

# Krebsdiagnose nicht verschweigen

Kinder spüren es, wenn ihre Eltern belastet sind. Deshalb sollte man über eine schwere Erkrankung mit ihnen sprechen – Dafür gibt es fachliche Hilfe

*Vor einigen Tagen habe ich die Diagnose Brustkrebs erhalten. Ich bin total geschockt und weiß nicht, wie ich damit umgehen soll. Meine beiden Kinder sind acht und elf Jahre alt. Ich möchte sie nicht beunruhigen oder traurig machen und ihnen deshalb am liebsten nichts von meiner Erkrankung sagen, zumal die Prognose ganz gut ist. Mein Mann hält das für falsch und plädiert für Offenheit. Was raten Sie mir? (Kathrin, 42 Jahre)*

Die Krebs-Diagnose hat Sie offenbar aus heiterem Himmel getroffen. So etwas zieht einem erst mal den Boden unter den Füßen weg. Verständlich, dass Sie Ihre Kinder schützen möchten vor den belastenden Gefühlen, die so eine schwere Erkrankung auslösen kann. Von einem Moment auf den

## IN SACHEN LIEBE



Sandra Vohl

anderen ist alles anders, und die Vorstellung, Ihre Kinder damit konfrontieren zu müssen – schwer erträglich!

Nun ist es aber so: Kinder haben diese unsichtbaren Antennen, von denen wir Erwachsenen uns manchmal wünschen, wir hätten sie auch. Sie spüren, wenn Eltern belastet oder traurig sind, wenn es plötzlich Anspannungen, Rückzug oder Unsicherheit gibt. Das Problem daran: Häufig beziehen Kinder diese veränderte Stimmung auf sich, haben das Gefühl, verantwortlich zu sein. Oder sie vermuten etwas ganz Schlimmes – und Sie als Eltern haben nicht die Möglichkeit, etwas zu erklären, zu beruhigen oder einzuordnen.

Sie schreiben, Ihre Prognose sei gut. Das ist ein wichtiger Satz. Denn er bedeutet, dass Sie nicht über Abschiede sprechen müssen, sondern über eine Wegstrecke, die herausfordernd, aber zu schaffen ist. Genau das können Kinder meistens besser verstehen – und besser aushalten, als wir Erwachsenen glauben.



Kinder sind am ehesten in der Lage, mit familiären Belastungen umzugehen, wenn man sie altersgerecht informiert. Foto: Imago

## ZU PERSON UND KOLUMNE

**Die Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin Sandra Vohl** ergänzt ab sofort unser Expertenteam für „In Sachen Liebe“

Sie ist seit 2014 für das Medizinische Versorgungszentrum (MVZ) der Uniklinik Köln tätig. Außerdem arbeitet sie für den Verein „Lebenswert“. Ihr Schwerpunkt: Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, bei denen ein Elternteil an Krebs erkrankt ist. Zudem behandelt Vohl Kinder und Jugendliche, die selbst erkrankt sind oder andere psychische Belastungen haben. Sie ist auch als Supervisorin und Dozentin tätig. Früher

war sie Tischlerin und hat viele Jahre als Sozialarbeiterin im Bereich „Übergang Schule - Beruf“ gearbeitet.

**Unser Team** von Expertinnen und Experten beantwortet Ihre Fragen in der Zeitung: die Psychotherapeuten Carolina Gerstenberg und Daniel Wagner, die Diplom-Psychologinnen Elisabeth Raffauf und Katharina Grünwald, Sexualberaterin Gitta Arntzen sowie der Urologe Volker Wittkamp. Ihre Zuschriften werden anonymisiert weitergegeben. Schreiben Sie Ihre Frage an: [in-sachen-liebe@dumont.de](mailto:in-sachen-liebe@dumont.de)

Kinder sind am ehesten in der Lage, mit familiären Belastungen wie einer Krebserkrankung umzugehen, wenn man sie altersgerecht informiert und eigene Gefühle wie Angst, Traurigkeit oder auch Wut als normale Reaktionen auf ein „unnormales Ereignis“ verständlich macht, in diesem Fall eben auf

eine plötzliche, ernste Krankheit, die das Familienleben vorübergehend verändern wird. Kinder brauchen nicht jedes Detail zu wissen. Aber sie brauchen Ehrlichkeit. Und eine Orientierung, die ihnen Halt gibt.

Etwas so Gravierendes geheim zu halten, funktioniert hingegen nach

meiner beruflichen Erfahrung nicht. Die Gefahr ist, dass es irgendwann herauskommt, und das meist in einer Situation, in der man nicht damit rechnet oder selbst gar nicht dabei ist. Kinder sind dann mit dieser Information allein und überfordert. Übernehmen Sie lieber die Kontrolle, indem Sie Ihren Kindern erzählen, was los ist, und gleichzeitig Sicherheit und Hoffnung vermitteln. Wenn Sie die Wahrheit teilen, teilen Sie gleichzeitig die Möglichkeit, sich gegenseitig zu stärken.

Sie könnten gemeinsam mit Ihrem Mann mit den Kindern sprechen und erklären, was los ist, zum Beispiel so: „Ihr habt ja sicherlich gemerkt, dass es mir seit ein paar Tagen nicht gut geht und dass Papa und ich angespannt und traurig sind. Das hat nichts mit euch zu

**„Kinder brauchen nicht jedes Detail zu wissen. Aber sie brauchen Ehrlichkeit. Und eine Orientierung, die ihnen Halt gibt“**

tun! Es ist so: Ich bin an Brustkrebs erkrankt, das hat meine Ärztin mir gesagt. Ich erkläre euch gerne noch mehr dazu. Es gibt aber eine sehr wirksame Medizin für mich, und meine Ärztin geht im Moment davon aus, dass ich wieder ganz gesund werde. Vielleicht muss ich für ein paar Tage ins Krankenhaus. Wir sagen euch rechtzeitig Bescheid. Ihr dürft alles fragen, was ihr wollt.“

Sollten Ihnen in solch einem Gespräch die Tränen kommen: Das ist völlig in Ordnung! Sie müssen nicht tapfer sein, um Ihren Kindern die Situation zu erleichtern. Sie dürfen verletzlich sein. Damit sind Sie sogar ein Vorbild – denn traurige Gefühle passen zu Ihrer Realität.

Wenn Sie sich mit all dem überfordert fühlen, holen Sie sich Unterstützung. Es gibt spezifische Beratungsangebote, zum Beispiel die Krebsberatungsstelle in Köln oder psychoonkologische Angebote der jeweiligen Kliniken. Empfehlen kann ich auch die Broschüre „Mit Kindern über Krebs sprechen“, zu beziehen über den Verein „Hilfe für Kinder krebskranker Eltern“.

Ihre Kinder müssen nicht geschont werden – sie wollen dazu gehören. Genau das ermöglichen Sie, wenn Sie das Gespräch suchen.