

Wie kann ich mein Kind schützen?



Mit Ihrem Kind über die Erkrankung eines nahestehenden Menschen zu sprechen, ist eine große Aufgabe. Sicherlich fragen Sie sich wie Sie Ihr Kind vor Belastung schützen können. Um diese Frage zu beantworten, ist es zunächst wichtig zu überlegen, wodurch Ihr Kind belastet sein kann.

Vielleicht ist es naheliegend anzunehmen, dass bereits die Information über die Erkrankung belastend ist und dass es vielleicht ein guter Schutz für Ihr Kind wäre ihm nicht von der Erkrankung zu berichten. Wiederum kann es für Ihr Kind auch belastend sein zu erleben, wenn es große Veränderungen im Alltag gibt für die es keine

Erklärung hat, zum Beispiel weil es nichts über die schwere Erkrankung der Oma weiß, den Opa aber jeden Tag sehr traurig erlebt. **Dass sich Ihr Kind verunsichert, vielleicht auch traurig fühlt (oder auch ganz andere Gefühle erlebt), ist in dieser Situation normal – wenn Sie es informieren und auch wenn Sie es nicht informieren.**

Entscheidend für die Frage wie Sie Ihr Kind schützen können ist die Überlegung **welche Bedürfnisse für Ihr Kind in dieser ungewohnten Situation besonders wichtig sind.**

Ganz allgemein benötigen die meisten Kinder in einer Situation, die durch Unsicherheit und die Abwesenheit einer wichtigen Person geprägt ist (dies hängt natürlich von der Beziehung des Kindes zum erkrankten Menschen ab), **möglichst verlässlich verfügbare Bezugspersonen.**

- **Sie geben Ihrem Kind also bereits durch Ihre Anwesenheit und durch fürsorgliche körperliche Nähe – wenn Ihr Kind dies mag – Schutz.** Das bedeutet auch, dass es für Ihr Kind wichtig ist zu wissen, wo sie hingehen, wenn Sie das gemeinsame Zuhause verlassen und wann Sie wiederkommen.

- **Sie schützen Ihr Kind auch dadurch, dass wichtige Routinen (wie gemeinsames Essen, Lesen, zum Kindergarten/ zur Schule gehen) eingehalten werden und es Zeit mit anderen Kindern/ Jugendlichen verbringen kann.**
- Natürlich besteht ein wichtiger Schutz auch darin, **dass Sie als Erwachsene Ihre Belastung mit anderen Erwachsenen teilen und nicht mit Ihrem Kind.** Sie dürfen Ihrem Kind selbstverständlich zeigen, wenn Sie traurig sind. Es sollte jedoch erleben, dass andere Erwachsene für Sie da sind und/ oder dass Sie selbst nach einiger Zeit einen Weg aus der Traurigkeit finden und Ihre Aufmerksamkeit wieder auf Ihr Kind richten können.
- Wenn Sie mit Ihrem Kind sprechen oder ins Krankenhaus zu Besuch kommen, kann ein wichtiger Schutz darin bestehen, dass Sie sie nur Informationen geben, die Ihr Kind bereit ist aufzunehmen.

Selbstverständlich **sollte Ihr Kind nur zu Besuch kommen, wenn es selbst möchte.** Beim Besuch schützen Sie Ihr Kind mit einen „Schritt für Schritt-Vorgehen“. Informationen dazu finden Sie hier: **„Wie begleite ich mein Kind beim Besuch auf der Intensivstation?“**

