UNIVERSITÄT GREIFSWALD
Wissen lockt. Seit 1456

Medieninformation

Gemeinsam für psychische Gesundheit - Beratungsangebote über die Feiertage

Universität Greifswald, 19.12.2021

Knapp zwei Jahre Corona-Pandemie stellen viele Menschen weiter vor besondere Herausforderungen - gerade vor den Weihnachts- und Neujahrstagen. Die vor zwei Monaten gegründeten Initiative "Gemeinsam für psychische Gesundheit" hat kurzfristig zwei Hilfsangebote für psychisch belastete Bürger*innen in Greifswald und Umgebung entwickelt. Dies sind ein digitales Gruppenangebot sowie eine psychologische Impf-Beratung. Diese Angebote sind durch ehrenamtliches Engagement ermöglicht worden.

Die Uni-Initiative Gemeinsam für psychische Gesundheit wird von Prof. Dr. Eva-Lotta Brakemeier, Lehrstuhlinhaberin für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Greifswald geleitet. Ziel ist es, die Themen Prävention und Behandlung psychischer Erkrankungen stärker ins öffentliche Bewusstsein zu heben sowie Betroffene, Behandelnde und Wissenschaftler*innen zu vernetzen. "Wir möchten mit unseren Angeboten dazu beitragen, die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen abzubauen. Betroffene leiden an Feiertagen häufig intensiver, da subjektiv wahrgenommene Einsamkeit oder auch Konflikte als besonders belastend erlebt werden können. Darum freue ich mich sehr, dass wir über das Netzwerk so viele Unterstützer*innen gefunden haben, um über die Feiertage ein derartiges Angebot unterbreiten zu können", so Prof. Brakemeier.

Angebot 1 - Offenes digitales Gruppenangebot für psychisch Belastete und sich einsam fühlende Menschen während der Weihnachts- und Neujahrstage

Das offene digitale Gruppenangebot richtet sich an Menschen, die sich psychisch belastet fühlen und/oder sich einsam fühlen. Das Angebot findet - bei Wunsch auch anonym - online statt und wird geleitet von Prof. Dr. Eva-Lotta Brakemeier, Dr. Janine Wirkner sowie dem Initiator der Initiative "DepriBuddy", Alexander Liedke. Die sechs Sitzungen der Gruppe finden in der Zeit vom 20.12.2021 bis 04.01.2022 für jeweils etwa 60 Minuten um 16:00 Uhr via Zoom statt. Themen der Gruppe sind unter anderem die gemeinsame positive Gestaltung der Feiertage, ein Rückblick auf das Jahr 2021 einschließlich Chancen und Möglichkeiten für das neue Jahr und die Reflexion eigener Stärken und Ressourcen. Wünsche der Gruppenmitglieder können jederzeit mit eingebracht werden.

Interessierte können eine E-Mail an gemeinsampsychischgesund obscureAddMid() uni-greifswald obscureAddEnd() de schicken.

Angebot 2 - Beratung zur individuellen Impfentscheidung am Zentrum für Psychologische Psychotherapie

Der Druck auf Ungeimpfte steigt immer weiter und für manche Menschen ist der Gedanke an eine Impfung mit großen Ängsten, Zweifeln und quälenden Fragen nach Nebenwirkungen oder der Sicherheit des neuartigen Impfstoffs verbunden. Auch für Menschen mit einer besonders ausgeprägten Angst vor Spritzen mag der Gedanke an eine Impfung eine große Belastung darstellen. Für all jene, die mit solchen und ähnlichen Ängsten in Bezug auf die Impfung zu kämpfen haben, bietet der Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie eine ergebnisoffene Beratung zur individuellen Impfentscheidung an. Sorgen können besprochen und persönliche Vor- und Nachteile einer Impfung abgewogen werden. Auf Wunsch begleiten ehrenamtliche Helfer*innen auch die Klient*innen diskret und unter strikter Verschwiegenheit

zur Impfung. Bei Bedarf (z. B. zur Abklärung der Risiken bei bestimmten Vorerkrankungen etc.) wird mit Kolleg*innen der Universitätsmedizin kooperiert.
Die Beratungsgespräche finden online über Zoom statt. Bei Interesse ist eine Anmeldung unter gemeinsampsychischgesund obscureAddMid() uni-greifswald obscureAddEnd() de möglich.

Weitere Informationen
Interessierte Personen können sich gern per E-Mail direkt an die Initiative "Gemeinsam für psychische Gesundheit" wenden. Mehr Informationen zu den beiden Angeboten und der Initiative finden Sie auch unter www.psychologie.uni-greifswald.de/gemeinsam.
Informationsflyer zur Gruppenberatung kurz
Informationsflyer zur Gruppenberatung lang

Ansprechpartnerin an der Universität Greifswald
Prof. Dr. Eva-Lotta-Brakemeier
Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie
Zentrum für Psychologische Psychotherapie
Wollweberstraße 1-3, 17489 Greifswald
Telefon 03834 420 3716 **Über die Feiertage bitte Prof. Brakemeier per E-Mail kontaktieren.**
eva-lotta.brakemeier obscureAddMid() uni-greifswald obscureAddEnd() de