



● ● „Wenn Eltern Krebs haben: Wie es den Kindern sagen?“



MARTINE RISCH
Psychologin und
Psycho-Onkologin

Die Kommunikation – zuhören, sprechen, in Beziehung treten war das Thema des 34. Kongresses der *Société Française de Psycho-Oncologie (SFPO)* vom 22. bis 24. November 2017 in Paris. Martine Risch, Psychologin und Psycho-Onkologin der Fondation Cancer, hat am Kongress teilgenommen und informiert uns über neue Erkenntnisse zum Thema. Hier also ein Überblick über die Kommunikation Eltern-Kind, veröffentlicht von der SFPO und der AFSOS.

Die Krankheit ist für jedes Familienmitglied eine Störung und ein Bruch mit dem „Leben davor“. Wenn ein Elternteil Krebs hat, sorgt er sich nicht nur um sich, sondern auch um sein Umfeld und vor allem sein Kind. Die Elternrolle kann durch die Ängste des Elternteils gestört sein, seiner Rolle und Verantwortung nicht mehr gerecht werden zu können. Deshalb sorgen sich Eltern oft um die

„Reden ist Silber, Schweigen ist Gold“, gilt in diesem Zusammenhang nicht. Der Glaube, dass man Kinder durch Verschweigen der Erkrankung der Eltern schützen kann, ist weit verbreitet, jedoch illusorisch.

Auswirkungen ihrer Krankheit auf die momentane und künftige psychische Entwicklung ihres Kindes.

Für das Kind stellt die Krebserkrankung eines Elternteils etwas Unbekanntes dar, das manchmal bedrohlich ist und oft Schuldgefühle weckt. Die Erfahrung der Krankheit kann mit einem Gefühl der Einsamkeit, der Vernachlässigung oder der Ungerechtigkeit einhergehen, oder auch der Angst, seinen Elternteil zu verlieren, und ist deshalb oft Ursache von Traurigkeit, Angst und/oder Wut.

Die Eröffnung der Diagnose und das Sprechen über Krebs sind für die Eltern oft mit vielen Sorgen verbunden: Die Furcht, gegenüber dem Kind das Wort „Krebs“ auszusprechen oder nicht die richtigen Worte zu finden, die Angst, dass das Kind nicht versteht, Fragen stellt und dann nicht die richtigen Antworten zu kennen oder von seinen Gefühlen überwältigt zu werden und vor dem Kind zusammenzubrechen.

„Reden ist Silber, Schweigen ist Gold“, gilt in diesem Zusammenhang nicht. Der Glaube, dass man Kinder durch Verschweigen der Erkrankung der Eltern schützen kann, ist weit verbreitet, jedoch illusorisch. Doch Schweigen oder Lügen können, ebenso wie das „zu viel Sagen“, die psychische Entwicklung des Kindes schädigen. Es ist entscheidend, den richtigen Ton und wohlwollende Worte zu finden, die ein Vertrauensverhältnis aufbauen.

Welche Risiken birgt das Verheimlichen der Krankheit für das Kind?

Selbst sehr kleine Kinder spüren die veränderte Stimmung, die mit der Krankheit verbunden ist; ihnen nichts zu sagen, führt höchstwahrscheinlich zu einem Vertrauensverlust und birgt das Risiko einer Verschlechterung der Sicherheit gebenden Beziehung zu den Eltern. Jedes Kind merkt, dass „etwas los ist“ und macht sich seine eigene Vorstellung von diesem Unbekannten, die oft schrecklicher ist als die Wirklichkeit, was Ängste schüren oder neue entstehen lassen kann.

Das Kind, mit dem man nicht spricht, kann es sich nicht erlauben, selbst zu sprechen. Folglich besteht die Gefahr, dass das Kind sich isoliert und sich verlassen fühlt, was Störungen in seiner psychischen Entwicklung hervorrufen kann.

Doch auch das Gegenteil, das „zu viel Sagen“ mit zu vielen Details, kann die psychische Entwicklung des Kindes beeinträchtigen und eine schlimme Erfahrung darstellen. Doch wie kann man den Dialog zwischen Eltern und Kind über die Krankheit und ihre Folgen fördern?

„Die richtigen Worte“

Es ist entscheidend, den Eltern genügend Zeit zum Nachdenken zu lassen, um dem Kind ganz nach seinem Rhythmus und im geeigneten Rahmen die nötigen Informationen zu geben. Es ist jedoch wichtig, das Kind so früh wie

möglich, also nach Diagnosestellung zu Beginn der Krankheit, zu informieren.

Es wird empfohlen, dass das Kind von der Krankheit durch seine Eltern erfährt. Die Diagnose von einer dritten Person zu erfahren, könnte für das Kind schlimm, ja traumatisierend sein.

Aus dem Mund seiner Eltern das Wort „Krebs“ zu hören sowie die Erklärung der Diagnose, die geplante Behandlung, deren Nebenwirkungen und die zu erwartenden Veränderungen des Familienlebens helfen dem Kind, die Realität zu verstehen.

„Die richtigen Worte finden“ heißt, sich an das Kind und alle Geschwister in einer an ihren Rhythmus und ihr Alter angepassten Form zu wenden, ihre Fragen zu beantworten und klare und einfache Worte zu benutzen, ohne Metaphern oder Beschönigungen.

Das Kind zu beruhigen, dass Krebs keine ansteckende Krankheit ist und es ausdrücklich darauf hinzuweisen, dass es nichts getan hat, was die Krankheit verursacht haben könnte, und dass es für das Geschehene nicht verantwortlich ist, helfen dabei, ein Gefühl der Sicherheit zu entwickeln.

Einige Fehler sollten vermieden werden, wenn man mit dem Kind spricht:

- Ein Heilungsversprechen vermeiden, da es sich manchmal als unhaltbar herausstellt. Besser ist es zu sagen, dass das gesamte Ärzteteam alles

tun wird, damit es dem kranken Elternteil wieder besser geht.

- Nicht vergessen, das Kind über die Entwicklung der Krankheit und der Behandlung zu informieren. Besser ist es, ihm bei jeder Veränderung die Behandlung Schritt für Schritt zu erklären.
- Nicht der Versuchung erliegen, dem Kind zu erzählen, dass der Elternteil in Urlaub fährt, wenn er ins Krankenhaus kommt. Besser ist es, ihm die Wahrheit zu sagen und ihm zu erklären, wann der Elternteil zurückkommt und dass es ihn im Krankenhaus besuchen kann, wenn es will.
- Aus der Krankheit kein „Geheimnis“ machen, indem ihm verboten wird, darüber zu sprechen. Besser ist es, ihm ausdrücklich zu erlauben, seine Gefühle und Sorgen mit seinem Umfeld zu teilen.

Wie kann man bei einem Kind merken, dass es unter der Situation leidet?

Es ist normal, dass die Krankheit für eine Erschütterung sorgt; vorübergehende Veränderungen im Verhalten des Kindes sind häufig und nicht unbedingt ein Grund zur Beunruhigung. Falls sie jedoch länger anhalten, ebenso wie das Fehlen einer Reaktion, wie ein zu braves Kind, ist dies ein Alarmzeichen.

Je nach Alter des Kindes sind die Anzeichen eines Leidens sehr unterschiedlich und reichen von Schlafstörungen, Alpträumen, Essstörungen oder körperlichen Beschwerden bis zu Symptomen von Depression (Minderung des Selbstwertgefühls, Traurigkeit, Isolierung, Interesselosigkeit ...) und Angst. Einige Kinder reagieren mit Änderungen in der Schule (Verschlechterung der Ergebnisse oder Übereifer), Verhaltensänderungen (Gleichgültigkeit, Aggressivität, Zurückweisung), Rückschritte in der Entwicklung oder Störungen des Lernens (Sprache, Gang, Sauberkeit).

Wie kann man Familien in den verschiedenen Krankheitsstadien bei der Kommunikation unterstützen?

Es ist nicht Aufgabe des Psycho-Onkologen, die Krankheit anzukündigen, sondern die Kompetenzen der Eltern zu stärken und sie beim Dialog mit ihrem Kind zu begleiten.

Damit es sich ein Kind erlaubt, seine Gefühle und Sorgen auszudrücken, benötigt es Eltern, die sich selbst

erlauben, sich auszudrücken. Das Kind braucht eine Berechtigung, um über seine Gefühle zu sprechen. Es sind oft zunächst die Eltern, denen geholfen werden muss, ihre Worte zu finden.

„Der Krankheit einen Platz im Familienleben einräumen, ohne dass sie zu viel Raum einnimmt.“

Es ist entscheidend, das Familienleben und die Aktivitäten des Kindes möglichst wie bisher fortzusetzen. Dem Kind helfen, „stützende Personen“ in seinem Umfeld zu identifizieren, die auch den Eltern bei der Aufrechterhaltung des Alltagslebens helfen können. Wichtig ist auch in dieser Ausnahmezeit weitestgehend an den üblichen Regeln festzuhalten, damit sie nicht ganz aufweichen. Denn Regeln sind Gewohnheit, geben Halt und verhindern eine unangemessene Neuverteilung der familiären Rollen.

Das Kind braucht die Sicherheit, dass es und alle anderen Familienmitglieder gesund sind und der Kontakt zum kranken Elternteil während des Krankenhausaufenthalts nicht abreißt.

Auch wenn die Schule ein stabiler Ort bleiben muss, der vor der Krankheit geschützt ist, ist es wichtig, die Lehrkräfte von der besonderen Situation, in der sich das Kind befindet, zu unterrichten.

Und wenn sich die Krankheit verschlimmert?

Wenn sich die Krankheit des Elternteils verschlimmert, ist es entscheidend, dass man dem Kind erklärt, dass die Krankheit nicht geheilt werden kann und dass nun eine regelmäßige Beobachtung und Behandlung nötig ist, um die Auswirkungen der Krankheit zu begrenzen und die Lebensqualität zu verbessern. Im Fall eines Fortschreitens oder Rückfalls sollten die Eltern mit dem Kind noch einmal die Geschichte der Krankheit und der Behandlung durchgehen und darauf hinweisen, dass das Ärzteteam alles in seiner Macht Stehende tut, um dem kranken Elternteil zu helfen.

Bei einer Verschlimmerung der Krankheit sollten die Eltern darauf hinweisen, dass die Situation beunruhigend ist und die Möglichkeit eines bevorstehenden Todes ansprechen. Sofern das Kind dies möchte, ist es sehr wichtig, die Verbindung mit dem Elternteil durch Besuche, Anrufe aufrechtzuerhalten.

Der Tod: ein schwieriges Thema

Auch wenn dies schwer scheint, ist es wichtig, das Wort „Tod“ auszusprechen, ohne zu Metaphern wie „Er ist fortgegangen. Er ist eingeschlafen.“ zu greifen. Nach dem Tod eines kranken Elternteils kann der verbliebene Elternteil dem Kind vorschlagen, ihn zu begleiten, um, wenn es möchte, den verstorbenen Elternteil an dem Ort zu sehen, an dem er gestorben ist. Es ist unabdingbar das Kind auf das was auf es zukommt vorzubereiten. Eine letzte Begegnung gibt dem Kind die Gelegenheit, sich vom verstorbenen Elternteil zu verabschieden.

Es ist unbestreitbar, dass die Entscheidung, an der Beerdigung teilzunehmen oder nicht, die freie Entscheidung des Kindes bleiben muss. Ihm vorzuschlagen, an der Zeremonie teilzunehmen, oder es fragen, ob es etwas zum Trauerritual beitragen möchte, kann ihm ein Gefühl der Sicherheit vermitteln. Es ist jedoch immer möglich, dass der verbliebene Elternteil selbst von seinen Emotionen übermannt wird; deshalb ist die Anwesenheit eines aufmerksamen Vertrauten, der sich während der gesamten Zeremonie um das Kind kümmern kann, sehr wichtig.

Wenn die Familie trauert, ist die Aufmerksamkeit des verbliebenen Elternteils für das Kind im Allgemeinen geringer und das Kind kann sich ohnmächtig oder verlassen fühlen. Dann spielt das Umfeld eine zentrale Rolle, denn das Kind benötigt Aufmerksamkeit und Fürsorge. Seien Sie präsent und versichern Sie ihm Ihre Liebe, auch wenn die Traurigkeit überwiegt.

Krebs ist zweifellos eine Phase, die allein nur schwer durchgestanden werden kann. Sie zu tabuisieren, birgt die Gefahr einer Isolierung in sich. Das Schweigen zu brechen, erleichtert und hilft bei der Überwindung der Einsamkeit.

Wenn Sie besondere Fragen, Schwierigkeiten beim Ansprechen delikater Themen im Zusammenhang mit der Krankheit haben oder ganz einfach Informationen wünschen, können Sie unsere Broschüre „Diagnose Krebs: Wie sage ich es meinem Kind?“ zu Rate ziehen oder sich an die Fondation Cancer wenden, um unseren psychosozialen Dienst zu konsultieren. Alle unsere Angebote sind kostenlos. ●

Krebs ist zweifellos eine Phase, die allein nur schwer durchgestanden werden kann. Sie zu tabuisieren, birgt die Gefahr einer Isolierung in sich. Das Schweigen zu brechen, erleichtert und hilft bei der Überwindung der Einsamkeit.



Quelle: „Parents atteints de cancer : comment en parler aux enfants ? (Référentiels interrégionaux en Soins Oncologiques de Support, SFPO (Société Française de Psycho-Oncologie) und AFSOS (Association Francophone pour les Soins Oncologiques de Support), Copyright AFSOS, Version 23/01/2017)