



# Medieninformation

## Hilfe zur Selbsthilfe: Aufbau einer Selbsthilfegruppe für geflüchtete Ukrainer\*innen

Universität Greifswald, 30.05.2022

In Greifswald entsteht eine Selbsthilfegruppe für Menschen aus der Ukraine. Organisiert wird diese vom Lehrstuhl für Gesundheit und Prävention des Instituts für Psychologie der Universität Greifswald in Zusammenarbeit mit der Caritas Greifswald. Netzwerkpartner ist das Psychosoziales Zentrum für Asylsuchende in Vorpommern im Kreisdiakonischen Werk Greifswald e.V. (PSZ). Die Gruppe wird von Ukrainer\*innen geleitet und möchte Betroffene bei Schwierigkeiten im alltäglichen Leben unterstützen. Das Projekt startet im Juni 2022 und sucht noch ehrenamtliche Mitstreiter\*innen sowie finanzielle Unterstützung.

---

Menschen auf der Flucht finden sich in sehr ungewohnten und angsteinflößenden Situationen wieder. Wenn sie dann dort "angekommen" sind, wo sie sich Hilfe erhoffen und wo sie voraussichtlich bleiben können, gibt es dennoch große Unsicherheit, begleitet von Sorgen über ganz alltäglich relevante Themen: "Was esse ich heute Abend?", "Wie funktioniert es mit der Anmeldung beim Amt?", oder "Wie finde ich Arbeit und werden meine Qualifikationen anerkannt?".

Als Hilfsangebot für Ukrainer\*innen will ein Team von Wissenschaftler\*innen und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen, ausgehend vom Lehrstuhl für Gesundheit und Prävention der Universität Greifswald und in Zusammenarbeit mit der Caritas Greifswald, eine Selbsthilfegruppe aufbauen und wissenschaftlich begleiten. Netzwerkpartner ist dabei das PSZ in Greifswald.

Die Selbsthilfegruppe soll von Ukrainer\*innen geleitet werden, die schon länger in Greifswald leben und die praktischen Lebensrealitäten der geflüchteten Menschen besser nachvollziehen und begleiten können. Ganz im Sinne der "Hilfe zur Selbsthilfe" sollen durch Erfahrungsaustausch und gegenseitige Begleitung niedrigschwellig psychologische Ressourcen gestärkt sowie ganz praktische und alltägliche Lebensherausforderungen bewältigt werden. Langfristig kann eine Selbsthilfegruppe das Gefühl von Orientierung und Kontrolle des eigenen Lebens in der Fremde fördern.

Die Pilotgruppe wird im Juni 2022 starten und sich wöchentlich treffen. Erkenntnisse aus der wissenschaftlichen Evaluation sollen genutzt werden, um die Selbsthilfegruppe langfristig zu etablieren. Die Leiter\*innen werden regelmäßig die Möglichkeit haben mit Psycholog\*innen Rücksprache zu halten. Angestrebt wird sowohl eine langfristige Anbindung an Versorgungsstrukturen zur Entlastung der ehrenamtlichen Helfer\*innennetzwerke, als auch eine Erweiterung solcher Angebote auf andere Geflüchtetengruppen, zum Beispiel Menschen afghanischer oder syrischer Herkunft.

Interessierte, die das Projekt durch ehrenamtliche Mitarbeit (z.B. als Dolmetscher\*in oder in der Evaluation der Selbsthilfegruppe) unterstützen möchten oder finanzielle Ressourcen zur Verfügung stellen können, melden sich bitte bei Thomas McLaren.

### Weitere Informationen

[Projekt-Webseite](#)

**Ansprechpartner an der Universität Greifswald**

Thomas McLaren

Institut für Psychologie

Lehrstuhl Gesundheit & Prävention

Robert-Blum-Straße 13, 17489 Greifswald

Telefon 03834 420 3814

[thomas.mclaren@uni-greifswald.de](mailto:thomas.mclaren@uni-greifswald.de)