

„Sternenkinder: Unterstützung für trauernde Eltern in Heidenheim“

In Heidenheim bietet eine Selbsthilfegruppe für Sterneneitern einen geschützten Raum für Austausch, Trauer und Trost.

Für viele Eltern ist es eine der herausforderndsten Erfahrungen im Leben: der Verlust eines Kindes, oftmals in einem sehr frühen Stadium. Dies gilt insbesondere für Sterneneitern, die vor, während oder kurz nach der Geburt ihrer Babys Abschied nehmen müssen. In Heidenheim hat sich nun eine Selbsthilfegruppe etabliert, die diesen Eltern Trost und Unterstützung bietet. Der Raum, der durch die Initiative von Sabine Neher geschaffen wurde, hilft den Betroffenen, ihre Trauer zu verarbeiten und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Ein Platz zum Austausch der Trauer

Die erfahrene Fachkraft Sabine Neher hat sich, nach mehr als 30 Jahren im Gesundheitswesen, auf die palliative Betreuung spezialisiert. Während ihrer Ausbildung entdeckte sie eine Lücke in der Betreuung von Sterneneitern in der Region und entschloss sich, gemeinsam mit Kimberly Dorner, einem weiteren aktiv betroffenen Elternteil, eine Selbsthilfegruppe zu gründen. Fast monatlich treffen sich nun Eltern in der Dischinger Arche. Hier können sie ihre Gefühle, Erfahrungen und Gedanken in einer geschützten Atmosphäre teilen und erfahren, dass sie mit ihrem Schmerz nicht allein sind.

Trauerbewältigung im Mittelpunkt

Der Verlust eines Kindes hat tiefgreifende Auswirkungen auf die Familie. Vanessa Gabel, die in der 31. Schwangerschaftswoche ihr drittes Kind verloren hat, beschreibt diese Zeit als extrem herausfordernd. Sie erlebte eine Flut von Emotionen: von Trauer und Wut bis hin zu einem Gefühl der Überforderung. Die Selbsthilfegruppe bietet ihr die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen über ihren Verlust zu sprechen und gleichzeitig Unterstützung von anderen Betroffenen zu erfahren. „Ich hätte mir gewünscht, dass es so etwas früher gegeben hätte“, sagt sie.

Unterstützung für Partner und Familie

Die Trauer um ein Sternenkind belastet nicht nur die betroffenen Mütter, sondern auch die Partnerschaften. Kimberly Dorner betont die Bedeutung der Kommunikation innerhalb einer Beziehung: „Das Reden mit dem Partner ist entscheidend.“ Bei den Gruppentreffen wird nicht nur geweint, sondern auch gelacht, was zur Erleichterung und zum gemeinsamen Heilungsprozess beiträgt. Diese Form der Unterstützung fördert nicht nur das individuelle Wohlbefinden, sondern kann auch die familiären Bindungen stärken.

Ein Licht für jedes verlorene Kind

Für die Teilnehmenden der Selbsthilfegruppe ist es nicht nur wichtig, über ihre Kinder zu sprechen, sondern auch, sie symbolisch zu ehren. Bei jedem Treffen wird für jedes verstorbene Kind eine Kerze entzündet, die während des Austauschs brennt. Diese Geste dient nicht nur der Erinnerung, sondern schafft auch ein Gefühl der Gemeinschaft unter den Eltern, die ähnliche Herausforderungen durchleben.

Hilfe für alle betroffenen Eltern

Die Selbsthilfegruppe richtet sich nicht nur an Eltern aus Heidenheim, sondern auch an Interessierte aus umliegenden Regionen. „Wir möchten das Thema aus der Tabuzone herausbringen und zeigen, dass niemand allein ist mit seinem Schmerz“, erklärt Neher. Die Gruppe bietet nicht nur emotionale Unterstützung, sondern auch die Möglichkeit für neue Freundschaften. Wer mehr über die Gruppe erfahren möchte, kann sich über die Webseite von Sabine Neher informieren oder direkt Kontakt aufnehmen.

- **NAG**

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de