

Wo „Sterneneltern“ Rat finden und mit ihrer Trauer nicht allein sind

Von Susanne Schulz

Wie schlimm es ist, ein ungeborenes Kind zu verlieren, weiß Jennifer Gudra nur zu gut. In ihrer Selbsthilfegruppe „Regenbogenkind“ finden Leidensgefährten Rat und Unterstützung. Am 27. Oktober stellen sich die Akteure gemeinsam mit vielen anderen Gruppen beim Selbsthilfe-Tag im HKB vor.

NEUBRANDENBURG. Manchmal tut Stille gut. Manchmal auch Reden. Vor allem mit Menschen, die wissen, was man gerade durchmacht – weil sie es selbst erlitten haben und noch erleiden. So ging es Jennifer Gudra auch, als sie ihr erstes Kind verlor, schon im vierten Schwangerschaftsmonat. Damals suchte sie den Austausch mit Leidensgefährten, ergriff die Initiative, scharte Menschen um sich, die Trost und Rat und Hilfe geben und/oder brauchen können.

Längst ist ihre Selbsthilfegruppe „Regenbogenkind – Trauer und Leben nach dem Tod eines Babys“ eine feste Größe in und um Neubrandenburg. „Wir sind ein starkes Team – auch wenn die Gründe, die uns zusammenführen, sehr unter-

schiedlich sind“, erzählt die Neubrandenburgerin. Ob Frauen eine Fehlgeburt oder einen Schwangerschaftsabbruch hinter sich haben oder eine „stille Geburt“ erleben mussten, weil ihr Baby tot zur Welt kam – ihnen allen ist gemeinsam, dass sie mit ihrer Trauer umgehen müssen.

„Egal wie groß oder klein, es war ein Leben, das man verloren hat“, sagt Jennifer Gudra, die sich dafür einsetzt, dass der Verlust eines Babys selbst im frühen Schwangerschaftsstadium nicht geringer gilt als der Tod jedes anderen Menschen. Immerhin gibt es inzwischen rechtliche Regelungen, dass Existenz und Tod dieser Kinder standesamtlich beurkundet werden kann; immerhin gibt es die regelmäßigen Trauer-Andachten, die von den Krankenhauseelsorgern des Klinikums für die Angehörigen tot- und fehlgeborener Kinder ausgerichtet werden.

Von „Sterneneltern“ spricht Jennifer Gudra, so wie von den Kleinen, die das Licht der Welt nicht erblicken konnten, als „Sternenkinder“ gesprochen wird. Jeden Monat trifft sich die Neubrandenburger Selbsthilfegruppe. Dabei ist es der Initiatorin wichtig, „in Trauer aktiv zu



Jennifer Gudra hatte nach dem Verlust ihres ersten Kindes die Selbsthilfegruppe gegründet. Kennenlernen kann man die Gruppe beim Selbsthilfetag Ende Oktober.

FOTO: SUSANNE SCHULZ

sein“, wie sie es beschreibt: Da geht es nicht darum, sich vom Verlust abzulenken, sondern damit umzugehen. Im Gespräch natürlich, aber

auch bei gemeinsamen Unternehmungen oder beim Basteln: „Jeder bringt Ideen mit ein.“

Schließlich gibt es auch für Jennifer Gudra Momente, in denen es ihr nicht gut geht – zumal sie den Verlust eines Kindes nicht nur einmal erleben musste. Nach dem Tod ihrer kleinen Miriam bekam sie zwei gesunde Söhne; eine weitere Schwangerschaft jedoch endete erneut mit einer Fehlgeburt. Dass sie den winzigen Jakob zu Hause zur Welt bringen konnte, statt einer Ausschabung im Krankenhaus, bedeutet ihr sehr viel: „Es ist schon heilend, das kleine Leben in der Hand halten und Abschied nehmen zu dürfen.“

Die Ungeborenen sind präsent im Familienleben; lebhaft und unbefangen wachsen die beiden Jungs mit dem Wissen um die Geschwister auf. Und auf die kleine Schwester, die bald zur Welt kommt, freuen sie sich ebenso sehr wie Mama Jennifer.

Die 30-Jährige weiß indessen auch sehr gut, dass eine neue Schwangerschaft nach dem Tod eines Ungeborenen bei allem Glück und aller Vorfreude zugleich mit großen Ängsten verbunden ist. In ihrer Gruppe begegnet sie ebenfalls Frauen, die solch gemischte Gefühle erleben. Umso wichtiger die Erfahrung, einander stärken zu können für einen neuen Lebensweg. „Meine Vögel-

chen“ nennt Jennifer Gudra jene Eltern, die sich dann gewappnet fühlen, die Gruppe zu verlassen.

Meist sind es Frauen, manchmal Paare, die sich der Selbsthilfegruppe anschließen. Dort finden sie nicht nur Kontakt, der ihnen durch schwere Zeiten hilft, sondern auch Rat, wohin sie sich sonst noch wenden können – bis hin zu psychologischer Betreuung.

Die leere Wiege, die nicht leer ist

Und sie erleben Mittel und Wege, mit der traumatischen Erfahrung umzugehen. Die leere Wiege ist eine solche Idee, von Jennifer Gudra selbst gebaut und gestaltet und letztlich natürlich nicht leer: Wer hinein greift, findet etwas, womit er sich beschäftigen kann. Eine Anregung, etwas tun zu können, der Trauer nicht tatenlos ausgeliefert zu sein.

Die Wiege wird Jennifer Gudra vielleicht auch dabei haben, wenn sie ihr Engagement am 27. Oktober beim Selbsthilfe-Tag im Haus der Kultur und Bildung in Neubrandenburg vorstellt. Dieser Fachtag in Zusammenarbeit mit dem Selbsthilfebeirat der Viertorstadt, dem DRK-Kreisverband, den Krankenkassen sowie der Stadt Neubrandenburg und dem Landkreis Seenplatte führt Akteure aus dem gesamten Landkreis zu Vorträgen und Gesprächen zusammen. Ein großes Spektrum wird da deutlich: von Diabetes bis Depression, von Adipositas bis Allergien, von Schlafproblemen bis zu Suchterkrankungen. Allein die Selbsthilfekontaktstelle in Neubrandenburg betreut mehr als 80 Gruppen in der Stadt und Umgebung.

Kontakt zur Autorin
s.schulz@nordkurier.de

Anzeige

Einmal in Aschenbrödels Schuh schlüpfen ...

NEU Das personalisierbare Kinderbuch

Die Wangen sind mit Asche beschmutzt, doch der Schornsteinfeger ist es nicht. Wer kann das sein? Richtig, unser Aschenbrödel – und bald auch Ihres! Entdecken Sie das personalisierbare Kinderbuch zum Kultfilm „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“. Einfach Namen und Haarfarbe angeben, schon verwandelt sich jedes Mädchen in die bezaubernde Hauptfigur eines der schönsten Märchen aller Zeiten.

Personalisieren Sie Namen und Haarfarbe Ihres Kindes.

JETZT VORBESTELLEN!

Ab November erhältlich!
Hardcover | Größe: A4 | handgezeichnete Illustrationen
48 Seiten | persönliche Widmung



29,90 €
(versandkostenfrei*)

*Aktion gültig bis 31.12.2018, ab 01.01.2019 zzgl. 3,50 Euro Versand, ab einem Bestellwert von 30 Euro versandkostenfrei!

Bestellcoupon für die individuelle Gestaltung Ihres Kinderbuchs

Vorname des Kindes (nur weiblich) max. 14 Zeichen

Haarfarbe Blond Braun Rot Schwarz

Lieferung Frau Herr Tel. f. evtl. Rückfragen

Vorname Nachname

Straße Hausnummer PLZ Bestelldatum

Ort

Unterschrift (bindend)

Bitte prüfen Sie Ihre Angaben sorgfältig. Fehler in der Personalisierung sind von der Reklamation ausgeschlossen.

Bitte senden Sie Ihr ausgefülltes und unterschriebenes Bestellformular ausreichend frankiert an:
mecklenbook, Postfach 110254, 17042 Neubrandenburg

Viel Staub aufgewirbelt für die neue Kaufhalle in Weitin

Von Thomas Beigang

Die Vorfreude ist groß in dem Neubrandenburger Vorort. Denn jetzt soll hier Wirklichkeit werden, was viele Einwohner lange vermisst haben.

NEUBRANDENBURG. Ganz offiziell mit vielen ersten Spatenstichen hat am Mittwoch der Bau eines neuen Supermarktes in Weitin begonnen. Das Unternehmen Netto Markendiscout (der „rote“ Netto) will hier gegenüber der Tankstelle im Mai 2019 den Verkauf starten. Bauherr Heiko Anker von der Berliner Projektentwicklungsgesellschaft Newtown lobte die Zusammenarbeit mit der Stadtverwaltung und der Stadtvertretung während der Bauplanung. So schnell, sagte er, könne es auch gehen. Oberbürgermeister Silvio Witt (parteilos) und CDU-Ratscherr Marco Mess-



Wirbeln Staub auf: Die Weitinerin Irmtraud Eckert, CDU-Ratscherr Marco Messner, Stadtpräsidentin Irina Parlow, Oberbürgermeister Silvio Witt und Patrick Muranko von Netto (von links) FOTO: T. BEIGANG

ner verwiesen dennoch auf die lange Zeit, die es gedauert habe, um die berechtigten Forderungen der Weitiner und des Malerviertels nach einer „eigenen“ Kaufhalle zu erfüllen. Dafür sei sogar der Platz gewechselt worden – ursprünglich sah der Plan einen Supermarkt am anderen Ende Weitins vor – am „Truckstop“. Weil die Fläche dort nicht sonderlich groß

war, lehnten viele Supermarkt-Ketten ab, in Weitin zu bauen.

Stellvertretend für die geduldigen Weitiner war Irmtraud Eckert zum ersten Spatenstich erschienen. Die 82-Jährige ist froh, bald wieder nur kurze Wege zum Einkaufen vor sich zu haben.

Kontakt zum Autor
t.beigang@nordkurier.de