Beratung in Krisen
Teil 1 – Grundlagen

1 Begleitung und Beratung von Klienten in Krisen - ein Warnhinweis
2 Zum Einstieg – zwei Fallsituationen
3 Krisen – Merkmale, Verläufe, Einflussfaktoren, Risiken (und Chancen)
4 Kritische Lebensereignisse bei Kindern und Erwachsenen
5 Literatur

Block 14 Videolecture 1

Dr. rer. soc. Wolfgang Widulle
Institut für Beratung, Coaching und Sozialmanagement, Olten

© Wolfgang Widulle

n|w

Begleitung und Beratung von Klienten in Krisen - zuerst ein Warnhinweis

Achtung

Das hier Vermittelte ist nicht schon Krisen*intervention*

Krisenintervention ist institutionelle Aufgabe:

Sie muss konzeptionell, fachlich, personell breit abgestützt werden !

daher zu beachten

Krisenberatung und Krisengespräche

beinhalten besondere Risiken

Echtsituationen sind kein Feld für Probehandeln oder Training

Fokus liegt hier auf

Grundverständnis von psychischen Krisen

Methodische Aspekte der Gesprächsführung und Beratung

daraus folgt

Sicherheitsaspekte und reflexives Handeln

fachliche Absicherung und Kooperation

Grenzen eigenen Wissens und Könnens sehen

Vor allem für Praktika und Berufseinsteiger: keine Alleingänge!

© Wolfgang Widulle

n|w

Zum Einstieg – zwei Fallsituationen

Notfall – Erstgespräch in Opferhilfeberatung

Erika, 35, Opfer massiver ehelicher Gewalt,
Verzweiflung, Angst, sehr ernste Suizidgedanken.
Deutliche Beruhigung während des Gesprächs und
Überlegungen zum Eintritt in Frauenhaus

Erneute starke Panik beim Gesprächsende und die Ankündigung, alle ihr verfügbaren Medikamente zu nehmen.

Beraterin schätzt Situation als so ernst ein, dass Einweisung in Klinik erforderlich ist.

Sie überzeugt Erika von der Notwendigkeit eines Krankenhaus-aufenthalts – mit freiwilligem Eintritt Erikas in der Folge.

Stein 2009, 100

Krise – ambulante Krisenintervention in KIZ

Luise, 45, Erstgespräch nach Entgiftung in Allgemeinspital.
Seit 4 Jahren geschieden. 15-jährige Tochter zog vor drei Wochen völlig unerwartet zum Vater/Ex-Mann, verweigert seither Kontakt.

Luise arbeitet als Sekretärin, ihr Leben drehte sich aber in den letzten 4 Jahren um die Tochter.

L. ist verzweifelt, schlief schlecht, fühlt sich als miserable Mutter.
Schämt sich für Versagen, redet nicht mit vertrauten Menschen.
Rückzug, Krankmeldung, tagelang allein zuhause.
Suizidversuch mit Medikamenten, Einweisung in Allgemeinspital.

Nimmt Hilfe gern in Anspruch, viele Ressourcen.
Krisenintervention mit acht Sitzungen, erfolgreich abgeschlossen

Stein 2009, 24

© Wolfgang Widulle

Krisen – Merkmale, Verläufe, Einflussfaktoren, Risiken (und Chancen)

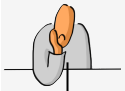
Grundbegriffe

nicht hierher gehören →

Traumatische Erlebnisse

Ausseralltäglich-lebensbedrohlich
z.B. Gewalt, Krieg, Katastrophen, Unfälle
„fight-flight-freeze", Dissoziation, *aber*
keine „Krise", Chancen fehlen
→ Traumatherapie

„Belastung"



durch herausfordernde Ereignisse/Lebensumstände
bei aktivierbaren Bewältigungsstrategien/Ressourcen *und*
bestehender Kommunikations-/Kooperationsfähigkeit
→ Beratung/Psychotherapie, reguläres Setting

„Krise"

Labilisierung psychosoziales Gleichgewicht *durch*
überfordernde Ereignisse / Lebensumstände *bei*
Versagen aller verfügbaren Bewältigungsmuster,
aber tragfähige Kommunikation/Kooperation
→ Krisenintervention

Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls
zeitliche Begrenzung (4-6 Wo., max. 3 Mon.)
langfristige Weichenstellung für Entwicklung
und damit auch: Chance zur Neuorientierung
Überfällige Veränderungen angehen

durch Eskalation zum →

„Notfall"

Verlust psychisches Gleichgewicht *bei*
eskalierter Gefährdungslage
+ Überforderung des sozialen Netzes
+ eingeschränkter Kommunikations-/Kooperationfähigkeit
→ Notfallintervention

Krisen entstehen durch →

Kritische Lebensereignisse

normative Entwicklungskrise

z.B. Geburt des ersten Kindes
Eigene Adoleszenz
Heirat
Auszug eigene Kinder
Tod der Eltern (betagt)

Merkmale KLE

Schädigung Person-Umwelt-Passung
Verlusterfahrung und affektiver Gehalt
Unkontrollierbarkeit und Überraschung
Erschütterung Weltbild, Selbstbild, Selbstwert
Restriktionen für Ziele + Handlungsspielräume
Wirkungsgrad (auf viele Lebensbereiche)
Systemrelevant (für Selbst oder Beziehungen)

nicht-normative Verlustkrise

z.B. Scheidung
unerwartete schwere Krankheit
Tod eigenes Kind
Tod der Eltern (jung)

Einflussfaktoren

wirken auf Entstehung und Verlauf

als Ressourcen oder Stressoren

Persönlichkeit

Psychodynamik der Person
Lebenserfahrung + Entwicklung

Reaktion der Umwelt

Bindungserfahrungen und Resilienz
Aktuelle Beziehungen als Ressource
Verstrickung soziales Umfeld: Problem
Umfeld als Auslöser

Subjektive Bedeutung

„Krise" ist eine subjektive Bewertung
Primary Appraisal: „Ist das ein Problem?"
Secondary Appraisal: „Kann ich es bewältigen?"

5 Neuorientierung

oft des gesamten Lebens
Tiefgreifende Lernprozesse
„Nichts ist mehr wie vorher"

Auslösesituation

Kleine Wirkung – grosse Ursache („Fass läuft über")
Heftigkeit, Unerwartbarkeit, Beeinflussbarkeit
Verlust- oder Entwicklungskrise?

Rebound

Rückschlag durch Angst,
Ambivalenz, Resignation

4 Lösungsversuche

Copingstile

1 aktive Auseinandersetzung
2 depressiver Rückzug
3 Verleugnung

Krisenanfälligkeit

Schlecht bewältigte Krisen macht
verletzlich für ähnliche

Phasenmodell einer Krise

(Rahm 1999)

3 Höhepunkt

Voll entwickelte Krise

Misslingen

der Lösungsversuche

Mobilisierung

aller verfügbaren
Bewältigungsstrategien

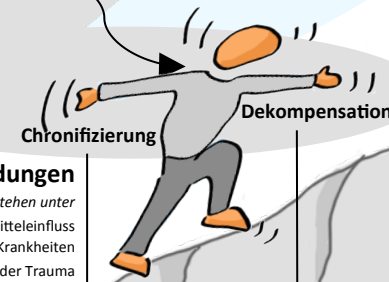
2 Stabilisierung

der Problemsituation

Auslöser

1 Konfrontation

mit dem Ereignis



Chronifizierung

Dekompensation

Gefährdungen

entstehen unter
Suchtmitteleinfluss
in psychischen Krankheiten
in Schock oder Trauma
= Affekthandlungen unter Kontrollverlust
oder als geplante destruktive Handlungen

verweisen auf →

Warnsignale

Starke emotionale Schwankungen
Auffällige Verhaltensweisen
Funktionsausfälle: Denken, Handeln
Kontaktaufnahme schwierig
geringe Vertragsfähigkeit

Fehlende Distanzierungsmöglichkeiten
Zugriff auf tödliche Mittel, bes. Schusswaffen
Verlust Realitätsbezug
Ankündigungen
Kontrollverlust

Unmittelbare Gefährdung

Selbstgefährdung - Selbstverletzung, Unfall, Suizid
Fremdgefährdung – Drohungen + Gewalt
Verschlechterung psychischer Störungen

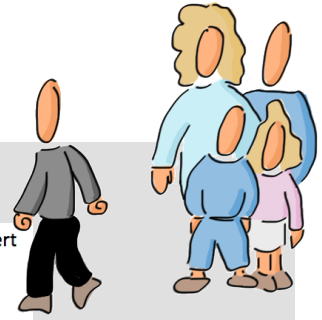
Längerfristige Risiken

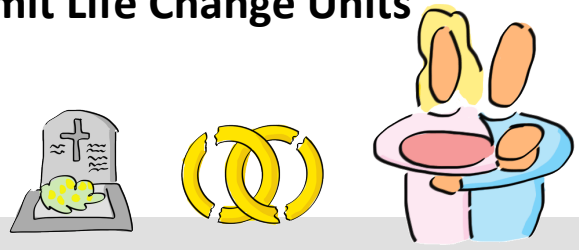
Pathologische Trauer
Beginn Krankheit: psychisch, (psycho-)somatisch, Sucht
Verschlechterung vorbestehender Erkrankungen
Verlust sozialer Sicherheit und Lebensqualität
Verlust von Beziehungen und soziale Isolation

Stein 2009; Rupp 2012

© Wolfgang Widulle

Kritische Lebensereignisse bei Kindern und Erwachsenen mit Life Change Units





Kritische Lebensereignisse im Kindesalter

Ereignis	Skalenwert
Geburt eines Geschwisters	1,27
Vor der Klasse etwas vortragen	2,58
Zum Zahnarzt gehen	2,73
In einem Wettspiel verlieren	3,16
Als letzter in eine Mannschaft gewählt werden	3,30
Nicht alle Aufgaben lösen können	3,75
Ein Alptraum	4,08
In eine andere Schule überwechseln	4,60
Von der Klasse ausgelacht werden	5,28
Sich verlaufen	5,49
Sich einer Operation unterziehen	5,51
Sich beim Direktor melden müssen	5,75
Eine Klassenbucheintragung	6,23
Als Lügner verdächtigt werden	6,53
Beim Diebstahl ertappt werden	6,63
Handgreiflichkeiten zwischen den Eltern	6,71
In der Klasse einnässen	6,74
Sitzenbleiben	6,82
Erblinden	6,86
Tod eines Elternteils	6,90

Schwarzer 1987

Einige kritische Lebensereignisse im Erwachsenenalter

Ereignis	Skalenwert
Familie	
Tod des Partners	100
Scheidung	73
Trennung vom Partner	65
Eheschliessung	50
Eheliche Versöhnung	45
Geburt eines Kindes	39
Schwangerschaft	40
Persönliches	
Gefängnisaufenthalt	63
Schwerer Unfall oder Krankheit	53
Hervorragende persönliche Leistung	28
Arbeit	
Verlust des Arbeitsplatzes	47
Eintritt in Ruhestand	45
Wechsel in anderen Beruf	36
Schwierigkeiten mit dem Chef	23
Finanzen	
Gravierende Veränderung finanz. Situation	38
Grosse Hypothek	31

er 1987

© Wolfgang Widulle

Benutzte Literatur

Stein, Claudius (2009). Spannungsfelder der Krisenintervention:
ein Handbuch für die psychosoziale Praxis. Stuttgart: Kohlhammer.

Rupp, Manuel (2014). Psychiatrische Krisenintervention.
Bonn: Psychiatrie Verlag.

Rahm, Dorothea (1999). Einführung in die Integrative Therapie.
Paderborn: Junfermann.

Schwarzer, Ralf (1987). Stress, Angst und Hilflosigkeit: die Bedeutung von
Kognitionen und Emotionen bei der Regulation von Belastungssituationen.
Stuttgart: Kohlhammer.

Widulle, Wolfgang (2012). Gesprächsführung in der Sozialen Arbeit:
Grundlagen und Gestaltungshilfen. Wiesbaden: Springer VS.
Kap. 9.2. Krisengespräch, S. 214-223.

Weiterführende Literatur

Schürmann, Ingeborg (2004). Beratung in der Krisenintervention, in:
Nestmann/Engel & Sickendieck: Das Handbuch der Beratung. Tübingen: DGVT-Verlag. S. 523 – 534.

Egidi, Karin (1996). Systemische Krisenintervention. Tübingen: Dgvt-Verlag.

Kunz, Stefanie/Scheuermann, Ulrike & Schürmann, Ingeborg (2004). Krisenintervention: Ein fallorientiertes
Arbeitsbuch für Praxis und Weiterbildung. Weinheim: Juventa.

Müller, Wolf & Scheuermann, Ulrike (2004). Praxis Krisenintervention: Ein Handbuch für helfende Berufe:
Psychologen, Ärzte, Sozialpädagogen, Pflege- und Rettungskräfte. Stuttgart: Kohlhammer.

© Wolfgang Widulle