mütter an Krebs erkranken: seelische Auswirkungen auf Kinder und präventiver Handlungsbedarf. Zentralblatt für Gynäkologie, 127, 114-119.
- Romer, G., Schulte-Markwort, M. & Riedesser, P. (2002b). Kinder körperlich kranker Eltern am Beispiel Kinder krebskranker Mütter. Geburtshilfe und Frauenheilkunde, 62, 537-542.
- Romer, G. & Haagen, M. (2007). Kinder körperlich kranker Eltern. Göttingen: Hogrefe.
- Schneider & Lindenberger (Hrsg.) (2012). Entwicklungspsychologie. Weinheim: Beltz.
- Seewald, J. (2007). Der verstehende Ansatz in Psychomotorik und Motologie. München: Reinhardt.
- Watson, M., St James-Roberts, I., Ashley, S., Tilney, C., Brougham, B., Edwards, L., Baldus, C. & Romer, G. (2006). Factors associated with emotional and behavioural problems among school age children of breast cancer patients. British Journal of Cancer, 94, 43-50.

Angebote des Vereins Leben mit Krebs Marburg e.V.

- *Beratungsgespräche (Telefon, Mail, Videocall oder in unseren Räumen)*
- *Ernährungsberatung*
- *Hausbesuche*
- *Selbsthilfegruppen für an Krebs erkrankte Menschen, monatlich: Gemeinsame Beratungsgruppe (mit dieser Gruppe wollen die Möglichkeit geben, sich untereinander auszutauschen, gegenseitig zu beraten, Fragen zu klären und persönliche Kraftquellen und Lösungsstrategien im Umgang mit der Krebserkrankung zu finden)*
- *Selbsthilfegruppe für die Partner/innen von an Krebs erkrankten Menschen, monatlich (wohin mit meinen Sorgen, kann ich meine Bedenken meinem Partner mitteilen, Ängste, Überforderungen, alles kann im kleinen geschützten Rahmen besprochen werden)*
- *LöwenMutKids Gruppen (5-11 und 12- 17 Jahre)*
- *Informationsveranstaltungen*
- *Gesundheitskurse im Bereich Bewegung, Ernährung, Entspannung*
- *Aktionen wie Wanderungen, Basteln, Spielenachmittag*
- *Bücherei und Informationsmaterial*

Alle Veranstaltungen finden Sie auf der Homepage: www.lebenmitkrebs.org oder Sie rufen direkt an: 06421 162625



Leben mit Krebs Marburg e.V.

Geschäftsstelle

Herbornerstr. 46
35096 Weimar/L

0176 42783858
06421 162625

Verschenken Sie durch Ihre Spende Mut und wertvolle Unterstützung für an Krebs erkrankte Menschen: Tätigen Sie Ihre Online-Einkäufe über den Bildungsspender oder spenden Sie direkt.

Leben mit Krebs Marburg e.V.:
Sparkasse Marburg Biedenkopf
IBAN: DE05 5335 0000 0000 0007 52
BIC: HELADEF1MAR

LöwenMutKids:
Volksbank Mittelhessen eG
IBAN: DE87 5139 0000 0039 4647 05
BIC: VBMHDE5F

beratungsstelle@lebenmitkrebs-marburg.de
www.Lebenmitkrebs.org

Layout & Satz: Tabulatrix, Marburg