



Bild: privat

Nach vorne blicken: Anke und Johannes Kattermann haben sich bewusst gemacht, was ihnen im Leben wichtig ist. Dazu gehört auch Hündin Leni, die vor einiger Zeit neu zur Familie kam.

„Es zieht einen mit“

Es geht nicht einfach weiter wie vorher – das musste Johannes Kattermann begreifen, als seine Frau vor fünf Jahren die Diagnose Brustkrebs erhielt. „Man ist als Partner nicht erkrankt, aber es zieht einen mit“, sagt der Mittfünfziger.

„Ich bin ein emotionaler Mensch“, erzählt Johannes Kattermann. Als er damals die Diagnose seiner Frau hörte, da ratterten bei ihm die Rädchen. „Ich hatte beide Eltern an Krebs verloren, ich wusste, was da auf einen zukommen kann“, erinnert er sich.

Und doch oder vielleicht gerade deswegen hat er nicht den Kopf in den Sand gesteckt, auch wenn der Schock für die Familie tief saß. Dass die Erkrankung, Behandlung und Genesung seiner Frau im Mittelpunkt stand, versteht sich von selbst. Doch wenn ein Mensch schwer erkrankt, durchlebt der Partner oder die Partnerin das Gleiche, heißt es, auch wenn dies selbst von den Betroffenen und vom Umfeld zunächst gar nicht so wahrgenommen wird.

„Es stimmt, dass Angehörige in so einem Fall oft im Schatten stehen“, betont die Psychoonkologin und Tanztherapeutin Elana Mannheim. Sie bietet

Paaren unterstützende Seminare an, die sich in solch einer Situation befinden. „Oft ist es so, dass Männer einer erkrankten Frau erst den eigenen Kopf unter dem Arm tragen müssen, bevor sie an sich selber denken“, hat sie beobachtet.

„Was können wir ändern?“

So weit ließ es Johannes Kattermann nicht kommen. Er stellte sich der Diagnose seiner Frau, immer mit dem Gedanken im Hinterkopf: „Es geht weiter“.

Und er suchte sich Unterstützung: „Ich hab mir überlegt, mit wem kann ich sprechen?“ Sehr hilfreich war für ihn der Austausch mit seinen Kolleginnen: „Mit ihnen konnte ich offen reden.“ Und es war ihm auch wichtig, dass sein Umfeld wusste, dass seine Frau an Brustkrebs erkrankt war.

Ein Gedanke, den die Kattermanns in die Tat umsetzten, war: „Was können wir ändern?“ Sie begannen sich bewusst zu machen, was ihnen im Leben wichtig ist und was eher belastete. Die drei Kinder waren schon groß, das machte Veränderungen leichter. Johannes Kattermann ließ sich auf ein neues Jobangebot im Gartenbau ein und konnte sich damit auch zeitlich mehr Freiräume schaffen. Seine Frau sprach sich erfolgreich dafür aus, das gemeinsam mit den Schwiegereltern finanzierte Haus zu verkaufen. Sie hatte es immer als Klotz am Bein empfunden. Auch haben beide Eheleute gelernt, sich auf die eigenen Bedürfnisse zu besinnen. So folgen sie nicht mehr dem über 30 Jahre eingeübten Automatismus, jeden Urlaub gemeinsam verbringen zu müssen, und genießen auch mal getrennt das jeweilige Lieblingsziel. „Dem Partner zuliebe“, das haben wir ziemlich abgelegt“, erzählt der Familienvater. Er will das nicht falsch verstanden wissen. Denn auch mal eigene Prioritäten zu setzen, sei keine Kritik am Gegenüber. Stattdessen tue man

sich auf diese Weise etwas Gutes, man sei dadurch positiver gestimmt und dies komme wiederum der Beziehung zugute.

Wieviel Raum gibt man der Krankheit?

Eine regelmäßige psychoonkologische Begleitung ist nicht sein

Psychoonkologie

Eine Krebserkrankung hat nicht nur körperliche, sondern auch seelische Folgen. Anzeichen von Belastung können Ängste und Niedergeschlagenheit sein – bei Betroffenen wie auch bei Angehörigen. Der Begriff Psychoonkologie vereint die Wörter psycho (Seele oder seelisch) und Onkologie (Wissenschaft, die sich mit Krebserkrankungen beschäftigt). Es geht also darum, bei der psychischen Bewältigung der Krebserkrankung zu begleiten und zu unterstützen. □