

## Selbsthilfegruppe

### Welche Selbsthilfegruppe ist für mich die Richtige?

Es gibt zurzeit im Bereich Hannover nur sehr wenige Gruppen, die speziell für früh verwaiste Eltern gedacht sind. In anderen Gruppen treffen sich Eltern, deren Kinder in höherem Alter, z.B. durch Unfälle oder Erkrankungen gestorben sind. Eine Elterngruppe hat sich speziell zu dem Schwerpunkt Suizid gegründet. In der Regel fühlen sich die Eltern von sehr früh verstorbenen Kindern hier nicht richtig platziert. Bitte informieren Sie sich dazu!

Organisationen: [www.veid.de](http://www.veid.de)

[www.stillgeboren.de](http://www.stillgeboren.de)

### Die geführte Selbsthilfegruppe „Leere Wiege“

#### Offene Gruppe

Geführt bedeutet hier, dass eine professionelle Leitung die Verantwortung für die Gruppe übernimmt. Sie gibt durch vorbereitete Themen Anregungen zu verschiedenen Bereichen in der Trauerbewältigung.

Wir treffen uns alle zwei Wochen dienstags um 19:30 Uhr in Hannover – Kirchrode. Die Abende haben eine Struktur. Zunächst gilt es „Anzukommen“. Dazu dient ein Text oder auch ein Musikstück. In der Anfangsrunde wird berichtet, was oben auf liegt, wie es den Einzelnen geht. Dann wenden wir uns dem jeweiligen Thema zu. Dies kann sein: Reaktionen (oder fehlende Reaktionen) der Umgebung auf den Tod des Kindes, Rückkehr in der Alltag, hilfreiche Rituale oder auch das unterschiedliche Trauerverhalten bei Mann und Frau. Es wird kreativ, manchmal in Kleingruppen oder auch körperlich gearbeitet.

Der Abend endet mit einer Abschlussrunde.

Regeln gibt es wenige. Verschwiegenheit nach außen wird vorausgesetzt. Wenn Tränen rollen, darf dass so sein, keiner springt auf und tröstet. Niemand wird aufgefordert sich aktiv an einem Thema oder Gespräch zu beteiligen.

Die Teilnehmerzahl variiert stark, weil diese Gruppe offen ist. So können sich hier 6, aber auch 18 Eltern treffen.

Das Angebot richtet sich an alle Eltern, deren Kind in der Schwangerschaft (auch durch einen Abbruch) bis rund um die Geburt gestorben ist.

Die Eltern können einmal oder über Jahre kommen. Die Teilnahme ist kostenlos.

#### Sonderveranstaltungen

Halbjährlich wird ein Programm mit

Sonderveranstaltungen herausgegeben. Hier können Eltern sich zu kreativen Arbeiten, Verwöhntagen oder auch speziellen Seminaren treffen. Für diese Veranstaltungen wird eine Spende erbeten. Die aktuellen Flyer können dazu angefordert werden.

#### Feste Gruppe

In unregelmäßigen Abständen werden feste, geführte Gruppen angeboten. Maximal 12 Personen treffen sich verbindlich einmal im Monat (ebenfalls dienstags) für neun Monate. In dieser vertrauten Gruppe sind meist intensivere Schritte auf dem Weg möglich.

#### Kontakt

Heidi und Ralf Blohmann  
[Blohmann-krueger@t-online.de](mailto:Blohmann-krueger@t-online.de)  
Tel.: 0511 / 58 26 44

