

„Wie eine Marionette“

Betroffene möchte Selbsthilfegruppe in Form einer Nähgruppe für traumatisierte Frauen gründen

VON ANDREA BECKMANN

Lüchow. Mittlerweile gibt es viele Tage und Momente, an denen sich das Leben von Marianne K.-P. ganz normal anfühlt. Sie fühle sich stark und selbstbewusst und sie fühle sich gut. „Es war ein langer Weg, vor allem weil meine eigene Familie mir nicht geglaubt hat. Von außen bekommt man immer das Feedback, als ob man nicht ganz richtig sei. Das ist schon schwer“, erklärt die 72-Jährige. Seit ihrer Kindheit leide sie an einem Trauma, hervorgerufen durch Miss-

brauch. Diese Belastungsstörung begleite sie ihr ganzes Leben. An Therapien habe sie im Laufe der Jahre alles durch- und mitgemacht. „Es war ein sehr harter Weg. Zu meiner Familie habe ich den Kontakt komplett abgebrochen. Es hat mir einfach nicht mehr gutgetan“, erläutert sie.

Ehrenamtlich ist die Lüchow-Dannenberglerin außerdem insgesamt sieben Jahre im Dannenberger Café Zuflucht tätig gewesen. „Aber mit der Zeit haben mich die einzelnen Schicksale doch sehr mitgenommen, sodass ich am Ende sogar wieder in Depressionen verfallen bin. Daher habe ich dort die Reißleine gezogen“, erläutert die gelernte Schneidermeisterin.

Aus diesem Loch habe sie sich selbst herausziehen können und möchte nun auch anderen Betroffenen mit Belastungsstörungen die Möglichkeit geben, sich

zu treffen und auszutauschen. Daher sei sie auf die Idee gekommen, eine Selbsthilfegruppe in Form einer Nähgruppe für traumatisierte Frauen zu gründen. „Nähen ist kreativ und bringt unheimlich viel Spaß“, findet Marianne K.-P.

„Wir werden oft nicht wahrgenommen“

Es solle eine zwanglose Veranstaltung sein. „Wenn sich daraus Gespräche ergeben, ist es gut. Aber etwas zu tun, ist besser, als sich gegenüberzusitzen, denke ich. Denn oft fällt es den Betroffenen schwer, über ihre Traumata zu sprechen“, weiß sie aus eigener Erfahrung. Sina Strauchmann von der Selbsthilfekontaktstelle in Lüchow hält die Nähgruppe für eine ideale Möglichkeit, denn „dadurch, dass es in erster Linie um das Nähen geht, wird keine Teilnehmerin



Marianne K.-P. möchte eine Nähgruppe für traumatisierte Frauen gründen.

Foto: A. Beckmann

das Gefühl haben, dass sie gleich über ihre Probleme reden muss, sondern es geht erst einmal da-

rum, sich kennenzulernen.“ Für Marianne K.-P. ist es zudem wichtig, dass man von der Gesell-

schaft akzeptiert werde. „Wir werden oft nicht wahrgenommen. Wenn es einem schlecht geht, weil man etwas Schlimmes erlebt hat, wird das oft nicht akzeptiert. Man fühlt sich wie eine Marionette. Daher finde ich es wichtig, sich untereinander auszutauschen und auch zu stärken.“ Sie selbst habe mittlerweile keine Hemmungen mehr. „Ich benutze meine Ellenbogen und stehe zu meiner Meinung, egal, was die anderen davon halten.“

Das erste Treffen ist für Donnerstag, den 6. Februar, von 19 bis 20.30 Uhr im Gemeindehaus der Dannenberger St.-Johannis-Kirchengemeinde, An der Kirche 4a, geplant. Eine eigene Nähmaschine ist mitzubringen. Weitere Infos und Kontakt bei der Koordinatorin der Selbsthilfekontaktstelle Sina Strauchmann unter der Telefonnummer (05841) 9747377.