

## Geflüchtete privat aufnehmen – was es zu beachten gibt.

Viele Menschen bieten momentan an aus der Ukraine geflüchtete Personen bei sich privat aufzunehmen oder haben dies schon getan. Neben rechtlichen und finanziellen Fragen, sollten auch die psychischen Konsequenzen eines solchen Zusammenlebens bedacht werden, bevor jemand in die eigenen Wohnräume aufgenommen wird.

### Erwartungen erkennen und psychische Belastungen anerkennen.

- Die Menschen kommen mit Bedürfnissen, sind schwer belastet und zum Teil traumatisiert. Viele der Menschen suchen keine „neue Gemeinschaft“, sondern primär einen sicheren Rückzugsort und eventuelle psychosoziale oder psychologische Unterstützung oder Beratung in rechtlichen und finanziellen Fragen. Hinterfragen Sie daher Ihre Erwartungen und machen Sie sich mit möglichen Schwierigkeiten im Zusammenleben im Voraus vertraut.
- Bedenken Sie, dass die Menschen die traumatische Situation noch nicht hinter sich gelassen haben. Es kann sein, dass sie weiterhin täglich um Angehörige bangen, in Angst und Sorge sind. Es könnte sein, dass Sie nehmen Menschen auf, die viel weinen, deren Sorgen und Belastung sie miterleben, Menschen, die auf Ihre Hilfe angewiesen werden oder aber sich komplett zurückziehen und kaum Kontakt wollen. Können Sie sich vorstellen, mit verschiedenen dieser Situationen umzugehen?
- Überprüfen Sie vor der Aufnahme einer Person, ob Sie sich persönlich gerade psychisch und physisch stabil genug fühlen eine oder mehrere schwer belastete Personen zu unterstützen. Falls Sie helfen möchten, aber sich selbst aus anderen Gründen ausgebrannt, überfordert oder erschöpft fühlen, gibt es auch andere Möglichkeiten Betroffene zu unterstützen.
- Ihr Zuhause sollte sowohl für Sie, als auch für die aufgenommenen Personen einen sicheren Rückzugsort darstellen können.
- Sorgen Sie auch nach der Aufnahme der Personen für Ihre psychische Gesundheit. Sehen Sie dazu auch unsere Tipps zu psychischer Gesundheit.

### Sprachliche Barrieren überwinden

- Es kann zu sprachlichen und kulturellen Verständigungsproblemen kommen. Viele Ukrainer\*innen sprechen weder deutsch noch englisch.
- Nutzen Sie Übersetzungsplattformen um sich besser zu verständigen. Online und von vielen lokalen Netzwerken werden zudem Ukrainisch-Deutsch, Deutsch-Ukrainisch Crash Kurse angeboten. Ziehen Sie Verständnis dafür, wenn die geflüchteten Personen momentan noch keinen Kopf dafür haben Deutsch zu lernen. Versuchen Sie Ihnen entgegen zu kommen.

### Weitere Informationen

Wir haben hier nur einige erste Informationen zur psychosozialen Fragen bei der Aufnahme geflüchteter Personen aus Kriegsregionen aufgelistet. Ausführlichere Antworten, auch zu rechtlichen Fragen, finden Sie unter anderem unter:

- <https://www.proasyl.de/news/gefluechtete-aus-der-ukraine-privat-aufnehmen-tipps-und-hinweise/>
- <https://www.unterkunft-ukraine.de/offer>, <https://www.unterkunft-ukraine.de/faq>
- Ausführliche Informationen zu psychologischen Ersten Hilfe im Umgang mit geflüchteten traumatisierten Personen: <https://www.coe.int/en/web/pompidou/-/psychological-first-aid-for-ukrainian-people>
- Erkundigen Sie bei den zuständigen Ämtern und Anlaufstellen vor Ort.

