

Wenn es schwer wird

Orientierung für Familien mit schwerer Erkrankung

Familien mit einem schwer erkrankten Mitglied stehen vor großen Herausforderungen. Der Alltag verändert sich oft schlagartig mit der Diagnose. In dieser Zeit können Familie und Freund:innen wichtigen Halt geben – gemeinsam lassen sich Krisen besser tragen.



©AdobeStock_309576547_bignai

Krankheit in der Familie – was bedeutet das?

Kinder spüren sehr schnell, wenn es Mama oder Papa nicht gut geht. Oft wissen sie jedoch nicht, was los ist – und bleiben mit ihren Ängsten und Gefühlen allein. Vor allem jüngere Kinder können ihre Sorgen, Wut oder Ohnmacht noch nicht in Worte fassen. Häufig suchen sie nach eigenen Erklärungen und geben sich selbst die Schuld.

Darum brauchen betroffene Kinder besonders viel Sicherheit, Zuwendung und Orientierung.

Auch Partnerinnen und Partner fühlen sich in solchen Situationen oft überfordert und wissen nicht, wie sie unterstützen können.

Entlastend wirkt es, wenn innerhalb der Familie offen über die Erkrankung gesprochen wird – über Gefühle, Sorgen und darüber, was die Krankheit für den Alltag bedeutet. Offenheit hilft, die Situation anzunehmen und gemeinsam Wege zu finden.

Was kann helfen?

- Sprechen Sie mit Ihrer Familie über Ihre Krankheit und darüber, wie es Ihnen wirklich geht.
- Tauschen Sie sich mit anderen Betroffenen aus.
- Holen Sie Unterstützung – etwa bei den Familienberatungsstellen oder anderen professionellen Zentren mit Beratungsangeboten.

