

# Krisen und Krisenbewältigung

## *eine kleine Einführung*

Dr. med. Burkhard Matzke

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Sana Hanse Klinikum Wismar

# Krise - Annäherung an den Begriff

Frau E.

- 27 jährige aus Syrien stammende Frau, spricht kein Englisch und kein Deutsch
- nach zweijähriger Flucht aus Syrien mit ihrem 5 Jahre alten Sohn seit 5 Wochen in Wismar bei dem seit 1 ½ Jahren bereits in Deutschland lebendem Ehemann
- Einweisung mit V.a. Tablettenintoxikation, nach 24 stündiger intensivmedizinischer Überwachung psychiatrische Erstvorstellung
- Arrangierte Ehe, Entfremdungsgefühl gegenüber Ehemann, Wunsch in die Heimat zurück zu kehren versus Wunsch zu bleiben für ihren Sohn

Frau C.

- 22 jährige Frau; wird durch Rettungsdienst in Begleitung Polizei in Notaufnahme vorgestellt,
- leicht alkoholisierte Zustand,
- Konflikt mit Freund, dieser habe ihr die Trennung via Facebook mitgeteilt,
- Frau C. habe dann gegenüber einer Freundin über Facebook mitgeteilt, nicht mehr weiter zu wissen und nicht mehr leben zu wollen,
- bei Eintreffen des Rettungsdienstes habe sie die Tür nicht geöffnet und geschrien, weshalb die Polizei hinzugezogen worden sei

# Krise - Annäherung an den Begriff

Herr H.

- 56 jähriger Mann, kommt in Begleitung seiner Ehefrau zur Vorstellung in der Zentralen Notaufnahme,
- Beklagt seit über 6 Wochen u.a. zunehmende Schlafstörungen, Zukunftsängste, nächtliche Panikattacken, depressive Grundstimmung, resignative Gedanken etc.
- Aktuell Arbeitsplatzkonflikt, keine psychiatrische Vorbehandlung, seit 6 Wochen durch Hausarzt krankgeschrieben,
- Ehefrau habe versucht, ambulanten Termin bei niedergelassenem Psychiater zu erhalten, Termin in 5 Wochen

Frau M.

- 21 jährige Studentin, erscheint in Begleitung ihrer aus Anklam angereisten Eltern in der Notaufnahme,
- Eltern äußern Sorge, da die Tochter sich in den letzten Wochen nicht mehr wie üblich gemeldet habe und sich nicht richtig äußern würde,
- Patientin selbst gibt zunächst nur einsilbige Antworten, äußert in ihre Wohnung zurück kehren zu wollen,
- Fühlt sich durch Studium und anstehende Zwischenprüfung überfordert, seit 3 Wochen Hochschule nicht mehr besucht und Kontakt zu Kommilitoninnen gemieden

# Krise – Annäherung an einen Begriff



Der Begriff *Krise* scheint zunächst sehr weit gefasst.

Diesel Krise

Bankenkrise

„Flüchtlingskrise“

...

Blutdruckkrise

...

Adoleszentenkrise

Traumatische Krisen

Lebensveränderungskrisen

Chronisch protrahierte Krisen

Krankheitskrisen

Suizidale Krise

....



# Krise – Annäherung an einen Begriff



*Krisis* (griech.)

- Entscheidung, entscheidende Wendung, Urteil, Gericht

*krinein*

- scheiden trennen, auswählen, entscheiden,

18. Jhd. eingedeutscht aus dem Französischen im Sinne von Entscheidung, Wendepunkt, schwierige/gefährliche Lage

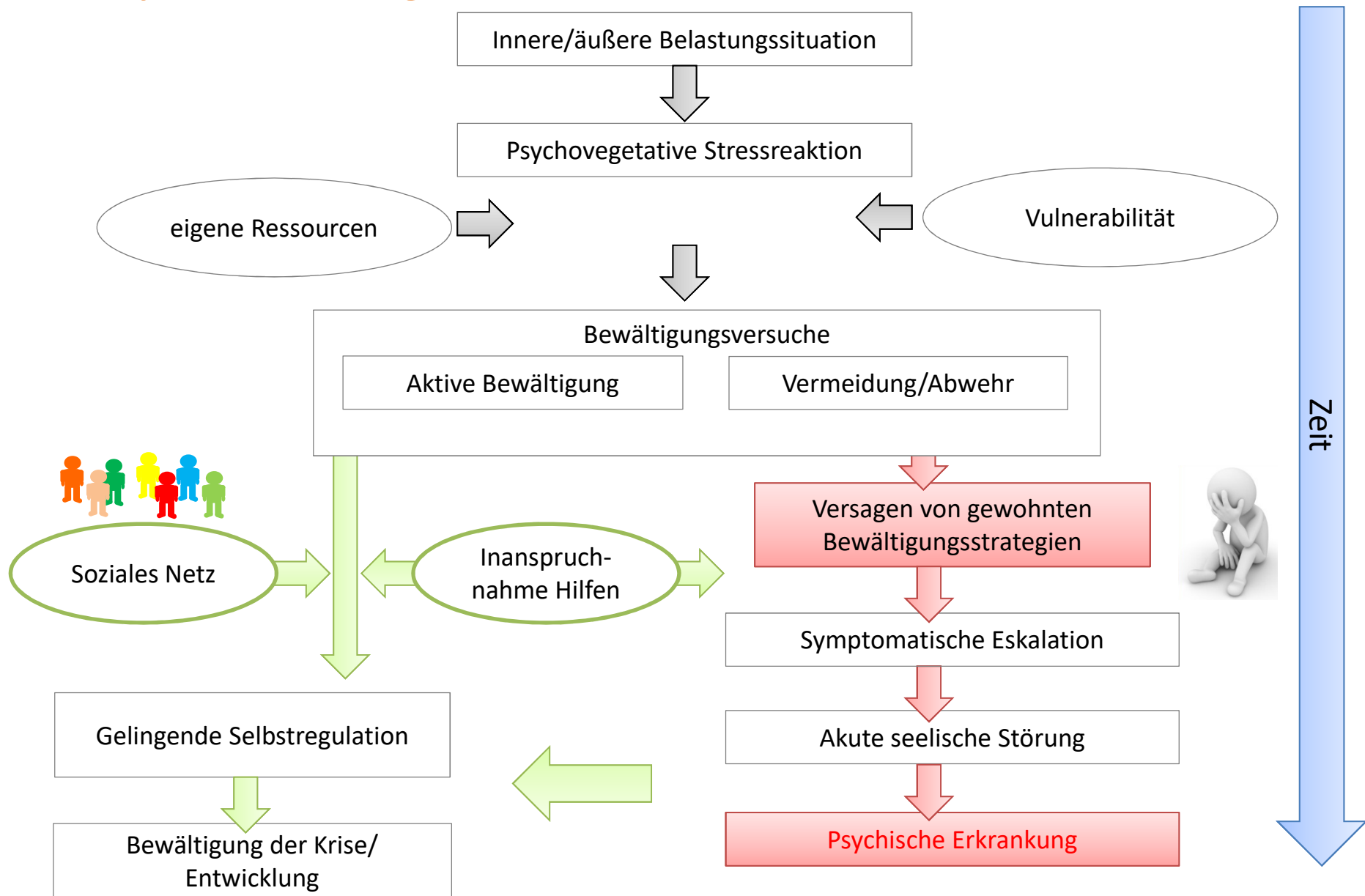
Krise

危机

Gefahr Gelegenheit

*Krise* als Gelegenheit zur Entwicklung

# Was passiert eigentlich mit uns in einer Krise?



# Schritte der Krisenintervention?

1. Kontakt aufbauen/Beziehung herstellen
2. Emotionale Entlastung
3. Krise analysieren (Auslöser/Hintergrund)
4. Krisenfokus gemeinsam definieren
5. Ressourcen analysieren (bisherige Bewältigungsstrategien, soziales Netz etc.)
6. Interventionsziele gemeinsam definieren
7. Interventionsziele bearbeiten
8. Weiterführende Behandlung einleiten

Die Schritte einer Krisenintervention gelten breichsübergreifend –  
also gleichermaßen in Kliniken, psychosozialen Wohneinrichtungen, in der ambulanten  
Versorgung etc.,  
und berufsübergreifend für alle in der psychosozialen Versorgung Tätigen.

# Prinzipien der Krisenintervention?

1. Niederschwelliger Zugang
2. Rascher Beginn
3. Konzentration auf Hier und Jetzt und Wiedererlangung der Handlungsfähigkeit
4. Methodenflexibilität
5. Einbeziehung des Umfeldes
6. Enge zeitliche Begrenzung
7. Aktive Haltung der Helfer



# Institutionelle Hilfen bei Krisen (und ihre Barrieren)



...

Schulpsychologischer Dienst  
Psychologischer Dienst  
Studentenwerk

Stationär/Teilstationär  
**Krankenhaus**  
Notaufnahme



Psychosoziale Einrichtungen

Psychiatrische  
Institutsambulanzen



Psychosoziale  
Beratungsstellen

**Niedergelassene Fachärzte**  
Psychiatrie und  
Psychosomatik

- Wer macht was? (Informationen)
- Wartezeiten
- (Selbst) Stigmatisierung
- ...

Hausärzte

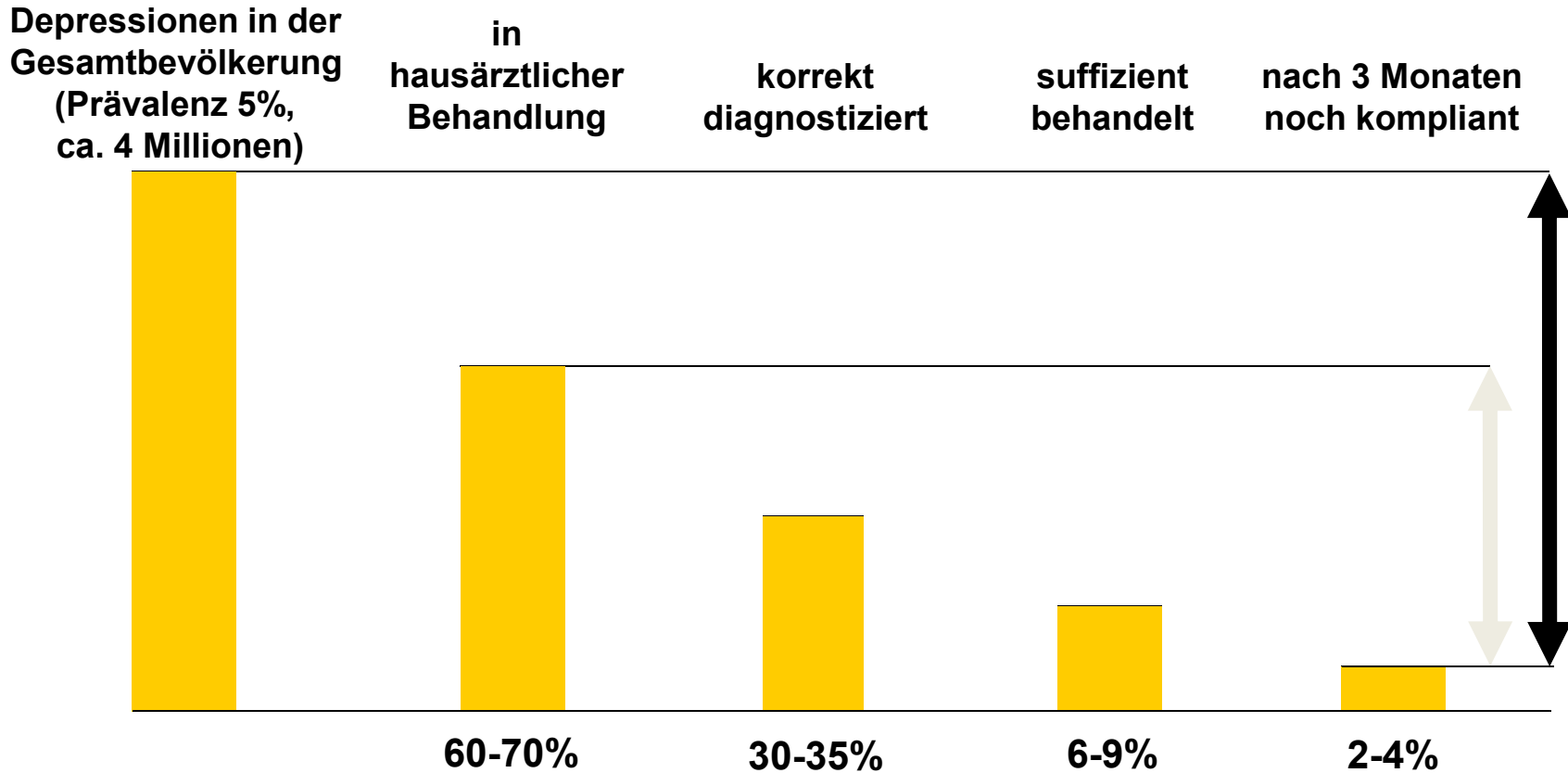


Niedergelassene ärztliche u.  
psychologische  
**Psychotherapeuten**

Sozialpsychiatrischer Dienst

Selbsthilfegruppen

# Zugangsbarrieren Beispiel Depressionsbehandlung



↑ Verbesserung durch Fortbildung und Kooperation mit Hausärzten

↑ Verbesserung durch Awareness-Programme, Öffentlichkeitsarbeit

# Institutionelle Hilfen bei Krisen (und ihre Barrieren)



...

Schulpsychologischer Dienst  
Psychologischer Dienst  
Studentenwerk

Stationär  
**Krankenhaus**  
Notaufnahme



Psychosoziale Einrichtungen

Psychiatrische  
Institutsambulanzen



Psychosoziale  
Beratungsstellen

**Niedergelassene Fachärzte**  
Psychiatrie und  
Psychosomatik

Wie arbeiten die  
verschiedenen  
Leistungserbringer  
zusammen?

Hausärzte



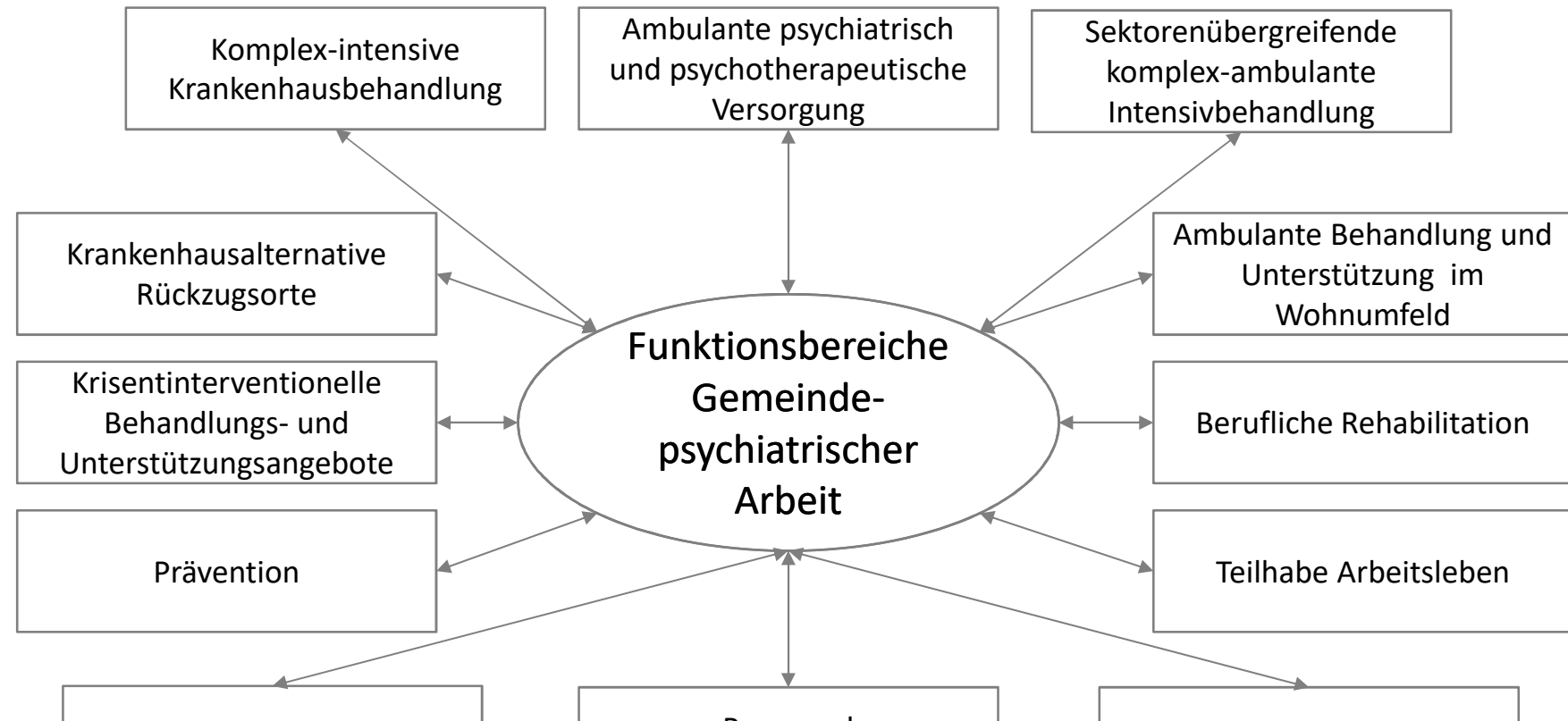
Niedergelassene ärztliche u.  
psychologische  
**Psychotherapeuten**

**Sozialpsychiatrischer Dienst**

**Selbsthilfegruppen**

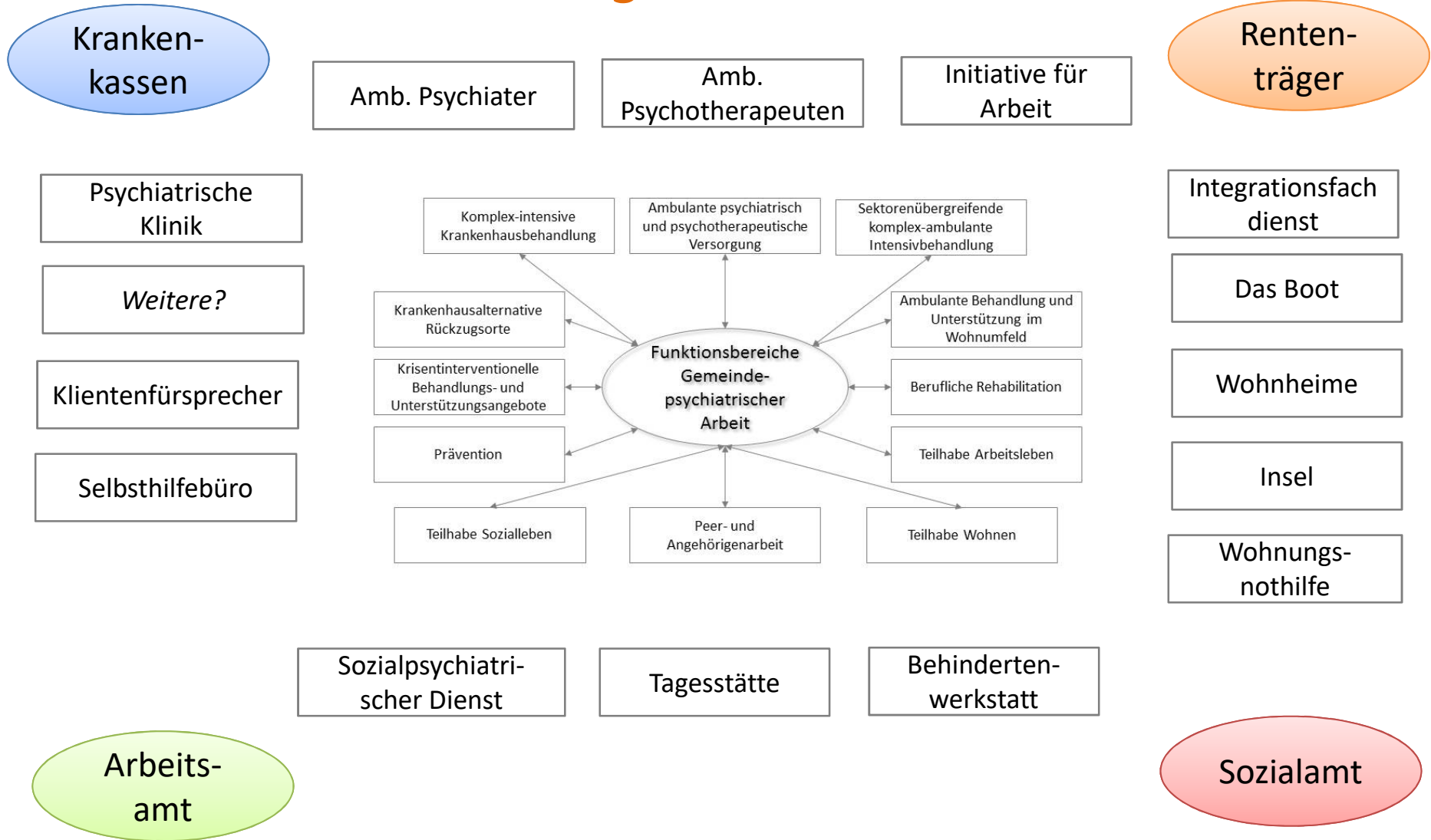
# Wie können wir gemeindepsychiatrische Arbeit denken?

## *Funktionsbereiche gemeindepsychiatrischer Arbeit*



Gemeindepsychiatrische Arbeit benötigt ein Modell, das nicht von den Institutionen her denkt, sondern aus dem Bedarf der Betroffenen differenzierte Funktionsbereiche der Krankenversorgung und Teilhabe ableitet!

# Wie können Funktionsbereiche bedarfsgerecht durch uns gestaltet werden?



# Zusammenfassung

- Krisen gehören zum Leben.
- Manche Menschen benötigen in Krisen psychosoziale Hilfsangebote, um psychische Erkrankungen abzuwenden oder um schwere Krankheitsrückfälle zu vermeiden.
- Für Bürger ist das psychosoziale Versorgungssystem schwer durchschaubar.
- Fehlende Informationen, Wartezeiten und Stigmatisierung stellen drei bedeutende Barrieren in dem Zugang zu bestehenden Hilfsangeboten dar.
- Eine patienten- und bedarfsgerechte Orientierung der regionalen psychosozialen Versorgung muss von den Funktionen der Versorgung und nicht von den Institutionen her gedacht werden.
- Eine patienten- und bedarfsgerechte regionale Versorgung bedarf einer lebendigen Zusammenarbeit (Vernetzung) der Akteure unter Beteiligung der Betroffenen und der Angehörigen!

**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**