

Hilfe auf dem Weg zurück ins Leben

Trauerbegleiterin in Buxtehude: Helio Meißner richtet eine neue Gruppe ein – Anliegen: Den Schmerz besprechbar machen

Buxtehude (hag). Sie möchte dabei helfen, den Schmerz besprechbar zu machen und der Trauer Ausdruck zu verleihen. Sie möchte Betroffene auf ihrem Weg zurück ins Leben begleiten, denn Trauer hat viele Gesichter und lässt sich nicht in Schablonen pressen oder in Zeit bemessen. Helio Meißner weiß, wovon sie spricht. Sie ist Trauerbegleiterin und seit Anfang des Jahres für die Hospizgruppe Buxtehude im Einsatz.



Im September will die 54-jährige Jorkerin eine zusätzliche Trauergruppe eröffnen, die sich 14-tägig jeweils dienstags von 19 Uhr bis 21 Uhr in den Räumen der Buxtehuder Hospizgruppe im Stavenort 1 trifft. Die Gruppe ist überkonfessionell und richtet sich an Menschen, die ihren Partner verloren haben. „Keine Trauer gleicht der anderen. Trotzdem sind Betroffene bei uns unter Gleichgesinnten, treffen auf ein offenes Ohr und einen geschützten Raum, in dem sie geborgen sind und ihren individuellen Gefühlen freien Lauf lassen können. Sie erkennen, dass sie nicht alleine sind“, sagt Helio Meißner.

Helio Meißner will Mut machen und bietet Menschen Hilfe zur Selbsthilfe an. Foto: Aldag

Die Büroleiterin einer Hamburger Anwaltskanzlei hat Jura und Psychologie studiert. Das Thema Tod und Trauer beschäftigt die Jorkerin seit ihrem 30. Lebensjahr. Ein persönlicher Schicksalsschlag änderte seinerzeit ihr Leben. Von heute auf morgen war nichts mehr so wie es einmal gewesen war. Helio Meißner erkannte, wie sehr Tod und Trauer tabuisiert werden, sie befasste sich mit Verdrängung und Angst, vertiefte sich in Fachliteratur und arbeitete mit Selbsthilfegruppen. Hilfe zur Selbsthilfe anzubieten, wurde zu ihrem Credo. Eineinhalb Jahre dauerte die Ausbildung zur integrativen Trauerbegleiterin, die sie in Dresden absolvierte. Helio Meißner lernte viel, auch im Erfahrungsaustausch mit anderen betroffenen Frauen. Es entstanden Kontakte, die sie weiterhin pflegt.

Trauernden Mut machen, die eigenen Kräfte neu zu mobilisieren und den Wert der eigenen Person zu erkennen, ohne dabei den geliebten Verstorbenen und die Erinnerungen an ihn auszublenden, ist eines der erklärten Ziele in der überaus vielschichtigen Trauerbegleitung. Diese Trauerbegleitung setzt ein großes Einfühlungsvermögen für das individuelle seelische Befinden der Betroffenen voraus.

Damit Erwartungen nicht enttäuscht werden, möchte Helio Meißner mit allen, die sich ab September der neuen Trauergruppe anschließen wollen, Einzelgespräche führen. Termine lassen sich mit den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen der Buxtehuder Hospizgruppe vereinbaren – montags persönlich in der Zeit von 10 Uhr bis 13 Uhr im Stavenort 1 und telefonisch unter Telefon 0 41 61 / 59 77 67 (Anrufbeantworter). Mehr Informationen gibt es unter Web-Tipp: www.hospizgruppe-buxtehude.de

Artikel erschienen am: 13.08.2007