

## 13.6 Konzept zum Umgang mit psychischen Krisensituationen

1. Zweck des Konzeptes
2. Definition „psychische Krisensituation“
3. Ursachen psychischer Krisensituationen
4. Formen psychischer Krisensituationen
5. Grundhaltung
6. Leitlinien
7. Ziele

### 1. Zweck des Konzeptes

Das Konzept *Umgang mit psychischen Krisensituationen* stützt die sozialpädagogische Praxis der Wohn- und Lebensgemeinschaften auf fachliche Erkenntnis, definiert Begriffe, gibt den Mitarbeitern Richtlinien, wie sie sich in Krisensituationen verhalten sollen und legt Ziele zur Situationsbewältigung fest.

### 2. „Definition psychische Krisensituation“

Von einer Krisensituation spricht man, wenn eine Person nicht fähig ist, ein Problem zu lösen und gleichzeitig durch das bestehende Problem emotional belastet ist. Eine Krise zeigt sich als plötzliche oder fortschreitende Beschränkung der Wahrnehmung, der Wertesysteme und der Handlungs- und Problemlösungsfähigkeiten. Eine Krise stellt bisherige Erfahrungen, Normen, Ziele und Werte in Frage und hat oft für die Person einen bedrohlichen Charakter. Sie ist zeitlich begrenzt. Folgen von psychischen Krisen können Empörung und Hass, Hilflosigkeit, Verlust an Selbstwertgefühl, Vertrauen und Sicherheit sowie ein kaum nachvollziehbares Verhalten und Verwirrung sein. Zudem kann es zu Selbst- oder Fremdgefährdung als Folge einer Krise kommen. Wenn psychische Krisen sich positiv entwickeln, können sie positive Entwicklung auslösen. Durch das Finden von Lösungen und von Bewältigungsmechanismen, kann eine Person Kompetenz, Selbstvertrauen und sogar eine Wertorientierung gewinnen.

### 3. Ursachen psychischer Krisensituationen

Psychische Krisen können aus dem pädagogischen Rahmen entstehen, z. B. durch das Nicht-Einhalten von Regeln kann eine Konfliktsituation entstehen. Eine andere Möglichkeit ist, dass äussere Faktoren eine psychische Krise verursachen, wie z. B. der Tod eines geliebten Menschen, Verlust der Arbeits- oder Lehrstelle oder andere belastende Ereignisse. Oder aber die psychische Krise entsteht aus dem Jugendlichen selbst, weil z. B. eine Entwicklungsaufgabe nicht bewältigt werden konnte. Es kann aber möglicherweise auch eine psychiatrische Krankheit zugrunde liegen wie z.B. eine Depression mit akuter Suizidalität, eine psychotische Episode.

#### **4. Formen psychischer Krisensituationen**

Die Reaktionen des Bewohners können in einer solchen Krisensituation gegen sich selbst oder gegen aussen/andere gerichtet sein. Mögliche Reaktionen können z.B. sein: Gewaltausbruch, Suizidversuch, (Fremd- resp. selbstgefährdendes Verhalten), Verweigerung, Rückzug, nicht nachvollziehbare Handlungen, die verwirren, körperliche Symptome.

#### **5. Grundhaltung**

Es wird immer wieder zu Konflikten kommen. Wir wollen diese Konflikte nicht vermeiden, sondern konstruktiv mit ihnen umgehen. Der Schutz des Jugendlichen steht für uns im Vordergrund. Ein weiteres Anliegen ist uns der Selbstschutz der Mitarbeiter. Die Mitarbeiter sollen ihre eigenen Gefühle unter Kontrolle haben. Haben sie dies nicht, sollen sie sich zurückziehen und die Situation einem anderen Betreuer übergeben können.

#### **6. Leitlinien**

- Wichtig ist, dass das Betreuerteam den Jugendlichen in psychischen Krisensituationen nicht alleine lässt.
- Der Bewohner soll sich nicht in seinem Zimmer einschliessen können. Hat er sich trotzdem eingeschlossen, wird zuerst versucht mit dem Jugendlichen eine Vereinbarung abzumachen. Falls das auch nicht mehr möglich ist, muss die Türe vom Betreuer wenn nötig gewaltsam geöffnet werden, damit eine Selbstgefährdung verhindert wird.
- Der Betreuer versucht, mit dem Jugendlichen über die kritische Situation zu reden.
- Der Betreuer geht auf die Situation des Bewohners und dessen Gefühlslage ein und versucht, diese in Worte zu fassen. Der Betreuer stellt keine Warum- Fragen, sondern fragt empathisch, hört zu und bestätigt das Gehörte.
- Wenn sich der Jugendliche verweigert, geben die Betreuer dem Jugendlichen eine begrenzte Zeit, in der er sich beruhigen und Abstand gewinnen kann.
- Gemeinsam wird über mögliche kurzfristige Lösungen diskutiert und versucht, diese umzusetzen.
- Der Betreuer versucht gemeinsam mit dem Bewohner, das Problem durch objektivierende Kriterien neu zu definieren.
- Die Betreuenden sollten die Nähe-/Distanzregulation zum betroffenen Bewohner während einer Krisensituation gut im Auge behalten. Dies bedeutet auch, das Gespräch in einem Raum zu führen, wo sich Bewohner und Betreuende sicher fühlen.
- Bleibt Sorge und Unbehagen um den Bewohner beim Betreuenden zurück, ist dies ernst zu nehmen. Es gilt: nicht alleine bleiben; sich Hilfe holen; sich je nach Situation zuerst mit einer anderen Betreuungsperson und/oder den Leitenden beraten, sowie danach, wenn nötig, psychiatrische Fachpersonen und/oder die Polizei bei zu ziehen.
- Bei akut lebensbedrohlichen Krisensituationen mit drohender Selbst- und/oder Fremdgefährdung und/oder psychotischen Symptomen sollte der Notfallarzt/Notfallpsychiater beigezogen werden. Bei Gewalt gegen andere

(Betreuende oder andere Jugendliche) ist zudem die Polizei zu rufen. Es gilt: die Betreuenden sind zuständig für ihren eigenen und den Schutz der Bewohner.

- Für weitere Richtlinien bei Gewalttaten siehe Gewaltpräventionskonzept.
- Krisensituationen werden schriftlich festgehalten. Die Heimleitung und die Eltern werden informiert.

## **7. Ziele**

Unser Ziel ist es, eine möglichst konstruktive Problemlösung zu finden, so dass der Jugendliche mehr Selbstvertrauen und Bewältigungsfähigkeiten entwickeln kann. Mit dem Verhalten der Betreuenden sollen nach Möglichkeit neue psychische Krisen verhindert werden. Aus diesem Grund versucht das Betreuerteam den Jugendliche zu vermitteln, dass jedes Problem - vom alltäglichen bis zum grossen -, eine Herausforderung und Gelegenheit ist, neue Einsichten und neue Kompetenzen zu entwickeln oder die Möglichkeit, eine neue Wahl zu treffen. Wut und Aggressionen, Angst, Hilflosigkeit, Verzweiflung und Verwirrung sollen möglichst schon vor einem Wutausbruch oder einem anderen psychischen Ausnahmezustand erkannt und thematisiert werden. Die Bewohner sollen selbstverantwortliches Handeln erlernen und leben lernen können.

21. Januar 2008, C. Kuonen