

In der Trauer vereint

Selbsthilfe In der Sternenkinder-Gruppe helfen sich Eltern früh verstorbener Kinder seit 15 Jahren durch ihre eigenen Erfahrungen. *Von Verena Schühly*

Nicht alle Schwangerschaften enden nach 40 Wochen glücklich.“ Sabine Jakob hat diese erschütternde Erfahrung gemacht. Ihre Tochter Emma-Rosa kam 2005 schwer krank zur Welt. „Wir hatten sie nur einen Tag bei uns.“ Dann starb das Kind. Vor 14 Tagen hat die Familie den 15. Geburtstag Emma-Rosas gefeiert, sie wäre jetzt ein Teenager. Sabine Jakob hat sich dabei gedacht: „Ich kann ihr jetzt wohl kein Einhorn mehr aufs Grab stellen, schließlich will ich ihr als Mutter nicht peinlich sein.“

Solche Gedanken sind für manche Menschen absonderlich, nicht aber für Eltern von Sternenkindern. Sie eint die Erfahrung, ihre Kinder ganz früh verloren zu haben. Manche schon vor der Geburt. Und dennoch sind die Sternenkinder in den Familien anwesend, sind Teil der gemeinsamen Geschichte – und sie werden auch älter, wie ihre lebenden Geschwister.

Eigenen Weg finden

Seit 15 Jahren gibt es in der Region Ulm die Sternenkinder-Gruppe. Sie trifft sich jeden dritten Donnerstag im Monat im katholischen Gemeindehaus in Gögglingen. Manchmal sind acht Frauen und Männer da, an anderen Tagen sind es doppelt so viele. Einige kommen regelmäßig über viele Jahre, andere docken nur kurz an oder dann, wenn ihnen danach ist.

Manche haben ihre Kinder gar nicht in den Arm nehmen und verabschieden können wie Sabine Jakob und ihr Mann, sondern haben sie früh in der Schwangerschaft verloren oder sich aufgrund einer medizinischen Dia-



Auch ein Ritual der Sternenkinder-Gruppe: Jedes neue Mitglied bekommt ein kleines Stoffherz, das man als Erinnerung bei sich tragen und festhalten kann.
Foto: Verena Schühly

gnose für einen Abbruch entschieden.

„Hier können wir über unsere Kinder sprechen“, sagt Jakob. Außerhalb ist das häufig ein Tabu-Thema, weil es andere aus Angst oder Unsicherheit verstummen lässt. „Wir sind vereint in der Trauer um unsere Kinder.“ Dabei ist Trauer kein eindeutiges und immer gleiches Gefühl, sondern ein Prozess: „Jeder muss seinen eigenen Weg da durch finden“, fügt Gabi Richter an, die

ebenfalls zum Leitungsteam gehört.

In der Gruppe „halten wir miteinander das aus, was man anderen nicht zumuten kann“, beschreibt Sabine Jakob eine vielfach gemachte Erfahrung. Denn die Sternenkinder-Eltern können mit vermeintlich gut gemeinten Ratschlägen wie „Du musst nach vorn schauen“ oder mit der Erwartung, dass mit einem Folgekind alles wieder gut ist, wenig anfangen. Viele Frauen fallen

dann erst in ein tiefes Loch. So wie Barbara Conrad-Grüner: Als ihre weiteren beiden Kinder aus dem Größten raus waren, spürte sie in sich auf einmal das Bedürfnis, dass ihre verstorbene Tochter Loni „auch ihren Platz in meinem Leben braucht“. So kam sie vor drei Jahren zur Gruppe und engagierte sich im Team.

„Für ein Sternenkind gibt es keinen Ersatz“, macht Sabine Jakob deutlich. Jedes Treffen der Gruppe beginnt damit, dass die

Eltern für jedes Kind eine Kerze anzünden und seinen Namen sagen. Für Jakob ist das ein wichtiges Ritual: Einmal im Monat kann sie so Emma-Rosa in den Mittelpunkt stellen. Das kommt sonst im Trubel ihres Berufs- und Familienalltags zu kurz. Den restlichen Inhalt des Gruppenabends bestimmen die Teilnehmer mit den Themen, die sie jeweils mitbringen.

Treffen im Garten

„Wir haben zurückgefunden ins Leben“, beschreiben die drei Frauen ihre Erfahrungen unisono. „Für uns ist das ein Grund zu feiern, auch wenn das für andere vielleicht seltsam klingt.“ Schade nur, dass Corona eine große öffentliche Veranstaltung zum 15-jährigen Bestehen am 1. August unmöglich macht.

Stattdessen treffen sich die aktuellen und früheren Mitglieder der Sternenkinder-Gruppe in einem privaten Garten in Ehingen. Dabei werden sie auch bunte Luftballons aufsteigen lassen mit Grußkarten für ihre verstorbenen Kinder. Gabi Richter: „Unsere Kinder haben ihren unverrückbaren Platz in unseren Familien.“

Ganz kurzes Leben

Definition Sternenkinder nennt man Kinder, die während der Schwangerschaft, unter der Geburt oder kurz danach gestorben sind. Ihre Eltern nennen sich häufig Sternemütter und Sternenväter.

Kontakt Mehr Informationen über die Selbsthilfegruppe gibt es im Internet unter www.sternenkinder-ulm.de