

## „Nein, Nein, online treffen ist nicht mein Ding“

Kultursensible Selbsthilfe in Zeiten von Corona

Die Corona Pandemie stellt uns alle vor große Herausforderungen im privaten Leben sowie in der Arbeit der Lebenshilfe. Klar ist, wir wollen unsere Klient\*innen auch in der Corona Pandemie unterstützen und setzen unsere Arbeit so gut wie möglich fort. Aber was tun, wenn sich Selbsthilfegruppen nicht mehr treffen können und alle Kontakte so gut wie möglich vermeiden sollen?

### Kultursensible Selbsthilfe in der Lebenshilfe Hamburg

Das Projekt Kultursensible Selbsthilfe fördert den Zugang von Menschen mit Flucht/Migrationserfahrung zur Selbsthilfe. Im Rahmen des Projektes haben wir zwei aktive Selbsthilfegruppen bei der Lebenshilfe Hamburg, die sich jeweils einmal im Monat treffen. Ein Angebot richtet sich an Eltern mit Flucht/Migrationserfahrung und Kindern mit Behinderung, ein weiteres Angebot richtet sich an Menschen mit Flucht/Migrationsgeschichte und Behinderung sowie ihre Angehörigen. Wir tauschen uns aus, reden über Probleme und unseren Alltag, machen Ausflüge und lernen neue Leute kennen. Ende März sollte auch eine neue Gruppe für arabisch sprechende Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen starten.

### Geflüchtete Menschen und Corona Virus

Wegen des Corona Virus haben wir seit Mitte März alle Treffen abgesagt. Wir sind in regem Kontakt mit den einzelnen Teilnehmenden, um zu gewährleisten, dass es allen gut geht und alle die Informationen haben, die sie benötigen. Geflüchtete Menschen mit Behinderung sind von der Corona Pandemie besonders getroffen. Manche der Teilnehmenden berichten, dass es ihnen nicht gut geht. Sie leben in Gemeinschaftsunterkünften, in denen es schwer ist sich zu isolieren und Abstand zu halten. Küche, sanitäre Anlagen und Waschmaschine werden mit vielen anderen geteilt. Die Tagesstruktur durch den fehlenden Deutschkurs ist weggebrochen und vielen Aktivitäten kann nicht mehr nachgegangen werden, Treffen mit Freunden oder Nachbarn sind nicht mehr möglich, viele Menschen fühlen sich einsam. Für viele sind die regelmäßigen Treffen sehr wichtig. Ein Teilnehmer beschreibt unsere Treffen:

*„Ich brauche unbedingt wieder Selbsthilfegruppe, jedes Mal wenn ich euch in der Lebenshilfe treffe, fühle ich mich besser. Wenn ich mit euch frühstücke, rennt die Depression weg und ich fühle mich gut. Ich hoffe, dass wir uns bald treffen können.“*

Zudem fühlen sich manche nicht ausreichend informiert über die aktuelle Situation. Aufgrund mangelnder Deutschkenntnisse und der dynamischen Entwicklung der Pandemie, ist es schwer immer zu wissen welche Regelungen gelten und wie man sich verhalten soll. Andere beziehen ihre Infos über mehrsprachige Websites und Soziale Medien. Da die meisten Behörden nicht mehr persönlich erreichbar waren, gab es mitunter Probleme bei der Verlängerung von Aufenthaltspapieren und Leistungsbezügen, z.B. vom Jobcenter. Ein Geflüchteter mit Sehbehinderung berichtete, dass ihm ein Stein vom Herzen fiel, als wir ihm beim Auffüllen eines wichtigen Formulars unterstützten. Normalerweise macht dies das Sozialmanagement in seiner Unterkunft, Corona bedingt fiel dies aber weg.

## Kultursensible Selbsthilfe in Zeiten der Pandemie

Im Zuge der Kontakteinschränkungen haben wir viel über Möglichkeiten der online Selbsthilfe recherchiert und einzelne Selbsthilfegruppentreffen ersatzweise online angeboten. Die Teilnehmenden sind sich aber einig: Sie möchten sich lieber persönlich treffen. Einige meinen, man könne online seine Probleme nicht so gut erklären und Gesichtsausdrücke seien anders als im persönlichen Kontakt. „Nein, Nein, online treffen ist nicht mein Ding“.

Fehlender Internetzugang oder die technischen Voraussetzungen in den Unterkünften erschweren zudem die Teilhabe an online Selbsthilfetreffen und selbst bei gegebenen Voraussetzungen, scheinen diese für unsere Klient\*innen keine Alternative darzustellen: Sie wollen in Kontakt kommen, sich direkt in die Augen schauen und so mit der Hilfe der Gruppe ihre Probleme und ihre Sorgen austauschen. Wir hoffen, dass wir uns schnellstmöglich treffen können, wann bleibt bisher jedoch ungewiss.

Projekt Kultursensible Selbsthilfe  
Ansprechpartner\*in: Gesa Müller  
Telefon: (040) 689 433 – 19  
E-Mail: [Gesa.Mueller@LHHH.DE](mailto:Gesa.Mueller@LHHH.DE)