

Pressedienst

24. Januar 2025

„Gemeinsam stark bleiben“ – neue Selbsthilfegruppe für Väter in Trennungssituationen



Torsten Grebe, 58, Sozialpädagoge und Supervisor, weiß aus eigener Erfahrung, wie schmerzlich eine Trennung und die damit verbundenen Veränderungen im Leben eines Vaters sein können. Im Sommer 2024 gründete er in Cuxhaven eine Selbsthilfegruppe für Väter vor, während und nach einer Trennung oder Scheidung. Doch bisher blieb die Resonanz aus. „Ich bin überzeugt, dass es viele Väter gibt, die ähnliche Probleme haben wie ich damals“, erklärt Grebe.

Für ihn war die Zeit vor vier Jahren, als seine eigene Ehe scheiterte, eine der schwersten Lebenskrisen. „Es hat mich zerrissen“, sagt er offen. Besonders schmerzhaft war der Kontaktabbruch seiner damals 13-jährigen Tochter, der bis heute nur sporadisch besteht. Doch genau diese persönliche Erfahrung macht ihn zu einem engagierten Ansprechpartner für andere Betroffene. „Es ist mir wichtig, nicht zu polarisieren. Der Fokus muss immer auf dem Wohl des Kindes liegen“, betont er.

Unterstützung in einer schwierigen Zeit

Grebe hat sich umfassend vorbereitet. In Gesprächen mit dem Väterzentrum Berlin und Experten aus Oldenburg holte er sich Anregungen für die Struktur und Zielsetzung seiner Selbsthilfegruppe. Dabei wurde ihm eines klar: Es gibt in der Region Cuxhaven keine vergleichbaren Angebote für Väter.

Die Treffen sollen immer am ersten Mittwoch im Monat im Begegnungszentrum Süderwisch stattfinden, jeweils ab 17 Uhr für etwa 90 Minuten. Grebe plant, die Gruppe durch Flyer bekannter zu machen, die an Orten ausliegen, die Väter häufig besuchen.

Die Selbsthilfegruppe richtet sich an Väter, die Schwierigkeiten haben, mit der Trennung von ihren Kindern umzugehen, die Orientierung suchen oder sich einfach austauschen möchten. Für Grebe steht das Kindeswohl klar im Vordergrund. Die Gruppe soll Väter dazu ermutigen, Verantwortung zu übernehmen und respektvoll mit der neuen Familiensituation umzugehen. „Vergesst nie: Ich bin das Kind von euch beiden“, zitiert Grebe aus einer bekannten Liste von Dr. Karin Jäckel, in der Aussagen von betroffenen Kindern gesammelt wurden. Für ihn bedeutet das, als Vater nicht in Konkurrenz mit der Mutter zu treten, sondern im Dialog zu bleiben und das Beste für das Kind zu tun.

Grebe ist optimistisch, dass die Selbsthilfegruppe mit der Zeit wachsen wird. Sollte der Bedarf bestehen, könnte sie später in ein fest etabliertes Angebot übergehen. „Es gibt so viele Väter,



die sich nach einer Trennung alleingelassen fühlen. Gemeinsam können wir einen Raum schaffen, in dem sie gehört werden und Unterstützung finden.“

Betroffene Väter sind eingeladen, sich bei den monatlichen Treffen mit anderen auszutauschen, neue Perspektiven zu gewinnen und Wege aus der Krise zu finden. Denn, so Grebe: „Es ist nie zu spät, etwas zu verändern – für uns selbst und für unsere Kinder.“

Wer Interesse hat, kann mit Torsten Grebe per E-Mail Kontakt aufnehmen: torstengrebe@gmail.com.

Das nächste Treffen findet am Mittwoch, 5. Februar, um 17 Uhr im Begegnungszentrum Süderwisch statt.

Hintergrund:

Der Paritätische ist ein politisch und konfessionell ungebundener Spitzenverband der freien Wohlfahrtspflege, Dachverband für Mitgliedsorganisationen und Anbieter eigener sozialer Dienstleistungen. Die Aufgaben des Kreisverbandes Cuxhaven sind äußerst vielfältig und werden in der gesamten Stadt und im Landkreis Cuxhaven geleistet. Diverse Organisationen sind Mitglied des Paritätischen Cuxhaven.

Weitere Informationen:

Der Paritätische Cuxhaven
Kirchenpauerstraße 1
27472 Cuxhaven
Tel.: 04721/ 57930
Mail: cuxhaven@paritaetischer.de
Internet: www.paricux.de
Facebook: Paritätischer Cuxhaven

Kontakt für die Presse:

Michaela Wehr
Tel.: 01520/2147105
Mail: wehr2000@aol.com