Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2025 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Kinder krebskranker Eltern

1. Das Wichtigste in Kürze

Wenn ein Elternteil an Krebs erkrankt, ist es wichtig,**frühzeitig** mit den Kindern über die Krankheit zu sprechen. Kinder spüren intuitiv, wenn Vater oder Mutter in Gefahr sind, und empfinden die **Ungewissheit als eine größere Belastung** als die Wahrheit. Manche Eltern möchten ihre Kinder schonen und die bedrohliche Wirklichkeit von ihnen fernhalten, aber Kinder merken, das "hinter ihrem Rücken" etwas vorgeht und fühlen sich mit ihren Bedenken allein gelassen und unsicher.

2. Was Kinder und Jugendliche wahrnehmen

Die Diagnose "Krebs" bringt Betroffene in eine emotionale Ausnahmesituation. Sie empfinden Wut, Trauer, Angst und Verzweiflung. Eltern wollen ihre Kinder schützen und deshalb einen "normalen" Alltag aufrechterhalten. Kinder und Jugendliche spüren aber eine veränderte Stimmung oder Veränderungen im Alltag, z.B. wenn ein Elternteil plötzlich mehr zu Hause ist, leiser gesprochen wird, das Gespräch verstummt, wenn Kinder den Raum betreten, oder viele Telefonate geführt werden. Dann suchen sie nach Erklärungen.

2.1. Praxistipp – Erfahrungen von Kindern und Jugendlichen

Die Broschüre der Bayerischen Krebsgesellschaft "Was Kindern und Jugendlichen hilft, wenn Eltern an Krebs erkranken" enthält Zitate von betroffenen Kindern und Jugendlichen über ihre Empfindungen bei einer Krebserkrankung eines Elternteils. Kostenloser Download unter www.bayerische-krebsgesellschaft.de > Informationen > Broschüren .
Die Broschüre ist in Deutsch, Englisch, Türkisch und Russisch erhältlich.

3. Den Begriff Krebs erklären

Die Eltern sollten sich ihrem Kind zum ausführlichen Gespräch zur Verfügung stellen und es zu Fragen ermuntern. Es hat keinen Sinn, den Begriff "Krebs" zu meiden, da die Gefahr besteht, dass das Kind auf anderen Wegen, über Nachbarn, Verwandte und Freunde, unvorbereitet davon erfahren könnte.

Kinder hören "Krebs" oft nur im Zusammenhang mit Sterben. Deshalb sollten Eltern ihrem Kind erklären, dass Krebs nicht zwangsläufig tödlich ist und dass alles unternommen wird, um wieder gesund zu werden. Es ist richtig, von positiven Beispielen aus dem Bekanntenkreis (bei Jugendlichen auch von der Erkrankung und Gesundung prominenter Menschen) zu berichten. Aber es ist wichtig, immer bei der Wahrheit zu bleiben und keine falschen Heilungsversprechen zu machen.

Eltern müssen nicht alle Details erzählen, sollten aber ehrlich auf Fragen antworten.

4. Angst und Schuldgefühle

Manchmal haben Kinder Angst, dass Krebs ansteckend ist und dass es jetzt gefährlich wäre, mit der kranken Mama oder dem kranken Papa zu kuscheln und zu schmusen. Es ist wichtig, dem Kind diese **Bedenken zu nehmen**.

Wenn Kinder den Grund für die veränderte Gefühlslage der Eltern oder verändertes Verhalten nicht kennen, suchen sie die Schuld bei sich und meinen, Streit oder Ungehorsam ist die Ursache. Eltern sollten ihren Kindern **altersgerecht** erklären, dass die Krebsdiagnose der Grund dafür ist, dass etwas anders ist als gewohnt.

Manche Kinder reagieren mit Alpträumen, Bettnässen, diffusen Ängsten, übertriebener Anpassung, Rückzug oder Aggression auf die emotionale Belastung durch die Krebserkrankung eines Elternteils. Offenheit der Eltern gegenüber ihren Kindern, deren Fragen und Ängste ernstzunehmen, die Bereitschaft innerhalb der Familie, gemeinsam darüber zu sprechen, und das Zeigen der eigenen Gefühle können helfen, mit dieser Belastung umzugehen.

5. Kindergarten und Schule

Es kann dem Kind helfen, wenn auch **Lehrer**/**Erzieher** über die Erkrankung Bescheid wissen. So bekommt es die nötige Rücksichtnahme, Verständnis und Trost, falls es sich anders verhält als gewohnt.

Bei Jugendlichen sollten solche Informationen nur nach Rücksprache mit dem "Kind" weitergegeben werden, denn: Teenager orientieren sich an Gleichaltrigen, sie wollen gleich (stark) sein und dazugehören. Da passen schwere

Krankheiten nicht ins Bild. Oft können sie die unbeschwerte Zeit mit ihren Freunden nutzen, um die Sorgen und Angste für kurze Zeit zu vergessen. So kann es für Jugendliche auch richtig sein, dass in der Schule keiner über die Krebserkrankung eines Elternteils Bescheid weiß, damit ein Stück "Normalität" erhalten bleibt.

6. Veränderung und Normalität

Manchmal kommt es in Familien zu Konfliktsituationen, weil die Eltern sich zwar einerseits wünschen, dass ihr Kind durch die veränderte Situation nicht belastet wird, sie aber andererseits enttäuscht über fehlendes Mitgefühl sind.

Es ist wichtig, Veränderungen klar zu kommunizieren, die den Alltag des Kindes betreffen: z.B. wer für das Kind kocht oder es vom Kindergarten abholt.

Die Eltern sollten versuchen, sowohl sich selbst als auch dem Kind gerecht zu werden: z.B. auf Ruhe im Haus bestehen, wenn sie müde sind. Dem Kind sollten Zeiten zugestanden werden, in denen das Leben "wie früher" ist: Freunde dürfen mitgebracht werden, Fernsehen oder Musik laufen. Kinder eines schwer kranken Elternteils brauchen Normalität und den Kontakt zu Gleichaltrigen, um die belastende Situation besser verarbeiten zu können und nicht zusätzlich aus der Gleichaltrigengruppe als Außenseiter herauszufallen. Das Kind sollte ermuntert werden, Spaß und Ablenkung zu haben, das ist ein wichtiger Ausgleich zum Alltag mit der Krankheit.

7. Buchtipps und weitere Informationen

- Sylvia Broeckmann: Plötzlich ist alles ganz anders - wenn Eltern an Krebs erkranken. 4. Aufl. Klett Verlag 2018, 19 €. ISBN 978-3-608-94605-5.
  Praktische Beispiele und Vorschläge der Autorin zeigen Eltern und anderen Erwachsenen, wie sie Kindern im Umgang mit der Erkrankung helfen können.
- Ausführliche Informationen mit wissenschaftlichen Quellen, Buchtipps und Anlaufstellen bietet zudem die Deutsche Krebsgesellschaft unter www.krebsgesellschaft.de > Basis-Informationen Krebs > Krebs und Psyche > Was Kindern krebskranker Eltern hilft .
- Beim Krebsinformationsdienst finden Sie unter www.krebsinformationsdienst.de > Leben mit Krebs > Krebs und Psyche > Wenn Eltern Krebs haben: Kindern die eigene Krankheit erklären umfassende Informationen, was Kinder und Jugendliche in welchem Alter verstehen können.

8. Wer hilft weiter?

- Tipps zum **Gespräch** mit Kindern geben psychosoziale **Krebsberatungsstellen** . Adressen vermitteln onkologische Arztpraxen oder der Krebsinformationsdienst unter der Telefonnummer 0800 4203040 oder per E-Mail an krebsinformationsdienst@dkfz.de. Regionale Anlaufstellen finden Sie auch im Internet unter www.krebsinformationsdienst.de > Service > Adressen und Links > Krebsberatungsstellen.
- Kontaktadressen für **Ehe- und Familienberatung** der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung online unter www.dajeb.de > Beratungsführer online .
- Informationen und Beratungsmöglichkeiten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene finden Sie beim **Flüsterpost e.V.** unter https://kinder-krebskranker-eltern.de .
- Die **Hilfe für Kinder krebskranker Eltern** berät und informiert Kinder sowie Angehörige wie Großeltern. Mehr Informationen unter www.hkke.org .
- Hilfreiche Anlaufstellen sind auch Erziehungsberatungsstellen, Schulpsychologen oder Schulsozialarbeiter.

9. Verwandte Links

Brustkrebs

Brustkrebs > Familie und Alltag

Prostatakrebs

Psychoonkologie

Tod und Trauer > Kinder

Kinder im Krankenhaus

Eltern in der Krise