



Informationsbroschüre für krebserkrankte Eltern mit minderjährigen Kindern

Krebserkrank mit Kind

In interdisziplinärer Zusammenarbeit
Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie

sind Sie oder ein nahestehender Mensch an Krebs erkrankt?

Eine Krebserkrankung bringt viele Fragen mit sich. Nicht nur bezüglich des eigenen Umganges mit der neuen Situation, sondern auch in Bezug auf die Kinder. Ratlosigkeit, „wie man es den Kindern beibringen soll“ oder Sorgen, „wie die Kinder mit der Krankheit klar kommen werden“, können auftreten. Häufig erleben Eltern eine starke emotionale Belastung und fühlen sich im Umgang mit ihren Kindern verunsichert. Durch Krankenhausaufenthalte, Behandlungen oder eine eingeschränkte Leistungsfähigkeit kann es zudem zu Engpässen in der Kinderbetreuung oder Haushaltsführung kommen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen Wegweiser an die Hand geben, was für Familien mit einer Krebserkrankung wichtig sein kann, wo Sie Ansprechpartner:innen finden und die entsprechende Hilfe bekommen können.

Das Universitäre Cancer Center Hamburg (UCC Hamburg) hat sich mit allen beteiligten Netzwerk-Mitgliedern dem gemeinsamen Ziel verschrieben, eine qualifizierte und fachübergreifende Versorgung von Krebspatient:innen in Norddeutschland zu gewährleisten und durch patientenorientierte Forschung weiterzuentwickeln. Alle unsere Kolleginnen und Kollegen stehen dabei an Ihrer Seite und möchten Sie bei jedem Aspekt Ihrer Erkrankung begleiten.

Für das Team der Krebsberatung für Familien (ehemals Beratungsstelle Kinder krebskranker Eltern (COSIP))

Prof. Dr. med. Dr. phil. Dipl.-Psych. Martin Härter
Zentrum für Psychosoziale Medizin
Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie

Prof. Dr. med. Carsten Bokemeyer
Direktor
Hubertus Wald Tumorzentrum - Universitäres Cancer Hamburg (UCC Hamburg)

Bei Fragen zur Broschüre oder zu dem Projekt, wenden Sie sich bitte an:
Prof. Dr. Laura Inhestern | Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf | Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie | Martinistraße 52, 20246 Hamburg |
Telefon: 040 7410 - 57684 | E-Mail: l.inhestern@uke.de

oder

Dipl.-Psych. Wiebke Geertz | Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf | Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie | Martinistraße 52, 20246 Hamburg |
Telefon: 040 7410 - 53875 | E-Mail: w.geertz@uke.de

Über Krebs reden 4

- Ja, Nein, Vielleicht – den Kindern von der Erkrankung erzählen 5
- Welche Themen wichtig sind 7
- Gespräche über Gefühle und Bedürfnisse 12

Mit Krebs leben 14

- Krebsfreie Zeit 16
- Emotionale Herausforderungen 17
- Typische Reaktionen von Kindern und Jugendlichen 17
- Sozialleistungen 20

Abschied 22

- Abschied gestalten 22
- Kindliche Trauer 25

Unterstützungsangebote 26

- Für betroffene Familien und Kinder 26
- Weitere Unterstützungsangebote 29
- Unterstützungsangebote im Internet 33
- Unterstützungsangebote bei Trauer 34

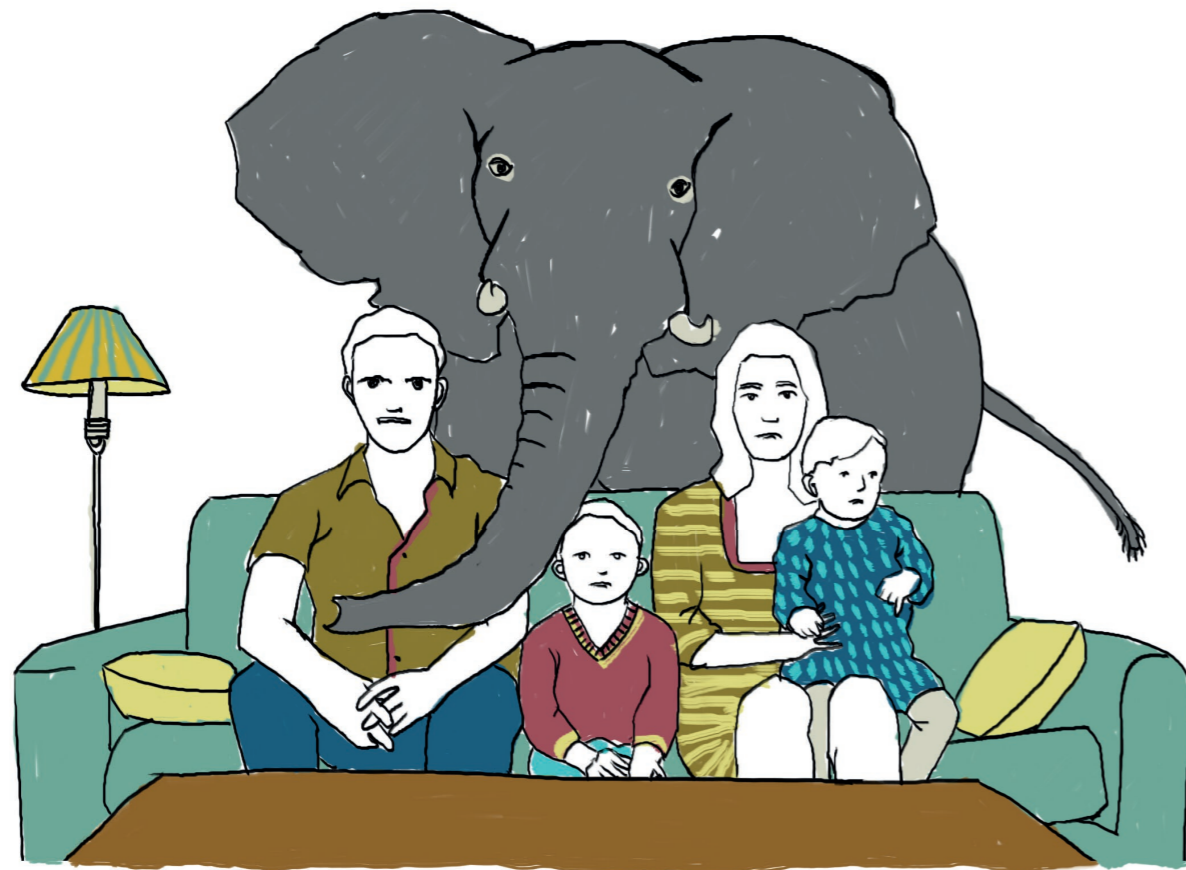
Buch- und Literaturtipps 36

- Über die Erkrankung sprechen 36
- Über Gefühle sprechen 37
- Über Abschied, Tod und Trauer sprechen 38

Über Krebs reden

Um zu verstehen, was im eigenen Umfeld passiert, sind Informationen wichtig. Oft fällt es Eltern aber schwer, mit ihren Kindern über die Diagnose, die Behandlung und Konsequenzen der Erkrankung zu sprechen. Sie möchten ihre Kinder vor Ängsten und Sorgen schützen. Darüber hinaus können Verunsicherungen, ob es gut ist mit Kindern über die Erkrankung zu sprechen, Ängste, die Kinder zu sehr zu belasten oder die eigene Sprachlosigkeit dazu führen, dass Kinder zunächst nicht in die Kommunikation über die elterliche Erkrankung miteinbezogen werden.

Im Folgenden möchten wir Ihnen Anregungen geben, wie Sie mit Ihren Kindern sprechen können, welche Aspekte hierbei wichtig sind und was hilfreich sein kann, um ins Gespräch zu kommen.



*Manchmal ist die Erkrankung wie ein großer Elefant im Raum.
Alle Familienmitglieder wissen, dass sie da ist und bemerken die Veränderungen,
aber keiner spricht darüber.*

Ja, Nein, Vielleicht – den Kindern von der Erkrankung erzählen

Kinder sind sehr gute Beobachter. **Nahezu jedes Kind bemerkt, wenn sich das Verhalten von Mama, Papa oder nahen Bezugspersonen ändert.** Sie bemerken Veränderungen in der Stimmung (trauriger, gestresster, etc.) oder kleine Veränderungen im Alltag (bspw. mehr Telefonate, verschlossene Türen, geflüsterte Unterhaltungen).

Fehlen ihnen Erklärungen, weshalb diese Veränderungen stattfinden, versuchen die meisten Kinder, eigene Antworten zu finden. Problematisch wird dies vor allem, wenn sich die Kinder die Situation in ihrer Fantasie schlimmer ausmalen, als sie in der Realität wirklich ist. **Auch kann es passieren, dass Kinder die Schuld für das, was in der Familie geschieht, bei sich selbst suchen** und sich fragen, was sie falsch und wodurch sie Mama und Papa so gestresst, verärgert oder traurig gemacht haben. Es kann passieren, dass Kinder sich alleingelassen und von Familienangelegenheiten, deren Auswirkungen sie bemerken, isoliert fühlen. Wenn nicht über die Erkrankung gesprochen wird, kann dies dem Kind den Eindruck vermitteln, dass etwas so schrecklich ist, dass nicht darüber gesprochen werden darf oder dass das Kind nicht wichtig genug ist, um in die familiäre Kommunikation mit einbezogen zu werden.



"Mama, warum weinst du?"

"Die Krankheit macht mich so traurig."

*Kinder beobachten sehr genau. Nahezu jedes Kind bemerkt,
wenn sich das Verhalten von Mama, Papa oder nahen Bezugspersonen verändert.*

Über Krebs reden

Auch Kinder haben ein Informationsbedürfnis, vor allem wenn es um so große Veränderungen im Leben geht, wie eine Krebserkrankung. Mit Hilfe von Informationen und Erklärungen können sie einordnen, was um sie herum geschieht und warum. **Beziehen Sie ihr Kind mit ein, signalisieren Sie ihm, dass Sie es ernst nehmen, dass es dazu gehört und dass Sie ihm zutrauen, mit der Situation umgehen zu können.** Sie zeigen ihm, dass es sich auf Sie verlassen kann und stärken das Vertrauen Ihres Kindes in seine Eltern.

Wie für erwachsene Angehörige ist es auch für Kinder wichtig, sich **aktiv mit der Erkrankung ihres Elternteils auseinanderzusetzen.** Dies umfasst eine Auseinandersetzung mit altersentsprechenden Informationen über die Erkrankung sowie mit den Gefühlen, die im Zusammenhang mit der Erkrankung auftreten können. Sie können Ihrem Kind vermitteln, was sich verändern wird und wer sich wann um das Kind kümmert.

Sie sind der Experte bzw. die Expertin für Ihr Kind. Eltern kennen ihre Kinder und deren Gewohnheiten und Reaktionen am besten. Daher können Sie am besten entscheiden, wie viele Informationen und zu welchem Zeitpunkt Sie diese weitergeben möchten. Nehmen Sie sich Zeit und planen Sie gegebenenfalls mehrere kürzere Gespräche ein.

Folgende Hinweise können für ein Gespräch über eine Krebserkrankung hilfreich sein:

- Versuchen Sie, sich in Ihr Kind hineinzuversetzen – was würde Ihr Kind vielleicht wissen wollen?
- Sie müssen nicht alles auf einmal erzählen. Verpacken Sie die Informationen in kleine Häppchen, überladen Sie Ihr Kind nicht.
- Häufig sind nicht die Details oder einzelne Informationen wichtig, sondern, dass Sie so ehrlich wie möglich sind.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass Krebs nicht ansteckend ist.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass es keine Schuld an der Erkrankung trägt.
- Fragen Sie Ihr Kind, was es verstanden hat und was es noch wissen möchte. Ermutigen Sie Ihr Kind, Fragen zu stellen.
- Nehmen Sie sich genügend Zeit.
- Sprechen Sie z.B. am Vormittag, so bleibt der Tag für Nachfragen und zum Verarbeiten.
- Verbringen Sie auch nach dem Gespräch noch gemeinsam Zeit, wenn das Kind dies möchte. So wird vermieden, dass das Kind sich zu früh mit seinen Gefühlen alleingelassen fühlt.

Welche Themen wichtig sind

Diagnose

Ein Gespräch über die Diagnose kann bei den Eltern zu Unsicherheiten führen, da sie ihre Kinder schützen möchten. Das Wort „Krebs“ erscheint bedrohlich und manchmal wissen Kinder nicht, was dieser Begriff genau bedeutet. Manchmal bemerken Eltern im Gespräch mit ihren Kindern und durch Fragen der Kinder, dass auch sie als Eltern nicht alles wissen. Wenn Sie eine Frage Ihres Kindes nicht beantworten können, können Sie dies Ihrem Kind offen sagen und Ihrem Kind anbieten, den behandelnden Arzt/die behandelnde Ärztin zu fragen oder selber einmal genauer zu recherchieren.

Kindern hilft die Information, dass nicht jede Krebserkrankung gleich ist und gleich verläuft. Für ein Gespräch mit Kindern über die Diagnose kann es hilfreich sein, ein Bild oder eine Zeichnung von einem Körper mit einer Darstellung der Organe hinzuzuziehen, um so bildlich zu unterstützen und für das Kind besser erfassbar zu machen, welches Körperteil oder Organ betroffen ist.

Je jünger ein Kind ist, desto weniger detaillierte Informationen kann es verstehen und verarbeiten. Jugendliche hingegen wünschen sich manchmal genaue Informationen. Hier kann es wichtig sein, zu klären, woher Kinder und Jugendliche die Informationen einholen, wenn sie sich über die Diagnose erkundigen. **Gespräche mit Eltern oder den behandelnden Ärztinnen und Ärzten, aber auch manche Internetseiten können verlässliche Quellen sein.** Manche Kinder vermeiden es auch, Genaues über die Erkrankung zu wissen. Dies hat häufig nicht damit zu tun, dass sie sich nicht dafür interessieren, sondern schützt sie vor zu starken Gefühlen, mit denen sie nicht umzugehen wissen.



„Warum hat dein Papa keine Haare?“
„Er hat Krebs.“

„Das hatte mein Opa auch, jetzt ist er tot.“

Es kann hilfreich sein, zu erläutern, dass nicht jede Krebserkrankung gleich ist und gleich verläuft.

Über Krebs reden

Behandlung

Auch während der Behandlung kann es immer wieder Dinge geben, die Ihr Kind beschäftigen. **Kindern kann es helfen, über anstehende Behandlungsschritte informiert zu werden**, zu erfahren, was bei der Behandlung geschieht und welche Auswirkungen die Behandlung für die Eltern und für das Kind haben kann.

Beispielsweise kann es zu **Krankenhausaufenthalten** kommen, durch die Kinder und ihr Elternteil getrennt sind. Manche Kinder haben noch keine Berührungspunkte mit dem Krankenhaus gehabt und können sich einen Aufenthalt dort nicht vorstellen. Als Elternteil können Sie Ihr Kind fragen, ob es sich vorstellen kann, wo Sie sind, was Sie dort machen, was im Krankenhaus passiert und ob Ihr Kind, sofern dies möglich ist und Sie es möchten, zu Besuch kommen mag.

Im Rahmen der Behandlung können neue Dinge auf Sie und das Kind zu kommen. Im Krankenhaus kann es Mundschutz und Kittel für Besucher geben. Die Hände zu desinfizieren ist für viele Kinder eine neue Erfahrung. Es kann Kindern helfen, wenn Eltern ihnen erklären, wozu dies wichtig ist. Für manche Kinder ist es spannend, Port-Zugänge und Infusionsschläuche zu sehen. Andere Kinder sind eher zurückhaltend und scheuen sich davor. Wichtig ist, Kindern bei einem Krankenhausbesuch zu erklären, was sie dort erwartet und dass bestimmte Dinge im Rahmen der Behandlung notwendig, aber nicht bedrohlich sind. Je selbstverständlicher Sie als Eltern damit umgehen, desto leichter wird es für Ihr Kind.

Wichtig ist, die persönliche Grenze des Kindes zu akzeptieren und es selbst entscheiden zu lassen, ob es den erkrankten Elternteil besuchen möchte oder nicht.

Körperliche Auswirkungen

Eine Krebserkrankung und die Behandlungen im Rahmen der Erkrankung können zu körperlichen Auswirkungen führen.

Nebenwirkungen der Behandlungen, z.B. Chemotherapie, Bestrahlung oder Operationen, können bei jeder Patientin und jedem Patienten unterschiedlich ausfallen und erlebt werden. Beispielsweise können Schmerzen, Müdigkeit oder Übelkeit auftreten und den erkrankten Elternteil in seinem bisherigen Alltagsleben einschränken. Nimmt das Kind dies wahr, kann es Ängste entwickeln, dass die Erkrankung fortschreitet. Kindern hilft eine Erklärung, dass **die Symptome Auswirkung der Medikamente/Behandlung sind**. Auch hilft eine Erklärung wenn z.B. der erkrankte Elternteil Ruhe braucht und sich zurückzieht.

Wichtig ist zu vermitteln, dass dies nichts mit mangelndem Interesse am Kind oder einem Fehler des Kindes zu tun hat, sondern aufgrund der Erkrankung oder Behandlung notwendig ist.

Bei einer **Chemotherapie** kommt es häufig dazu, dass Patient:innen ihre Haare verlieren. Eltern können ihren Kindern bereits vor dem Haarverlust erklären, dass dies passieren kann, dies eine Auswirkung der Chemotherapie ist und dass die Haare nach Abschluss der Chemotherapie wieder nachwachsen werden. Gleichzeitig können Sie Ihrem Kind erklären, dass dies Zeichen sein können, dass die Chemotherapie gegen die Erkrankung wirkt. Für viele Kinder ist dies eine wichtige Information, da es eine äußerliche Veränderung ist, die sie und auch andere bemerken. Manche Kinder schämen sich, wenn andere Kinder bemerken, dass ihr Elternteil keine Haare hat. Auch hier kann es hilfreich sein, dies zu besprechen und gemeinsam mit dem Kind nach einer Lösung für die Situation zu suchen (z.B. anerkennen, dass dies zunächst komisch sein kann, sich aber alle ziemlich schnell an das neue Aussehen gewöhnen werden, gemeinsam eine Perücke aussuchen, Tuch/Mütze tragen, wenn andere Kinder da sind).

Ansteckung

Manche Kinder beschäftigen sich mit der Frage, ob die Krebserkrankung des Elternteils ansteckend sein könnte. Eltern können Kindern diese Sorge nehmen, indem sie erklären, dass **eine Krebserkrankung nicht ansteckend und körperliche Nähe möglich ist**.

Bei Behandlungen, die aufgrund von Immunschwäche/Immunsuppression zu einer **Schwächung des Immunsystems des Elternteils** führen, sind häufig besondere Maßnahmen zur Vermeidung von Infekten (z.B. Erkältung) notwendig. In dieser Zeit ist es wichtig, dem Kind zu erklären, warum körperliche Nähe mit dem erkrankten Elternteil nicht oder nur eingeschränkt möglich ist. Gleichzeitig ist es wichtig, dem Kind zu vermitteln, dass es keine Schuld hat, sondern die Krebserkrankung bzw. die Behandlung für die Vorsichtsmaßnahme verantwortlich ist. Müssen zu Hause neue Vorsichtsmaßnahmen die Hygiene betreffend eingeführt werden, sei es vermehrtes Händewaschen/desinfizieren, auch zu Hause Mundschutz tragen und auf Abstand achten, dann erläutern Sie auch dies so gut es geht. Auch kann gemeinsam ein Plan erstellt werden und kleine Erinnerungskärtchen gebastelt werden, die bspw. an das Händewaschen erinnern.



„Kriege ich das jetzt auch?“

Manche Kinder sorgen sich, dass sie sich bei ihrem Elternteil anstecken könnten. Es hilft, ihnen zu erklären, dass dies nicht möglich ist.

Über Krebs reden

Kindergarten und Schule

Kindergarten und Schule stellen für Kinder bei einer Krebserkrankung eines Elternteil häufig einen Bereich dar, in dem sich die Strukturen und Abläufe nur wenig verändern. Für viele Kinder sind diese Bereiche damit verbunden, Abstand zur Situation und zur Erkrankung zu bekommen. Je nach Alter und Lebenssituation verbringen Kinder viel Zeit im Kindergarten oder in der Schule und die Erzieher:innen sowie Lehrer:innen können wichtige Bezugspersonen außerhalb der Familie sein. Daher können auch sie Veränderungen im Verhalten eines Kindes bemerken, wenn diese auftreten. **Wenn Erzieher:innen oder Lehrer:innen über die Situation der Kinder und der Familie informiert sind, können sie die Kinder unterstützen.**

Inwieweit ein Kind seinen Freund:innen und anderen Gleichaltrigen von der Erkrankung seines Elternteils erzählen möchte, sollte es möglichst selbst entscheiden dürfen. **Manche Kinder gehen sehr offen mit der Erkrankung um, andere informieren nur enge Freund:innen.** Es kann auch vorkommen, dass Kinder sich schämen oder die Erkrankung insgesamt ein Tabu-Thema ist, über das nicht geredet wird.

Wenn das Kind nicht sprechen möchte

Es gibt Fälle, da möchte ein Kind nicht über die Krebserkrankung eines Elternteils sprechen. Manche Kinder ziehen sich zurück, andere Kinder zeigen körperliche Symptome, wie zum Beispiel Schlafprobleme, Bauchschmerzen oder Appetitstörungen, andere reagieren wiederum mit aggressivem Verhalten. Das Gefühl, den Zugang zu dem Kind zu verlieren, kann für Eltern sehr belastend sein.

Es gibt unterschiedliche Gründe, warum Kinder nicht über die Krebserkrankung und die aktuelle Situation reden möchten. Manche Kinder wissen vielleicht nicht, wie sie über die Erkrankung und ihre Gefühle sprechen sollen, andere haben eventuell die Sorge, die Eltern zusätzlich mit ihren Gefühlen zu belasten. Die Auseinandersetzung mit dem Thema und den Informationen könnte bei Kindern und Jugendlichen starke negative Gefühle auslösen, mit denen sie noch nicht umzugehen wissen.

Es kann helfen, dem Kind verschiedene Arten von Gesprächsangeboten zu machen und unterschiedliche Ansprechpartner:innen hinzuzuziehen. Bei jüngeren Kindern kann gemeinsames Spielen oder Malen z.B. eine Möglichkeit sein, um mit dem Kind in Kontakt zu kommen und ihm einen anderen Zugang zu seinen Gefühlen zu ermöglichen.

Ideen für kindgerechte Erklärungen:

- Der Körper besteht aus sehr vielen einzelnen Zellen. Bei einer Krebserkrankung werden einige Körperzellen krank und bilden zusammen einen Klumpen. So ein Tumor muss dann meist mit einer Operation aus dem Körper entfernt werden.
- Manche Menschen haben Krebs im Kopf, andere in der Brust und wieder andere haben ihn auf der Haut zum Beispiel am Bein. Es gibt viele verschiedene Arten von Krebserkrankungen und alle verlaufen ganz unterschiedlich.
- Medikamente bekämpfen die Krebszellen, damit diese wieder aus dem Körper verschwinden. Es kann sein, dass dabei auch gesunde Körperzellen getroffen werden, dadurch können zum Beispiel die Haare ausfallen oder der erkrankten Person wird ganz schlecht.
- Es stimmt, dass manche Menschen an einer Krebserkrankung sterben. Aber jede Erkrankung ist anders und Mama/Papa und die Ärzt:innen machen alles, damit es Mama/Papa bald wieder besser geht.



Über Krebs reden

Gespräche über Gefühle und Bedürfnisse

Viel wichtiger als der Name der Krankheit und wie die Behandlung aussieht, ist manchmal, wie es einem mit der Erkrankung geht. Dazu gehören nicht nur krankheitsspezifische Fragen, sondern vor allem Sorgen und Ängste, sowie Gefühle wie Trauer und Wut, die mit der Erkrankung verbunden sind. **Hierbei gibt es keine falschen Gefühle. Alle Gefühle sind berechtigt.** Manche Kinder behalten ihre eigenen Sorgen für sich, da sie Mama und Papa nicht zusätzlich belasten wollen. Berichten Sie, wenn Sie mögen, von Ihren eigenen Gefühlen. Damit sind Sie Ihren Kindern ein Vorbild und zeigen, dass es in Ordnung ist, seine Gefühle zu zeigen und darüber zu sprechen.

Manchen Familien hilft es, eine Art Kummerkasten einzuführen, in den regelmäßig die eigenen Gedanken und Gefühle, notiert auf einem Stück Papier, hineingeworfen und im Anschluss gemeinsam besprochen werden können. Bücher können einen Einstieg in Gespräche erleichtern. Manchmal ist es einfacher, stellvertretend über die Gefühle des Kindes im Buch zu sprechen.

Es kann zudem helfen, das Kind zu ermuntern, sich selbst zu überlegen, welche Dinge ihm helfen könnten, wenn es mal traurig, ängstlich oder wütend ist und inwiefern Mama oder Papa hierbei eine Unterstützung sein können.

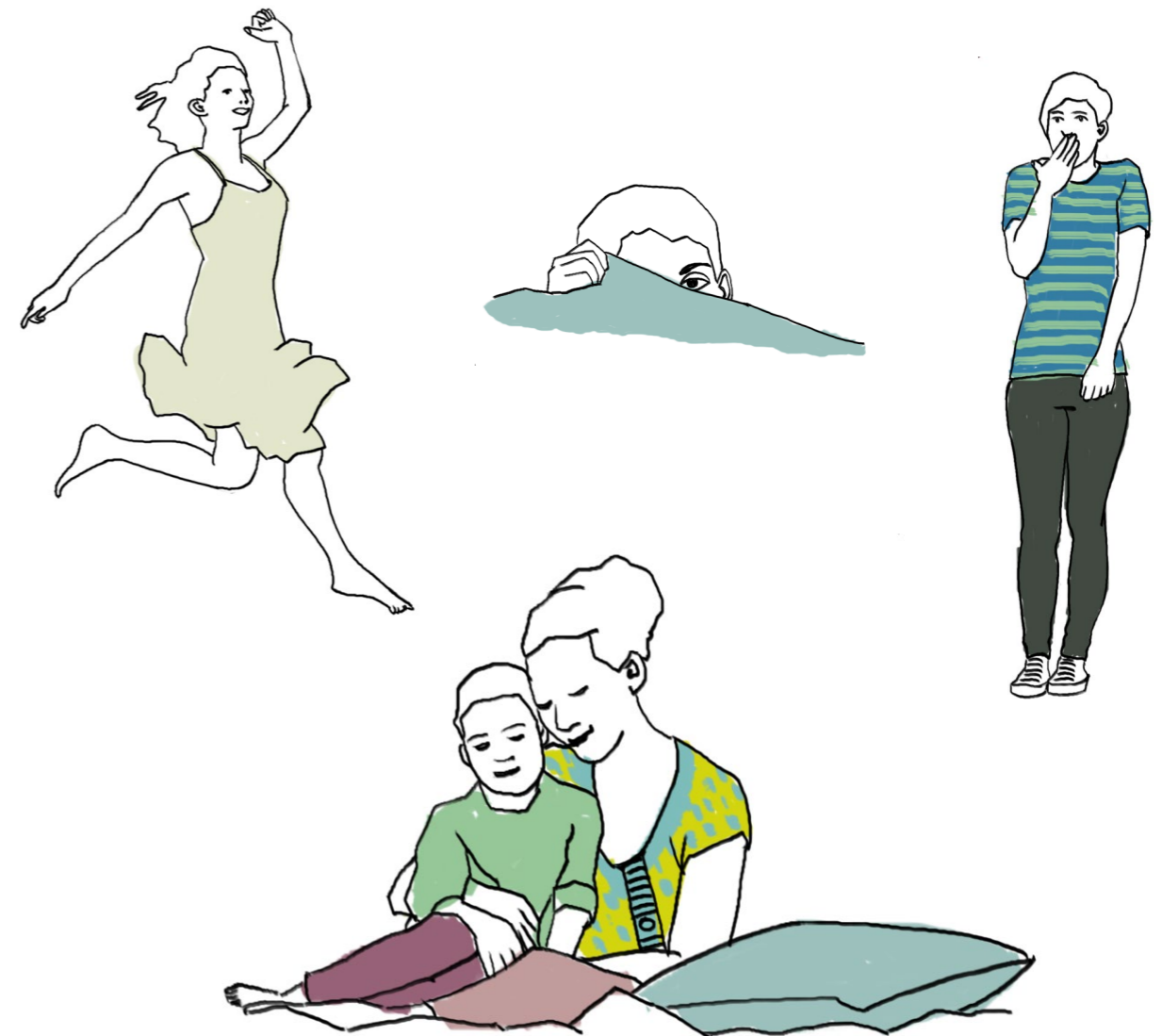
Welche Gefühle gibt es? Und wie können sie sich bemerkbar machen?

- Freude - Schmetterlinge im Bauch, ein warmes Gefühl, Lachen,...
- Trauer - das Herz ist einem so schwer, Tränen, nichts macht Spaß, kein Appetit,...
- Wut - Anspannung, Schimpfen, Schreien,...
- Angst - Herzpochen, Schwitzen, schlotternde Knie, Stottern,...
- Ekel - sich schütteln, verzogenes Gesicht, „liiiih“,...
- Überraschung - aufgerissene Augen, Luftholen,...

Ideen für einen Gesprächsbeginn zum Thema Gefühle

- „Ich war gestern ganz traurig und wütend, weil ich es doof finde, dass ich krank bin. Kennst du das auch von dir?“
- „Wenn ich traurig bin, dann hilft es mir, zu kuscheln, ein Buch zu lesen, fröhliche Musik zu hören und mich abzulenken. Meinst du, das könnte dir auch helfen?“
- „Mir ist es wichtig zu wissen, wie es dir geht. Gibt es irgendetwas, worüber du mit mir reden möchtest?“
- „Wenn du an den Krebs denkst, wie fühlst du dich dann?“

Buch- und Literaturtipps ab Seite 36



Mit Krebs leben

Eine Krebserkrankung kann das Familienleben ordentlich aus der Bahn werfen. Familiäre Routinen und Alltagsabläufe können durcheinander geraten.

Erkrankt ein Elternteil bedeutet dies oft auch, dass ein:e „finanzielle:r Versorger:in“, „Ernährer:in“, „Familienmanager:in“, „Kummerkasten“, das „Schultaxi“, die „Nachmittagsbetreuung“, „Seelentröster:in“, oder „Zubettbringer:in“ ausfällt.

Klare Absprachen und Strukturen geben Halt. Ein vorhersehbarer (sicherer) Alltag und auch krebsfreie Zeiten helfen die neuen emotionalen Herausforderungen zu meistern.

Ein „neuer“ Alltag

Wenn ein Elternteil ausfällt und eine Krebserkrankung das Familienleben durcheinanderbringt, kann es sein, dass Alltagsabläufe neu organisiert werden müssen.

Kinder können sich viele Fragen stellen:

- „Wer bringt mich jetzt in den Kindergarten?“
- „Wer holt mich von der Schule ab?“
- „Wer bringt mich zum Fußballtraining?“
- „Wer kümmert sich um den Berg an Wäsche und kauft ein?“

Für Kinder ist es wichtig, dass Eltern die Veränderungen mit ihnen besprechen. Es gibt ihnen Sicherheit zu wissen, wer sie an welchen Tagen abholt, wer auf sie aufpasst oder wer für sie kocht. Für ältere Kinder bedeutet die Erkrankung eines Elternteils oft, dass sie im Haushalt mehr Unterstützung leisten und mehr Aufgaben übernehmen. Dies kann die Kinder/Jugendlichen stärken, da sie hilfreich sein können und in der schwierigen Situation aktiv unterstützen können. Wichtig ist, dass die Verantwortung nicht zu groß wird und die Kinder noch Zeit haben, sich mit Freund:innen zu treffen oder ihren Hobbys nachzugehen.

Für Sie als Elternteil und auch für Ihre Kinder kann es hilfreich und eine Entlastung sein, sich Unterstützung zu suchen, wo auch immer es möglich ist. Häufig haben Sie Anspruch auf eine Haushaltshilfe, mehr Informationen hierzu im Abschnitt Sozialleistungen auf S. 20.

Insgesamt kann für Familien ein gemeinsamer Plan nützlich sein. Dieser kann für jede Familie etwas anders aussehen.

Hier finden Sie ein Beispiel für einen Plan für den Alltag, z.B. bei Krankenhausaufenthalt eines Elternteils:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Wer bringt/ holt ab?							
Wer kocht?							
Wer bringt zum Sport?							
Wer bringt zu Bett?							
Freunde treffen							
Familienzeit							

Hinweise, die für die Planung des Familienlebens hilfreich sein können

- Sprechen Sie gemeinsam darüber, welchen Einfluss die Krankheit auf Ihr gemeinsames Familienleben und auf das Leben der einzelnen Familienmitglieder hat.
- Geregelter Abläufe und Routinen helfen Kindern wie auch Erwachsenen, ein Gefühl von Sicherheit, Planbarkeit und Stabilität zurückzugewinnen.
- Beziehen Sie Ihre Kinder in die Planung mit ein und geben Sie Ihnen das Gefühl, mitentscheiden zu können. Gemeinsam aufgestellte Pläne sorgen dafür, dass keine Bedürfnisse vernachlässigt oder übersehen werden.
- Nehmen Sie Hilfe an!



Mit Krebs leben

Krebsfreie Zeit

Durch die Erkrankung eines Familienmitgliedes rücken plötzlich ganz neue Themen und Aufgaben in den Familienmittelpunkt. In solchen Zeiten ist es besonders wichtig, trotz der Erkrankung ab und an krebisfreie Zeit zu gestalten, in der die Krankheit in den Hintergrund und gemeinsam verbrachte Zeit in den Vordergrund rückt.

Dies kann dabei helfen, Gedanken und Sorgen bezüglich der Erkrankung für ein paar Stunden beiseite zu schieben, Spaß zu haben und unbeschwerte Zeit miteinander zu verbringen.



Schaffen Sie schöne Momente, an die Sie sich in schwierigeren Zeiten erinnern können und die dabei helfen, diese besser durchzustehen. Es tut gut, sich ein klein wenig Normalität zu erlauben, insbesondere dann, wenn die Erkrankung einen Großteil dieser Normalität vertrieben hat.

Ideen zur Gestaltung von krebisfreier Zeit

- Jedes Familienmitglied darf sich eine Aktivität aussuchen, die er oder sie gerne gemeinsam mit der Familie teilen möchte.
- Planen Sie gemeinsam: Wer kommt mit? Wer plant was?
- Ermöglichen Sie es, wenn möglich, auch dem erkrankten Elternteil, an der Aktivität teilzunehmen, indem Sie ausreichend Raum für Erholung und Pausen einplanen.
- Versuchen Sie, in dieser Zeit Gespräche über die Krankheit so gut es geht zu vermeiden. Nutzen Sie den Raum für alles andere, das Ihnen und Ihren Kindern wichtig ist. Der Krebs hat in der Zeit Pause.

Emotionale Herausforderungen

Der Großteil der betroffenen Kinder kann die Belastungen der Zeit einer elterlichen Krebserkrankung gut meistern und zeigt keine langfristigen psychosozialen Folgen. Sind die wichtigsten Bezugspersonen weiterhin eine stabile Stütze und für das Kind auch emotional verfügbar, ist dies ein schützender Faktor. **Geht es den Eltern gut, dann gilt dies meist auch für die Kinder.** Die Turbulenzen einer Krebserkrankung und -behandlung führen jedoch manchmal dazu, dass Eltern sich nicht mehr als Stütze für ihre Kinder empfinden, sondern erst einmal selbst Unterstützung brauchen. Zögern Sie nicht, diese in Anspruch zu nehmen.

Angebote für psychoonkologische Unterstützung für Erkrankte und erwachsene Angehörige finden sie ab Seite 29.

Typische Reaktionen von Kindern und Jugendlichen

Im Umgang mit Krebs reagiert jedes Kind auf seine eigene Art und Weise. Dennoch lassen sich innerhalb der verschiedenen Altersstufen einige Reaktionen besonders häufig beobachten.



Säuglingsalter

Obwohl Säuglinge noch keine Vorstellung davon haben, was Krebs ist, registrieren sie dennoch, dass etwas in ihrem Umfeld anders ist. Vermehrte Abwesenheit des erkrankten Elternteils und die veränderte Familienatmosphäre können bei einem Kind im Säuglingsalter Trennungsängste sowie akute Existenz- und Überlebensangst auslösen, sodass es hier besonders **wichtig ist, dem Kind ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln. Feste beständige Bezugspersonen und Abläufe sind hierbei wichtig.**

Kleinkindalter (1-3 Jahre)

Kinder dieser Altersstufe fangen bereits an, Erklärungen für die Veränderungen in der Familie zu suchen. Die zeitweise Trennung vom erkrankten Elternteil wird oftmals als Bestrafung interpretiert und lässt die Kinder häufig glauben, dass sie etwas falsch gemacht haben und Mama oder Papa deshalb vermehrt weg sind. Der Verlust von Alltagsritualen führt zu großer Verunsicherung und es kommt nicht selten zu Rückschritten in der Entwicklung.

Tipps im Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern:

- Versuchen Sie, feste Abläufe zu etablieren und aufrechtzuerhalten, egal wer sich gerade um Ihr Kind kümmert.
- Versuchen Sie, Betreuungspersonen möglichst nicht zu oft zu wechseln.
- Geben/suchen Sie Körperkontakt (kuscheln, auf den Arm nehmen, ...), dies gibt Sicherheit und Geborgenheit.
- Suchen Sie sich Unterstützung/Entlastung für die Kinderbetreuung und den Haushalt.
- Beginnen Sie bei Kleinkindern mit ersten einfachen Erklärungen, damit die Kinder das Gesehene und die Dinge, die sie mitbekommen, einordnen können.

Kindergarten- und Vorschulalter (4-5 Jahre)

Kindergarten- und Vorschulkinder suchen häufig die Schuld für die Erkrankung bei sich („Ist Mama krank, weil ich böse war?“). Sie achten vermehrt auf den emotionalen Inhalt von Aussagen, sodass sie nicht primär darauf achten, was gesagt wird, sondern vielmehr, wie es gesagt wird. In dieser Altersstufe spielen deshalb emotionale Botschaften eine besonders große Rolle.

Tipps im Umgang mit Vorschulkindern:

- Versichern Sie Ihrem Kind, dass es keine Schuld an der Erkrankung trägt.
- Erklären Sie Ihrem Kind Veränderungen in der Tagesstruktur im Vorfeld, versichern Sie, dass gut auf es aufgepasst wird, auch wenn mal jemand anderes einspringt, wenn Mama und Papa nicht da sind.
- Ermutigen Sie Ihr Kind, Spaß zu haben und zu spielen.
- Kinder drücken ihre Gefühle und was sie beschäftigt oft über das Spiel oder Bilder aus. Achten Sie daher darauf, was Ihr Kind Ihnen für Hinweise gibt.
- s.a. Tipps im Umgang im Säuglingsalter und Kleinkindalter

Grundschulalter (6-11 Jahre)

Kinder dieses Alters möchten häufig möglichst tapfer mit der Erkrankung umgehen und den Eltern so wenig wie möglich zur Last fallen. Dies führt oftmals dazu, dass das wahre Leid der Kinder übersehen oder unterschätzt wird. Gedanklich beginnen die Kinder, sich mit dem Thema Tod auseinanderzusetzen und begreifen vermehrt, welche möglichen Folgen eine Krebserkrankung mit sich bringen kann. Der Forscherdrang und Wissensdurst ist im Grundschulalter zudem meist stark ausgeprägt.

Tipps im Umgang mit Schulkindern:

- Stellen Sie Ihrem Kind Informationen bereit (bspw. in Form von Sachbüchern, Ideen ab Seite 36), um dem Drang nach Wissen nachzukommen.
- Ermutigen Sie Ihre Kinder, Gefühle nicht nur über ein Gespräch, sondern auch über Musik, Schreiben oder Malen auszudrücken.
- Die tägliche Routine und das Ausüben von Hobbys können Ablenkung und Halt bieten.
- Unterstützen Sie Ihr Kind, indem Sie mit ihm besprechen, wie es ggf. mit Kommentaren durch Mitschüler:innen oder Gleichaltrige umgehen kann.
- s.a. Tipps im Umgang mit Kindern der jüngeren Altersgruppen

Jugendalter (12-17 Jahre)

Kinder und Jugendliche dieser Altersstufe zeigen ein besonders hohes Maß an Verantwortungsbereitschaft und versuchen häufig, die Erwachsenenrolle in der Familie zu übernehmen. Sie machen sich eigenständig auf die Suche nach Informationen und Antworten. Durch das Bedürfnis, einerseits die Familie zu unterstützen und andererseits nach mehr Autonomie zu streben, was in der Pubertät zur normalen Entwicklung gehört, kann es zu belastenden inneren Konflikten kommen. In diesem Alter kann es auch zu Rückzugstendenzen kommen und ein Gefühl von Überforderung entstehen sowie Ängste auftreten.

Tipps im Umgang mit Jugendlichen:

- Sprechen Sie es an, wenn Sie Veränderungen im Verhalten Ihres Kindes bemerken.
- Ermuntern Sie Ihr Kind, über Ängste und Gefühle zu sprechen, wenn nicht mit den Eltern, dann mit anderen Vertrauenspersonen oder Freundinnen und Freunden.
- Unterstützen Sie Ihr Kind dabei, eine Balance zu finden zwischen dem Wunsch nach Autonomie (Freunde treffen, selbstständig werden) und dem Wunsch, Zuhause zu sein und Zeit mit der Familie zu verbringen.
- Das hohe Informationsbedürfnis sowie Zugriff auf das Internet können schwierig sein. Sprechen Sie mit den Jugendlichen was verlässliche Quellen sind und über die Tücken einer ungeleiteten Recherche im Internet.
- s.a. Tipps im Umgang mit jüngeren Schulkindern

Sozialleistungen

Eine Krebserkrankung eines Elternteils kann Familien vor verschiedene **soziale, organisatorische und finanzielle Herausforderungen** stellen, insbesondere wenn ein Elternteil beruflich oder zu Hause ausfällt.

In solchen Situationen besteht möglicherweise ein Anspruch auf verschiedene Sozialleistungen.

Diese können Sie und Ihre Familie beispielsweise durch

- Zuzahlungsbefreiung bei der Krankenkasse
- Erstattung von Fahrtkosten
- Anerkennung eines Pflegegrades oder einer Schwerbehinderung,
- Haushaltshilfe,
- Rehabilitationsmaßnahmen
- oder durch Hilfen vom Jugendamt

unterstützen. **Welche Unterstützungsmöglichkeiten Ihnen zustehen, können Sie im Rahmen einer Sozialberatung erfahren.**

Befreiung von den gesetzlichen Zuzahlungen bei der Krankenkasse

Die Zuzahlung für alle Leistungen der Krankenkasse entfällt (z.B. Zuzahlung für Medikamente, Zuzahlung für Taxifahrten), wenn man die Belastungsgrenze im Kalenderjahr erreicht und eine Zuzahlungsbefreiung beantragt. Dann stellt die Krankenkasse eine Bescheinigung aus, die bestätigt, dass für den Rest des Kalenderjahres keine Zuzahlungen mehr erforderlich sind.

Der Antrag kann oft auf der Webseite der Krankenkasse heruntergeladen werden.

Erstattung von Fahrtkosten

Die Kosten für Behandlungsfahrten können in einigen Fällen von der Krankenkasse übernommen werden, bspw. zu stationären Therapien sowie für Chemotherapie/Bestrahlung. Dies gilt auch für Patienten mit Schwerbehindertenausweis (Merkzeichen „aG“, „Bl“, „H“) oder Pflegegrad >3. Bei Pflegegrad 3 muss zusätzlich eine dauerhafte Mobilitätsbeeinträchtigung ärztlich festgestellt sein.

Die Krankenkasse muss dies vorab genehmigen.

Anerkennung einer Schwerbehinderung

Wenn Sie an Krebs erkrankt sind, können Sie einen Schwerbehindertenausweis beantragen, der Ihnen in einigen Fällen Vergünstigungen und Nachteilsausgleiche ermöglicht, wie z.B. Steuererleichterungen, verminderte Eintrittspreise oder Mitgliedbeiträge bei Institutionen und Vereinen, früherer Beginn des Rentenbezugs.

Haushaltshilfe

Eine Haushaltshilfe ist eine fremde oder verwandte Person, die im Haushalt unterstützt, wenn der haushaltsführende Elternteil aufgrund einer schweren Erkrankung oder eines Krankenhaus-, Reha- oder Hospizaufenthalts ausfällt. Eine Haushaltshilfe übernimmt Aufgaben wie bspw. Einkaufen, Kochen, Waschen und die Kinderbetreuung. Die Kosten werden übernommen, wenn **mindestens ein Kind unter 12 Jahren im Haushalt lebt und der haushaltsführende Elternteil ausfällt**. Es gibt verschiedene Kostenträ-

ger, die eine Haushaltshilfe stellen oder die tariflichen und üblichen Kosten bei Hilfe durch eine:n Bekannte:n erstatten.

Eine Haushaltshilfe muss immer schriftlich beantragt werden, meist bei der Krankenkasse oder Rentenversicherung (Kostenträger).

Die Gewährung der Haushaltshilfe ist meist auf wenige Wochen beschränkt und muss dann ggf. neu beantragt werden. Auch der Stundenumfang ist unterschiedlich.

Rehabilitationsmaßnahmen

Können stationär als Anschlussheilbehandlung unmittelbar nach der Behandlung oder im Rahmen der Nachsorge erfolgen.

In einigen Einrichtungen (Reha- und Kurkliniken) können Kinder mitaufgenommen werden und es gibt auch spezialisierte Mutter-/Vater-Kind-Kuren nach überstandener Krebserkrankung mit spezieller Unterstützung auch für die Kinder.

Hilfen vom Jugendamt

Können z.B. eine

Ambulante Familienpflege [Wurde der Antrag auf Haushaltshilfe sowie der Widerspruch abgelehnt, kann beim Jugendamt ein Antrag auf ambulante Familienpflege (§20 SGB VIII) gestellt werden.]

Sozialpädagogische Familienhilfe [Hilfen zur Erziehung zur Unterstützung bei familiären Problemen, in Krisen und Notsituationen zur Stabilisierung der Familiensituation.]

Erziehungsbeistand [Hilfe zur Erziehung, die darauf abzielt, Kinder und Jugendliche in ihrer individuellen und sozialen Entwicklung zu unterstützen]

sein.

Eine **Sozialberatung** kann Ihnen helfen, herauszufinden, welche Sozialleistungen Ihnen zustehen. Sie unterstützt auch bei Fragen zur finanziellen Situation bei Krankheit, zu Schwerbehinderung, Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag oder bei Pflegebedürftigkeit sowie beim Weg zurück in den Alltag (AHB, Reha) oder dem Wiedereinstieg in den Beruf, die Schule oder die Kita. Darüber hinaus bietet sie Hilfe bei Antragsstellungen.

Bei Fragen oder Informationsbedarf zu Sozialleistungen oder sozialrechtlichen Themen können Sie sich an die Sozialdienste Ihrer behandelnden Klinik, an ambulante Krebsberatungsstellen und Beratungsstellen der zuständigen Sozialleistungsträger (z.B. Ihrer Krankenkasse, Rentenversicherungsträger, Sozialamt, der Bundesagentur für Arbeit oder Jugendamt) wenden.

Eine Übersicht über ambulante Krebsberatungsstellen finden Sie ab Seite 29.

Abschied

Leider ist nicht jede Krebserkrankung heilbar und in einigen Fällen kann die Erkrankung dazu führen, dass man sich von einem geliebten Menschen verabschieden muss.

Der bevorstehende Tod eines Elternteils ist eine stark belastende und herausfordernde Situation für Kinder ebenso wie für alle anderen Familienangehörige, Freundinnen und Freunde sowie die Erkrankten selbst. Es kann Ihnen als Eltern schwer fallen, Ihren Kindern mitzuteilen, dass Ihre Erkrankung nicht mehr heilbar ist. Gerne würden Sie diese Nachricht Ihren Kindern ersparen und sie schonen. **Miteinander über die Situation ins Gespräch zu kommen, kann Ihren Kindern helfen, sich auf einen nahenden Tod vorzubereiten und die Zeit miteinander bewusster zu verbringen.** Dies bietet Ihnen und Ihrer Familie die Gelegenheit und Zeit, Abschied voneinander zu nehmen.

Abschied gestalten

Für ein Gespräch kann es hilfreich sein, das Kind darauf vorzubereiten, dass Sie ihm etwas Trauriges mitteilen müssen. Im Gespräch ist es wichtig, keine falschen Hoffnungen zu machen. Genaue Details sind oft nicht notwendig.

Gerade bei jüngeren Kindern, denen das Gefühl für zeitliche Abstände noch fehlt, kann es helfen, wenn man zunächst nur auf den Aspekt „dass Mama/Papa nicht mehr gesund wird“ eingeht und erst von Tod und Abschied spricht, wenn dies zeitlich deutlicher absehbar ist und/oder unmittelbar bevorsteht. Wenn Kinder zum ersten Mal mit dem Thema Sterben konfrontiert sind, kann es zu vielen Fragen kommen (z.B. „Hat Mama/Papa Schmerzen, wenn sie/er stirbt?“, „Wann stirbt Mama/Papa?“, „Was passiert beim Sterben?“). Die Fragen helfen Kindern oft, sich zu orientieren und es ist wichtig, diese ernst zu nehmen und mit dem Kind zu besprechen. Ältere Kinder/Jugendliche benötigen meist genauere Informationen, bzw. fühlen sich übergangen, wenn ihnen so wichtige Dinge erst verspätet mitgeteilt werden. Für Kinder jeden Alters ist es wichtig, zu wissen, dass auch weiterhin für sie gesorgt wird.

Beim Umgang mit Abschied, Verlust und Trauer braucht es für Kinder häufig einen Erwachsenen mit „Lotsenfunktion“. Jemanden, der sie an die Hand nimmt, ihnen Raum für Erklärungen, zum Verstehen und Begreifen gibt. Jemanden, der anbietet, sich gemeinsam zu verabschieden, der die Kinder auf Situationen vorbereitet sowie anbietet, sie bei der Trauerfeier zu begleiten oder bei Bedarf auch das Krankenzimmer oder die Trauerfeier gemeinsam zu verlassen, wenn es zu viel wird. Jemand, der ihnen zeigt, wie Trauer aussehen kann, der Möglichkeiten aufzeigt zum Bewahren von Erinnerungsstücken und Rituale zum gemeinsamen Erinnern anbietet.

Wenn Sie als Elternteil gerade nicht in der Lage sind, diese Aufgaben zu übernehmen, dann ist das nicht schlimm. Überlegen Sie, welche andere Person (Patentante/-onkel, gute/r Freund/in, Großeltern,...) Sie und Ihr Kind unterstützen kann.

Bieten Sie Ihrem Kind an, „dabei zu sein“, bei Krankenhausbesuchen, Besuchen im Hospiz, beim Verabschieden. Sollte Ihr Kind nicht zu Besuchen mitkommen wollen, versuchen Sie herauszufinden, ob dem Ängste oder Besorgnisse zu Grunde liegen, die man evtl. gemeinsam ausräumen kann. Machen Sie keinen Druck und achten Sie darauf, dass bei dem Kind keine Schuldgefühle ausgelöst werden, wenn sich Ihr Kind nicht zutraut, sich von Mama/Papa nochmal zu verabschieden. Bieten Sie dann die Möglichkeit, indirekten Kontakt (über Bilder, Briefe, etc.) herzustellen.

Genaue Erläuterungen wie ein Besuch/Abschied aussehen kann („Du kannst Mama nochmal streicheln...“, „Wir bringen Papa ein Bild mit und lesen ihm was aus deinem Lieblingsbuch vor.“) sowie Erklärungen in der Situation zu allen Eindrücken (wie Geräuschen, Gerüchen, ggfs. medizinischen Geräten etc.) helfen Ihrem Kind, sich in der Situation zu orientieren und zurechtzufinden.

Gerade kleineren Kindern ist die Endgültigkeit des Sterbens noch nicht bewusst. Es kann sein, dass Ihr Kind Sie fragt, „wann Mama/Papa wieder kommt/wieder aufwacht?“ oder aber ob es nun „eine neue Mama/einen neuen Papa bekomme?“. Altersadäquate Erklärungen sind trotzdem wichtig, auch wenn die Kinder die volle Tragweite z.T. erst später verstehen können. Kinderbücher zum Thema Sterben und Tod können es für Sie leichter machen, mit Ihrem Kind darüber ins Gespräch zu kommen und ihm alles behutsam und altersgerecht zu erklären.

Buch- und Literaturtipps ab Seite 38

Sollten Sie unsicher sein, ob Sie und Ihr Kind der Situation gewachsen sind oder damit umgehen können, zögern Sie nicht, sich professionellen Rat und Unterstützung zu holen.

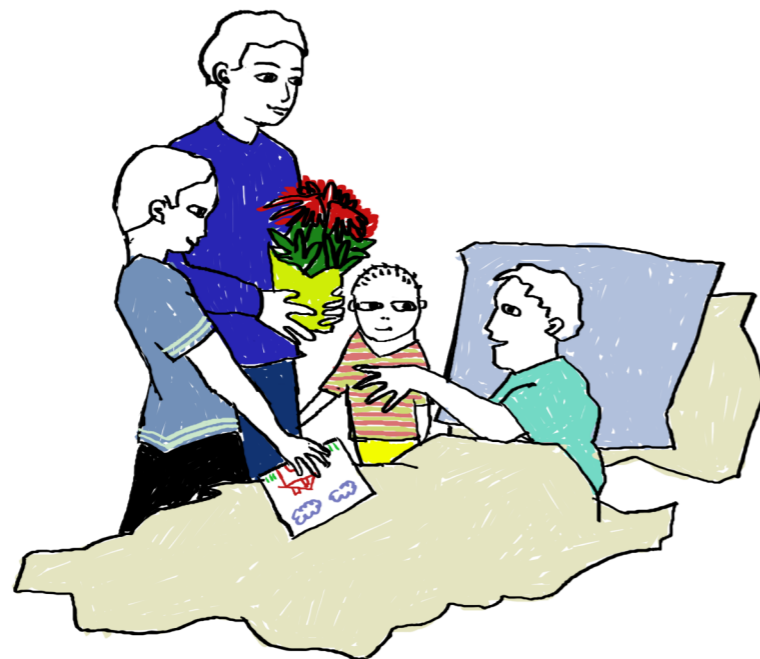
Adressen und Kontakte zu Anlauf-/Beratungsstellen ab Seite 26



Abschied

Ideen zur Gestaltung des Abschiednehmens

- Vielen Hinterbliebenen scheint es beinahe unmöglich, das Kind über den Verlust einer nahestehenden Person zu informieren. Schieben Sie das Gespräch nicht vor sich her, sondern sprechen Sie mit dem Kind so früh und so ehrlich wie möglich.
- Räumen Sie dem Kind die Möglichkeit ein, Fragen zu stellen. Viele Kinder haben sich mit dem Thema Tod bisher kaum auseinandergesetzt, sodass die Kinder sich von diesem zunächst eine genaue Vorstellung bilden müssen.
- Geben Sie dem Kind die Gelegenheit an der letzten Phase des Abschieds teilzunehmen, wenn es dies möchte. Gemeinsame Krankenhaus- und Hospizbesuche oder die Teilnahme an der heimischen Pflege geben dem Kind das Gefühl, ein Teil des Ganzen zu sein und aktiv Abschied nehmen zu können.
- Das Kind sollte zudem die Chance erhalten, aktiv am familiären Trauerprozess teilzunehmen. Der Besuch der Beerdigung oder die Gestaltung gemeinsamer Rituale in Gedenken an die verstorbene Person können dabei helfen, den Verlust zu verarbeiten.
- In Zeiten der Trauer ist es besonders wichtig, die weiterhin vorhandenen Familienressourcen zu aktivieren und zu nutzen. Seien Sie für einander da, sprechen Sie miteinander über Ihre Gefühle und festigen Sie die Beziehungen zwischen den restlichen Familienmitgliedern.
- Trauer kann sich ganz vielfältig äußern. Auch hier gilt: Jedes Gefühl ist berechtigt, jede:r trauert auf seine ganz eigene Art und Weise.



Kindliche Trauer

Als nicht erkrankter Elternteil erleben Sie den Verlust eines Elternteils mit den Kindern. Für Kinder ist die Zeit nach dem Versterben der engen Bezugsperson schwer. Manchmal macht ein solcher Verlust Familien „sprachlos“ und jeder trauert für sich allein. Versuchen Sie, auch wenn es Ihnen gerade schwerfällt, den Kindern mit Zuwendung zu begegnen und Ihnen zu zeigen, dass Sie für die Kinder da sind. Es hilft Kindern, sich mit ihrer Trauer, Ängsten oder auch Wut zu öffnen, wenn sie das Gefühl haben, nicht allein zu sein. Wenn Sie merken, dass Sie in dieser Zeit Hilfe brauchen, überlegen Sie, wer Sie, Ihre Kinder oder die Familie unterstützen könnte.

Kindliche Trauerreaktionen hängen oft eng mit dem Verstehen des Erlebten und dem Verständnis der Endgültigkeit des Sterbens zusammen.

Trauer kann sich durch Schlafprobleme, Ängstlichkeit (v. a. dass dem verbliebenen Elternteil ebenfalls etwas zustößt), Entwicklungsrückschritte, Gereiztheit, Rückzug, Bauch- oder Kopfschmerzen äußern. Sorge um den verbliebenen Elternteil und der Wunsch, diesen nicht zusätzlich belasten zu wollen, können dazu führen, dass Kinder ihre Trauer für sich behalten und versuchen, alleine damit fertig zu werden. **Dabei kann es hilfreich sein zu zeigen, dass man nicht nur für sich alleine trauern kann, sondern auch gemeinsam.** Gemeinsame Trauer kann hilfreich sein und bedeutet nicht, dass sich die Traurigkeit „verdoppelt“.

„Lange saßen sie da und hatten es schwer.
Aber sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost.
Leicht war es trotzdem nicht“.
Astrid Lindgren in „Ronja Räubertochter“

Wenn ein Elternteil verstorben ist, ist es wichtig, den Kindern zu vermitteln, dass der/die Verstorbene dennoch weiter ein Teil der Familie sein kann. Rituale und Gespräche über die Person können Familien helfen, sich gemeinsam an die Person zu erinnern. Es ist wichtig, den Kindern zu vermitteln, dass niemand außer der Krankheit Schuld am Tod der Mutter/des Vaters trägt.

Wichtig ist, dass Kinder und Jugendliche auch nach dem Tod eines Elternteils Kinder und Jugendliche bleiben dürfen. Das heißt, dass es erlaubt ist, auch wieder fröhlich zu sein, Freund:innen zu treffen und Spaß zu haben – ohne, dass dies bedeutet, dass man den verstorbenen Elternteil nicht vermisst und um ihn trauert.

Buch- und Literaturtipps ab Seite 38

Unterstützungsangebote

Bei der Darstellung der Inhalte in dieser Broschüre können wir nicht alle Themen berücksichtigen, Fragen beantworten oder auf alle Sorgen, die Sie möglicherweise haben, eingehen. Wie eine Familie die Situation erlebt und wie sie mit der Erkrankung umgeht, wird durch Erfahrungen, Einstellungen und die Gesamtsituation in der Familie beeinflusst.

Wenn Sie offene Fragen, Unsicherheiten oder das Bedürfnis nach weiterer Unterstützung für sich oder Ihre Familie haben, gibt es die Möglichkeit, diese in Form professioneller Hilfen zu nutzen. Im Folgenden stellen wir Ihnen Angebote in Hamburg und Umgebung vor, an die Sie sich wenden können.

Unterstützungsangebote für betroffene Familien und Kinder in Hamburg und Umgebung

Bei Unterstützungsbedarf in Bezug auf Themen, die Sie als Elternteil beschäftigen, oder wenn Ihre Kinder Unterstützung im Umgang mit der Erkrankung und dem neuen Alltag benötigen, kann es helfen, spezifische Unterstützungsangebote zu nutzen.

Hier finden Sie Informationen und Kontaktdaten für Unterstützungsangebote für Patientinnen und Patienten, Partnerinnen und Partner, Familien und Kinder mit einem krebskranken Elternteil aus Hamburg und der Umgebung.

Hinweis: Es handelt sich um eine Auswahl an Unterstützungsmöglichkeiten. Die Liste ist ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

QR-Code Krebsberatung für Familien

Öffnen Sie die Kamera Ihres Smartphones und halten Sie diese auf den Code, bis dieser richtig gelesen wurde. Wenn Ihr Handy mit dem Internet verbunden ist, erscheint nun ein Benachrichtigungsfenster, dass ein QR-Code entdeckt wurde. Wenn Sie darauf klicken, können Sie in Ihrem Browser bequem ohne Eintippen des Links alle Informationen zur Krebsberatung für Familien auf der Website des UKE nachlesen.



Krebsberatung für Familien Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Kontaktdaten

Adresse: Falkenried 88, Haus C
20251 Hamburg
Telefon: 040 / 18211 6330
E-Mail: familien-krebsberatung@uke.de
Website: www.uke.de/familien-krebsberatung

Sonstiges: Sprachen: Deutsch, Englisch
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

- Beratungsangebot für Familien mit Kindern, bei denen ein Elternteil an Krebs erkrankt ist (nach dem Hamburger COSIP-Konzept)
- Beratungsangebot für Familien, in denen ein Kind an Krebs erkrankt ist
- Früherkennung und Unterstützung der seelischen Belastung von Kindern und Jugendlichen
- Beratung zum Umgang mit der Erkrankung/ zu Belastungen
- Gesprächsangebote individuell und bedarfsgerecht im Einzel-, Paar- oder Familiengespräch, um ins Gespräch zu kommen, über die Krankheit, Wünsche, Ängste und Fragen und das, was sich schwer sagen lässt
- Sozialberatung über sozialrechtliche Aspekte sowie finanzielle Hilfsangebote

Stand der Informationen: 20.02.2024

Beratungsstelle der Stiftung Phönix Familien leben – mit Krebs

Kontaktdaten

Adresse: Kleine Reichenstraße 20
20457 Hamburg
Telefon: 040 / 44 58 56
E-Mail: beratung@phoenix.de
Website: www.phoenix.de

Sonstiges: Sprachen: Deutsch, Englisch,
Sprachmittler:in bei Bedarf
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

- Begleitung der gesamten Familie und/oder einzelner Familienmitglieder zu Bewältigungsstrategien im Umgang mit einer Krebserkrankung
- Systemisch-therapeutische Familien, Paar-, Eltern- und Einzelgespräche
- Gruppenangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Online-Meditationskurs
- Fortbildungen für (psycho-)onkologisch Tätige

Stand der Informationen: 10.04.2024

Unterstützungsangebote

Kindesglück & Lebenskunst e.V.

Kontaktdaten

Adresse: Gorch-Fock-Straße 13
22880 Wedel
Telefon: 0151 2272 6347
0151 2272 4906
E-Mail: info@kul-team.de
Website: www.kul.de

Angebotsinformationen

- Qualifiziert geleitete Kinder- und Jugendlichen-
gruppen
- Systemische Familienberatung
- Moderierte Gesprächsgruppen für Patient:innen
und Angehörige
- Unterstützte und begleitete Abschiednahme mit
Haus- oder Klinikbesuch
- Entlastung durch ehrenamtliche Familienpaten

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: ja

Stand der Informationen: 22.02.2024

Bremer Krebsgesellschaft e.V. PEGASUS- Jungen Menschen Flügel verleihen!

Kontaktdaten

Adresse: Am Schwarzen Meer 101-105
28205 Bremen
Telefon: 0421 4919 222
E-Mail: pegasus@bremerkrebsgesellschaft.de
Website: www.bremerkrebsgesellschaft.de

Angebotsinformationen

- Unterstützung von Kinder und Jugendliche während
der Krankheitszeit von Familienangehörigen
- Unterstützung in Krisensituationen und Begleitung
beim Abschied
- Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche
mit pädagogischer und musiktherapeutischer
Begleitung
- Einzelberatungen für Kinder und Jugendliche
- Gesprächsangebote für Eltern
- Das Angebot ist kostenfrei und wird über Spenden
finanziert

Sonstiges: Sprachen: Deutsch, Englisch
Zugang barrierefrei: ja

Stand der Informationen: 30.05.2024

Weitere Unterstützungsangebote

Hier finden Sie weitere Angebote, die psychologische oder psychosoziale Unterstützung im Verlauf der Erkrankung, von der Diagnose bis in die Nachsorge, anbieten. Für jedes Angebot sind die Kontaktdaten sowie weitere Informationen für Sie dargestellt. Alle Angebote, die dargestellt sind, befinden sich in Hamburg und im Hamburger Umland.

Spezialambulanz für Psychoonkologie

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Kontaktdaten

Adresse: Martinistraße 52
20246 Hamburg
Telefon: 040 / 7410 56803
die aktuellen Telefonzeiten finden
Sie auf der Homepage
E-Mail: psychoonkologie@uke.de
Website: www.ukh.de/ambulanz-
psychoonkologie

Angebotsinformationen

- Beratung zum Umgang mit der Erkrankung /
zu Belastungen für Betroffene und Angehörige
- Einzel-, Paar- und Familientherapie
- Gesprächsgruppen für Patient:innen und/oder
Angehörige
- Kreative Einzel- und Gruppenangebote
(Musik- und Kunsttherapie)
- Entspannungstraining und andere supportive
Therapiemethoden
- Krisenintervention
- Informationsveranstaltungen
- Vermittlung weiterer Anlaufstellen

Sonstiges: Sprachen: Deutsch, Englisch,
Französisch, Italienisch
Zugang barrierefrei: ja

Stand der Informationen: 22.02.2024

Unterstützungsangebote

Hamburger Krebsgesellschaft e.V.

Kontaktdaten

Beratungsstelle Eppendorf

Adresse: Butenfeld 18
22529 Hamburg

Telefon: 040 / 41 34 75 680

E-Mail: info@krebshamburg.de

Website: www.krebshamburg.de

Beratungsstelle Harburg

Adresse: Schloßmühlendamm 3
21073 Hamburg

Telefon: 040 / 30 09 22 27

E-Mail: harburg@krebshamburg.de

Website: www.krebshamburg.de

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: nein

Angebotsinformationen

- Informationen zur Krankheit Krebs
- Psychoonkologische Unterstützung und Begleitung von Menschen mit Krebs und ihren Angehörigen
- Soziale Beratung von Menschen mit Krebs
- Kriseninterventionen
- Informationsveranstaltungen
- Kreative Gruppenangebote (Kurse & Workshops)
- Entspannende und „bewegende“ Gruppenangebote (Kurse & Workshops)
- Fatigue Kurse
- Vermittlung weiterer Anlaufstellen

Stand der Informationen: 21.02.2024

Krebsberatung Stade Lebens- u. Sozialberatung für Krebspatienten e.V.

Kontaktdaten

Adresse: Gartenstrasse 2
21680 Stade

Telefon: 04141 / 677 44

E-Mail: info@krebsberatung-stade-buxtehude.de

Website: www.krebsberatung-stade-buxtehude.de

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

- Beratung zum Umgang mit der Erkrankung/ zu Belastungen
- Beratung zu Sozialleistungen u. sozialrechtlichen Fragen
- Informationsveranstaltungen
- Gesprächsgruppen für Patient/innen
- Beratung krebsbetroffener Eltern
- Vermittlung weiterer Anlaufstellen
- Raum für Begegnung

Stand der Informationen: 28.02.2024

AWO Landesverband Hamburg e.V. / AWO Krebsberatung

Kontaktdaten

Farmsen (Hauptstandort)

Marie-Bautz-Weg 11
22159 Hamburg

Eimsbüttel (Außensprechstunde)

Ambulanz Mammazentrum Hamburg
Schäferkampsallee 34
20357 Hamburg

Altona (Außensprechstunde)

AWO Gesundheitstreff Osdorf
Kroonhorst 9 c
20549 Hamburg

Telefon: 040 / 41 40 23 30

E-Mail: krebsberatung@awo-hamburg.de

Website: www.awo-krebsberatung.de

Sonstiges: Sprachen: Deutsch , Englisch
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

Unterstützung und Begleitung in Einzel-, Paar- oder Familiengesprächen:

- bei der Auseinandersetzung mit der Erkrankung
- beim Umgang mit Unsicherheiten, Ängsten und Trauer
- bei der Neuordnung des veränderten Alltags, z.B. auch bei Fragen zur beruflichen Zukunft
- bei Problemen in Partnerschaft, Familie und Freundeskreis

Information und Beratung zu folgenden Themen:

- sozialrechtliche Leistungen
- Fragen zu Rehabilitation, Grad der Behinderung, Pflege, Rente und wirtschaftliche Sicherung
- Selbsthilfegruppen und weitere Kurs- und Gruppenangebote
- weitere ambulante - Unterstützungsangebote Palliativangebote

Stand der Informationen: 13.03.2024

DRK-Landesverband Schleswig-Holstein e.V. Leben mit Krebs...und Kindern!

Kontaktdaten

Adresse: Klaus-Groth-Platz 1
24105 Kiel

Telefon: 0431 / 5 70 71 38

Website: <https://www.drk-sh.de/angebote/gesundheitslebenmitkrebs/kinderpaten.html>

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

- Kostenfreie Kinderbetreuung für Familien mit einem kreberkrankten Elternteil durch ehrenamtliche Kinderpaten
- Gesprächsgruppen/ Selbsthilfegruppen für Patient:innen und/ oder Angehörige
- An verschiedenen Orten in Schleswig-Holstein

Stand der Informationen: 20.02.2024

Unterstützungsangebote

Beratungsstelle der Sieb & Meyer Stiftung Leben mit Krebs

Kontaktdaten

Adresse: Auf dem Schmaarkamp 21
21339 Lüneburg
Telefon: 04131 / 60 47 41
E-Mail: info@sieb-meyer-stiftung.de
Website: www.sieb-meyer-stiftung.de

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: nein

Angebotsinformationen

- Psychoonkologische Beratung zum Umgang mit der Erkrankung/ zu Belastungen
- Beratung zu Sozialleistungen u. sozialrechtlichen Fragen
- Entspannungstraining, Heilsames Singen
- Beratung krebsbetroffener Eltern
- Beratung von Angehörigen
- Vermittlung weiterer Anlaufstellen

Stand der Informationen: 20.02.2024

Psychosoziale Krebsberatung Caritas Lübeck beim Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e.V.

Kontaktdaten

Adresse: Fegefeuer 2
23552 Lübeck
Telefon: 0451 / 79 94 61 13
E-Mail: krebsberatung@caritas-luebeck.de
Website: www.caritas-im-norden.de/dicv/caritas-luebeck/krebsberatung/krebsberatung

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

- Psychoonkologische Beratung zum Umgang mit der Erkrankung/Belastungen/Krankheitsverarbeitung
- Psychosoziale Beratung (beinhaltet alle Bereiche sozialer, finanzieller Art)
- Gruppenangebote (kann sich ändern, am besten aktueller Stand der Website entnehmen bzw. anrufen)
- Beratung krebsbetroffener Eltern

Stand der Informationen: 22.02.2024

Beratungsstelle Zeven der Krebsfürsorge Bremervörde-Zeven e.V.

Kontaktdaten

Adresse: Dr.-Otto-Straße 2
(OsteMed MVZ), 27404 Zeven
Telefon: 04281 / 7 11 78 66

Adresse: Brunsburg 4
27432 Bremervörde
Telefon: 04761 / 9 82 02 00

E-Mail: brv@krebsfuersorge.de
Website: www.krebsfuersorge.de

Sonstiges: Sprachen: Deutsch
Zugang barrierefrei: ja

Angebotsinformationen

- Beratung zum Umgang mit der Erkrankung/ zu Belastungen
- Beratung zu Sozialleistungen u. sozialrechtlichen Fragen
- Informationsveranstaltungen
- Sport nach Krebs Gruppen
- Kontakt zu Selbsthilfegruppen
- Beratung krebsbetroffener Eltern
- Vermittlung weiterer Anlaufstellen

Stand der Informationen: 22.02.2024

Unterstützungsangebote im Internet

Auch im Internet gibt es einige Angebote für erkrankte Eltern und ihre Kinder. Wie häufig bei Online-Angeboten gibt es eine große Auswahl und viele Internetseiten. Dies ist ein kleiner Ausschnitt von Angeboten, die hilfreich sein können:

Deutsche Krebshilfe

Kindern Krebs erklären: Buchtipps und Erklärvideos

<https://www.krebshilfe.de/blog/kindern-krebs-erklaren/>

Stand der Informationen: 22.02.2024

Flüsterpost e.V. Mainz

Flüsterpost e.V. Mainz – Unterstützung für Kinder krebskranker Eltern

www.kinder-krebskranker-eltern.de

Stand der Informationen: 22.02.2024

Pink Kids

Pink Kids – Plattform von Jugendlichen für Jugendliche, deren Mütter an Brustkrebs erkrankt sind

www.pink-kids.de

Stand der Informationen: 22.02.2024

Unterstützungsangebote

Unterstützungsangebote bei Trauer in Hamburg und Umgebung

Wenn Kinder einen wichtigen Menschen verlieren, verändert sich ihre Welt und das Leben. Manchmal kann es hilfreich sein, bei der Verarbeitung eines Verlustes professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Hier finden Sie Angebote in Hamburg und Umgebung, die Kinder und Jugendliche in ihrer Trauer professionell begleiten.

Diakonie Hamburg - Zentrum für Kinder und Jugendliche in Trauer

Raum für Trauer und Vertrauen
Beratung für Familien/Institutionen sowie Gruppenangebote für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Adresse: Sophienallee 24, 20257 Hamburg
E-Mail: kinderintrauer@diakonie-hamburg.de
Telefon: 040 / 30 62 03 80
Website: www.kinder-in-trauer.de

Stand der Informationen: 20.02.2024

Lacrima – Trauerzentrum für Kinder in Hamburg

Trauerbegleitung von Kindern.

Adresse: Helbingstraße 47, 22047 Hamburg
E-Mail: lacrima.hamburg@johanniter.de
Telefon: 040 / 65 05 44 70

Stand der Informationen: 20.02.2024

Lacrima – Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche (Quickborn)

Begleitung, Betreuung und Unterstützung für trauernde Kinder in 14-tägigen Gruppenstunden. Zeitgleich ein Angebot für die erwachsene Begleitperson.

Adresse: Justus-von-Liebig-Ring 18, 25451 Quickborn
E-Mail: lacrima.quickborn@johanniter.de
Telefon: 040 / 65 05 44 70 04106-653 532
Website: www.johanniter.de/lacrima-quickborn

Stand der Informationen: 14.02.2024

Malteser Hilfsdienst e.V. – Hospiz-Zentrum Bruder Gerhard

Sterbe- und Trauerbegleitung für sterbende Elternteile, deren Kinder und Angehörige

Adresse: Halenreihe 5, 22359 Hamburg
E-Mail: hospiz-zentrum.hamburg@malteser.org
Telefon: 040 / 60 33 001
Website: malteser-hamburg.de

Stand der Informationen: 21.04.2024

Verwaiste Eltern und Geschwister Hamburg e.V.

Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

Adresse: Bogenstraße 26, 20144 Hamburg
E-Mail: info@verwaiste-eltern.de
Telefon: 040 / 45 00 09 14
Website: www.verwaiste-eltern.de/kinder-jugendliche

Stand der Informationen: 20.02.2024

Doch etwas bleibt – ein Angebot des Hospiz Hospiz Bedburg Bergheim Elsdorf e.V.

Trauerchat für Jugendliche und junge Erwachsene

E-Mail: info@doch-etwas-bleibt.de
Website: www.doch-etwas-bleibt.de

Stand der Informationen: 20.02.2024

Trauerland - Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche e.V.

Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

Adresse: Schwachhauser Heerstraße 268 a, 28359 Bremen
E-Mail: info@trauerland.org
Telefon: 0421 / 69 66 72-0
Website: www.trauerland.org

Stand der Informationen: 20.02.2024

Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V.

Einzelbegleitung sowie Trauergruppen für Kinder und Jugendliche und Erwachsene (Angehörige/Zugehörige der Kinder) | Trauerfall Unterstützung für Schulen, Kindertagesstätten und andere pädagogische Institutionen

Adresse: Lerchenstr. 19a, 24103 Kiel
E-Mail: info@trauernde-kinder-sh.de
Telefon: 0431 / 260 20 51
Website: www.trauernde-kinder-sh.de/

Stand der Informationen: 20.02.2024

Die aufgeführten Adressen, Kontaktdaten und Angebote wurden bei Drucklegung auf ihre Aktualität überprüft. Wir möchten Sie dennoch bitten, sich bei gewünschter Kontaktaufnahme gegebenenfalls selbst vorher im Internet zu informieren, da sich die Informationen in der Zwischenzeit geändert haben könnten.

Buch- und Literaturtipps

Kinderbücher können helfen, mit den Kindern über bestimmte Themen ins Gespräch zu kommen oder Kindern etwas zu erklären. Es kann helfen, die Bücher zunächst allein anzuschauen, bevor Sie sie mit Ihren Kindern gemeinsam lesen.

Hinweis: Es handelt sich um eine Auswahl an Buch- und Literaturtipps. Die Liste ist ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Über die Erkrankung sprechen

- **„Manchmal ist Mama müde: Ein Kinderbuch zum Thema Brustkrebs“**, Judith Alder/ Anne-Christine Loschnigg-Barman, EMH Schweizerischer Ärzteverlag, 2011, ab 2 Jahren
- **„Was passiert in der Kinderklinik?“ – Das große Krankenhaus Wimmelbuch**, Alexandra Langenbeck, Verlag Friedrich Oetinger GmbH, 2023, ab 3 Jahren
- **„Wieso? Weshalb? Warum? Band 53: Was passiert im Krankenhaus“**, Andrea Erne/ Marion Kreimeyer-Visse (Illustratorin), Ravensburger Buchverlag, 2011, ab 4 Jahren
- **„Mama im Krankenhaus: Mama wird operiert“**, Susanne Pucher/Elisabeth Suchy (Illustratorin), Renate Bosmanszky Verlag, 2005, ab 3 Jahren
- **„Das ist Krebs: Ein Buch für Kinder über die Krankheit Krebs“**, Esther Tulodetzki, atp Verlag, 2011, ab 4 Jahren
- **„Tausche Gummibärchen gegen Drachenmedizin: Eine Geschichte über Krebs und Chemotherapie mit Erklärteil für kleine und große Leute“**, Dr. Anna Büntge/Ulrike Heidemann (Illustratorin), CreateSpace Independent Publishing Plattform Verlag, 2017, ab 4 Jahren
- **„Leos Papa hat Krebs“**, Sabine Brütting/Claudia Heinemann/Anke Hennings-Huep (Illustratorin), BALANCE Buch + Medien Verlag, 2018, ab 3 Jahren
- **„Ein Koffer voller Mama-Momente: Mama muss ins Krankenhaus“**, Anja Freudiger, BALANCE Buch + Medien Verlag, 2016, ab 4 Jahren
- **„Lia und die Erbsen oder Was ist Krebs“**, Urs Richle/Monika Axelrad, Books on Demand Verlag, 2018, ab 3 Jahren
- **„Der Drache mit den roten Augen“**, Astrid Lindgren, Oetinger Verlag, 1986, ab 4 Jahren
- **„Wann kommst du wieder, Mama?“**, Martine Hennuy/Sophie Buyse, Sauerländer Verlag, 2007, ab 5 Jahren
- **„Chemo-Kasper und seine Jagd auf die bösen Krebszellen“**, Deutsche Kinderkrebsstiftung, 2010

- **„Radio-Robby und sein Kampf gegen die bösen Krebszellen“**, Deutsche Kinderkrebsstiftung, 2011
- **„Wie ist das mit dem Krebs?“**, Sarah Roxana Herlofsen/Dagmar Geisler (Illustratorin), Gabriel in der Thienemann-Esslinger Verlag GmbH, 2018, ab 6 Jahren
- **„Alarm im Körperhaus“**, Prof. Marianne Franke/Willy Blaufelder/Helga Kasper (Illustratoren), Aulis Verlag Deubner, 2004, ab 7 Jahren
- **„Mein wunderschöner Schutzengel- Als Nellys Mama Krebs bekam: Eine Erzählung für Mütter und Kinder“**, Kerstin Hermelink/Eckhard Hundt (Illustrator), Diametric Verlag, 2005, ab 6 Jahren
- **„Als der Mond vor die Sonne trat“**, Gerhard Trabert, G. Trabert Verlag, 2000, ab 6 Jahren
- **„Paul hat Krebs“**, Eva Höschl/Jonas Höschl/Lukas Höschl (Illustratoren), edition buntehunde Verlag, 2006, ab 7 Jahren
- **„Mut im Hut: Meine Mama hat Krebs“**, Anne Spiecker, Kilian Andersen Verlag, 2017, ab 8 Jahren

Bücher/Broschüren für Eltern

- **„Plötzlich ist alles ganz anders – wenn Eltern an Krebs erkranken“**, Sylvia Broeckmann, Klett-Cotta Verlag, 2018
- **„Was macht der Krebs mit uns? – Kindern die Krankheit ihrer Eltern erklären“**, Sabine Brütting, BALANCE Buch + Medien Verlag, 2011
- **„Mama hat Krebs – Mit Kindern die Krankheit begreifen“**, Susanne Krejsa, Kreuz Verlag, 2004
- **„Mit Kindern über Krebs sprechen – Ein Ratgeber für Eltern die an Krebs erkrankt sind“**, Dr. Bianca Senf & Monika Rak, Verein „Hilfe für krebskranker Eltern e.V.“, 2004

Über Gefühle sprechen

- **„Wieso? Weshalb? Warum? Junior 32: Ängstlich, wütend, fröhlich sein“**, Doris Rübel, Ravensburger Buchverlag, 2010, ab 2 Jahren
- **„Weinen, lachen, wütend sein - dafür bin ich nicht zu klein!“**, Dagmar Geisler, Oetinger Verlag, 2006, ab 2 Jahren
- **„Das Farbenmonster“**, Anna Llenas, Christophorus Verlag, 2019, ab 3 Jahren
- **„Gebrauchsanweisung gegen Traurigkeit“**, Eva Eland, Carl Hanser Verlag, 2019, ab 3 Jahren
- **„Ein Dino zeigt Gefühle“**, Christa Manske/Heike Löffel, Mebes & Noack Verlag, 1996, ab 4 Jahren
- **„Ich und meine Gefühle“**, Holde Kreul/Dagmar Geisler (Illustratorin), Loewe Verlag, 2011, ab 5 Jahren
- **„Kleine Kinder, große Gefühle. Kinder entdecken spielerisch ihre Gefühle“**, Heike Baum/Theora Krummel (Illustratorin), Herder Verlag, 1999

- „Traurig sein ist okay!“, Michaelene Mundy, Sequoyah Verlag, 2004, ab 6 Jahren
- „Was macht man mit einem Problem“, Kobi Yamada, adrian Verlag, 2018, ab 6 Jahren

Über Abschied, Tod und Trauer sprechen

- „Leb wohl, lieber Dachs“, Susan Varley, Betz Verlag, 2009, ab 4 Jahren
- „Eines Morgens war alles ganz anders“, Barbara Davids, Lambertus Verlag, 2000, ab 3 Jahren
- „Jolante sucht Crisula: Die Geschichte einer unendlichen Freundschaft“, Sebastian Loth, NordSüd Verlag, 2010, ab 4 Jahren
- „Was ist das? fragt der Frosch“, Max Velthuijs, Sauerländer Verlag, 1994, ab 4 Jahren
- „Gehört das so?!: Die Geschichte von Elvis“, Peter Schössow, Carl Hanser Verlag, 2003, ab 5 Jahren
- „Weil du mir so fehlst“, Ayse Bosse/Andreas Klammt, Carlsen Verlag, 2016, ab 4 Jahren
- „Der Baum der Erinnerung“, Britta Teckentrup, arsEdition, 2013, ab 4 Jahren
- „Wo gehst du hin, Opa?“, Brigitte Endres/Marc-Alexander Schulze (Illustrator), aracarri Verlag, 2015, ab 4 Jahren
- „Ente, Tod und Tulpe“, Wolf Erbuch, Antje Kunstmann Verlag, 2007, ab 4 Jahren
- „Was mache ich nur mit meiner Trauer?“, Dagmar Geisler, Loewe Verlag, 2018, ab 5 Jahren
- „Und was kommt dann? Das Kinderbuch vom Tod“, Pernilla Stalfelt, Moritz Verlag, 2018, ab 5 Jahren
- „Adieu, Herr Muffin“, Ulf Nilsson/Anna-Clara Tidholm (Illustratorin), Moritz Verlag, 2002, ab 5 Jahren
- „Du wirst immer bei mir sein“, Hermann Inger/Carme Solé Vendrell (Illustratorin), Sauerländer Düsseldorf, 2005, ab 5 Jahren
- „Hat Opa einen Anzug an?“, Amelie Fried/Jacky Gleich (Illustratorin), Hanser Carl Verlag, 1997, ab 4 Jahren
- „Über den großen Fluss“, Armin Beuscher/Cornelia Haas (Illustratorin), Sauerländer Verlag, 2002, ab 4 Jahren
- „Erik und das Opa-Gespenst“, Kim Fups Aakeson/ Eva Eriksson, Oetinger Verlag, 2005, ab 4 Jahren
- „Matti und der Großvater“, Roberto Puimini/Quint Buchholz (Illustrator), Deutscher Taschenbuch Verlag, 2001, ab 6 Jahren
- „Für immer: Vierfarbiges Bilderbuch“, Kai Lüftner/Katja Gehrmann, Beltz & Gelberg Verlag, 2015, ab 5 Jahren

- „Die besten Beerdigungen der Welt“, Ulf Nilsson/Eva Eriksson (Illustrator), Moritz Verlag, 2018, ab 5 Jahren
- „Und was kommt nach tausend?“, Anette Bley, Ravensburger Buchverlag, 2011, ab 4 Jahren
- „Geht sterben wieder vorbei?“ Antworten auf Kinderfragen zu Tod und Trauer, Mechthild Schroeter-Rupieper, Gabriel Verlag, 2020, ab 5 Jahren
- „Sarahs Mama: Wenn die Mutter stirbt - ein Kinderbuch“, Uwe Saegner, hospizverlag, 2008, ab 5 Jahren
- „Mamas roter Pullover“, Jayde Perkins, Copenrath, 2023, ab 6 Jahren
- „Wie ist das mit der Trauer?“, Roland Kachler/Sandra Reckers (Illustratorin), Gabriel in der Thienemann-Esslinger Verlag, 2007, ab 8 Jahren
- „Radieschen von unten Das bunte Buch über den Tod für neugierige Kinder“, Katharina der Gathen, Klett Kinderbuch Verlag, 2023, ab 8 Jahren
- „Wie lange dauert Traurigsein?“, Maria Farm/Bianca Schaalburg (Illustratorin), Oettinger Verlag, 2014, ab 9 Jahren
- „Ein Stern namens Mama“, Karen-Susan Fessel, Oetinger Verlag, 1999, ab 10 Jahren
- „Servus Opa, sagte ich leise“, Elfie Donnelly/Christian B. Sadil (Illustrator), Oetinger Verlag, 1999, ab 10 Jahren
- „Einfach so weg“, Ayse Bosse/Andreas Klammt, Carlsen Verlag, 2018, ab 12 Jahren
- „Auf Wiedersehen Mama“, Elisabeth Zöller, Fischer Verlag, 2004, ab 12 Jahren
- „Maries Geheimnis“, Torill Eide, Deutscher Taschenbuch Verlag, 2001, ab 12 Jahren

Materialien Trauer/Abschied

- „Erinnerungen an...: Mein ganz persönliches Trauerbuch“, Corrie Wolters, Fischer Verlag, 2007, ab 6 Jahren
- „Abschied von Mama – Das Bilder-Erzählbuch zum Trösten und Erinnern für Kinder, die ihre Mama verlieren“, Sigrun Eder/Tanja Wenz/Evi Gasser (Illustratorin), edition riedenburger Verlag, 2017, ab 5 - 8 Jahren
- „Wohnst du jetzt im Himmel?: Ein Abschieds- und Erinnerungsbuch für trauernde Kinder“, Jo Eckardt, Gütersloher Verlagshaus, 2004, ab 8 Jahren

Impressum:

Herausgeber: Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE), Martinstraße 52, 20246 Hamburg | Verantwortlich: Prof. Dr. Carsten Bokemeyer (Hubertus Wald Tumorzentrum - Universitäres Cancer Hamburg (UCC Hamburg) und Prof. Dr. Dr. Martin Härter (Institut und Poliklinik für Medizinische Psychologie) | Redaktion: Prof. Dr. Laura Inhestern und Wiebke Geertz unterstützt durch Leslie-Maryse Melchior, Laura Lehmann | Gestaltung: Sabine Wuttke | Illustrationen: Luise Fiedler, Dresden | Druck: OSTERKUS[S] gGmbH | Stand: 08.2024 | Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträgern nur mit Genehmigung des Herausgebers.

