Selbsthilfegruppe „Verwitwet mit Kind“

Unser Weg zur Selbsthilfegruppe

Wir, Anja Kröninger und Alexandra Rohm, haben durch eine schwere Krankheit unsere Männer früh verloren. Nachdem die zunächst große Anteilnahme durch Freunde und Bekannte rasch abflaute, mussten wir erfahren, wie schwierig es ist, unseren Weg alleine mit den Kindern weiterzugehen. Unabhängig voneinander machten wir uns auf die Suche nach Gleichgesinnten. Es gibt in Regensburg mehrere Gruppen von Alleinerziehenden. Schnell stellten wir aber fest, dass die Teilnehmer sehr unterschiedliche Hintergründe (z.B. Trennung, Scheidung, etc.) mitbringen. Wir aber haben uns ja nicht freiwillig von unseren Partnern getrennt.

Eine große Stütze war mir, Anja Kröninger, der Hospizkreis und ich bin dankbar für deren Unterstützung. Trotzdem macht es einen Unterschied, ob man mit 60 oder 70 Jahren verwitwet ist oder sich als alleinstehendes Elternteil um noch minderjährige Kinder kümmern muss. Alexandra Rohm wandte sich mit Unterstützung durch Frau Murr von der Selbsthilfe-Koordinationsstelle KISS an die Mittelbayerische Zeitung mit dem Ziel, „richtige“ Gleichgesinnte für eine Selbsthilfegruppe zu finden. So landeten wir schließlich beide bei der Selbsthilfe-Koordinationsstelle KISS in Regensburg. Über einen Artikel in der Mittelbayerischen Zeitung meldeten sich 9 Männer und Frauen, die sich in der gleichen Situation wie wir befanden. Im September 2010 trafen wir uns das erste Mal in den Räumen von KISS.

Gleichgesinnte tauschen sich aus

Bei den Gesprächen stellte sich schnell heraus, dass wir alle mit den gleichen Problemen zu kämpfen haben. Auch wenn der Tod des Partners bei einigen schon länger zurück liegt, ist es für die Betroffen meist immer noch schwer, sich in der neuen Lebenssituation zu Recht zu finden. Außenstehende glauben oft, dass nach einem Jahr das Schlimmste vorbei sei und verstehen nicht, dass für die Betroffenen das Thema lange präsent ist. Auch gilt es, die eigene Trauer auszuhalten und zusätzlich die Kinder in ihrem Schmerz aufzufangen. Viele sehen sich auch vor finanziellen Schwierigkeiten und haben Probleme, wieder in ihren Beruf einzusteigen. Selbst in der eigenen Familie stößt man nicht immer auf Unterstützung und Verständnis. Deshalb ist es gut, genau das in unserer Selbsthilfegruppe zu finden.

Alexandra Rohm (links im Bild) und Anja Kröninger (rechts im Bild) laden Gleichgesinnte herzlich zu den regelmäßigen Treffen der Selbsthilfegruppe „Verwitwet mit Kind“ ein.

Auch Kinder wollen trauern

Ein besonderes Anliegen sind uns die Kinder. Sie werden oft übersehen. In der Schule wird erwartet, dass sie funktionieren wie alle anderen. Die meisten Lehrer wagen es nicht, das Thema anzusprechen. Dabei wäre es so wichtig, den Kindern zu zeigen, dass sie in ihrer Trauer wahrgenommen und respektiert werden. Damit sich auch unsere Kinder und Jugendlichen mit Gleichgesinnten austauschen können, treffen wir uns in gewissen Abständen zu gemeinsamen Freizeitaktivitäten.

Einladung für Neue

Neue sind uns jederzeit herzlich willkommen, egal wie lange sie schon verwitwet sind. Wir treffen uns regelmäßig jeden 1. Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr im Haus der Parität/ KISS in der Landshuter Straße 19 in Regensburg (nicht in den Schulferien).

Weitere Informationen zu uns sowie unsere Kontaktdaten gibt es auf unserer Internetseite auf
www.vmk.seko-bayern.org

Anja Kröninger und Alexandra Rohm