

## Kinder bei der Bewältigung unterstützen

Wenn Mama/Papa die Diagnose Krebs bekommt, ist es für die ganze Familie eine herausfordernde Zeit. Kinder können jedoch gut unterstützt werden, um die Krise gut zu bewältigen und wertvolle Strategien zur Bewältigung für ihr Leben mitzunehmen.

Um Ihr Kind in dieser Situation zu unterstützen können Sie auf Folgendes achten:

### Spaß, Sport und Bewegung ermöglichen

Besonders an der frischen Luft und mit befreundeten Kindern helfen Spiele und Bewegung, den Kopf frei zu bekommen.

### Krebsfreie Zonen einrichten

Der Krebs sollte nicht immer im Zentrum stehen. Es kann helfen, krebsfreie Zonen einzurichten (d.h., dass dort die Erkrankung keinen Raum hat), z.B. am Esstisch.

### Außerfamiliäre Ansprechpersonen einbinden

Manchmal fällt es Kindern einfacher mit jemandem außerhalb der Familie zu sprechen. Das können psychologisch ausgebildete Personen, z.B. über die Krebshilfe, oder auch Freunde der Familie sein.

### Bücher zum selbst lesen oder vorlesen anbieten

Bücher können schwierige Themen aufarbeiten und den Kindern bei der Verarbeitung helfen. Je nach Thema und Wunsch des Kindes können Sie das Buch auch vorlesen.

### Als Elternteil eine Vorbildfunktion bei der Bewältigung einnehmen

In dieser herausfordernden Zeit lernen Ihre Kinder, wie Sie mit Krisen umgehen und können dadurch für zukünftige Krisen in ihrem Leben lernen.

### Gefühle zulassen

Es kann für Ihr Kind hilfreich sein zu sehen, dass es nicht die einzige Person ist, die traurig ist und, dass Weinen und Trauer normal sind.

## Oftmals sind Krankenhausaufenthalte von Mama/Papa Teil der Erkrankung

Um den Besuch im Krankenhaus für das Kind angenehm zu gestalten, können Sie auf Folgendes achten:

### Nach Besuchswunsch fragen

Falls Ihr Kind gerade nicht ins Krankenhaus möchte, kann das eine normale Reaktion sein. Es ist wichtig, die Bedürfnisse des Kindes zu erfragen und berücksichtigen.

### Auf Veränderungen vorbereiten

Sprechen Sie offen mit Ihrem Kind, was es im Krankenhaus erwartet. Sollte sich das Aussehen verändert haben, kann es hilfreich sein, zur Vorbereitung ein Foto zu zeigen.

### Aktiv mitgestalten lassen

Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, sich aktiv einzubringen. Es kann z.B. ein Bild für das Krankenzimmer malen oder ein Kuscheltier für das erkrankte Elternteil mitbringen.

### Behandlungsteam vorstellen

Es kann Ihrem Kind Ängste nehmen, wenn Sie ihm zusichern, dass Mama/Papa in sehr guten Händen ist und gut umsorgt wird. Sie könnten z.B. ein Foto vom Pflorgeteam zeigen.

### Kurze Besuche planen

Der Besuch kann für das Kind herausfordernd sein. Planen Sie den Aufenthalt nicht zu lange bzw. nehmen Sie bei Möglichkeit eine Begleitperson mit, die mit dem Kind auch bei Bedarf hinaus gehen kann.

### Gemeinsamen Alltag gestalten

Manchmal sind längere Krankenhausaufenthalte notwendig. Sprechen Sie mit dem Personal, ob es möglich ist, z.B. Geburtstagsfeiern im Krankenhaus durchzuführen.

Auch regelmäßige Besuche, z.B. zum Hausübung erledigen, können organisiert werden.

