



workshop

Krisenintervention – was hilft in der Krise?“

LWL Klinik Marsberg, 13.3.2013

Wolf Ortiz-Müller 2013 1

Handlungsmodell

6 Schritte der Krisenintervention

(nach Jacobson/ Ciompi)

- 1. Den Krisenanlass verstehen
- 2. Eine gemeinsame Krisendefinition erarbeiten
- 3. Gefühle ausdrücken bzw. entlasten
- 4. Gewohnte Bewältigungsstrategien reaktivieren
– Konfrontation mit der Realität
- 5. Nach neuen Lösungen suchen
- 6. Abschließender Rückblick und Bilanz

Wolf Ortiz-Müller, 2012 2

1. Den Krisenanlass verstehen

- Was ist das Problem im Augenblick?
Warum melden Sie sich gerade heute - und nicht schon vor zwei Wochen oder erst in drei Tagen?
- Kontextklärung
- *Wie haben Sie zu uns gefunden?*
- *Was hat der Überweisende gesagt, was Sie hier erwarten würde?*
- *Wer weiß noch, dass Sie heute mit uns sprechen, was halten die davon?*

Wolf Ortiz-Müller, 2012 3

2. Eine gemeinsame Krisendefinition erarbeiten

- Problemkonstrukt, innere Landkarte
- *Wie erklären Sie sich das Problem? Wie erklären sich andere das Problem?*
In welchen Situationen ist es am stärksten? Wer verhält sich dann wie? Was tut der Klient dann?
- Erwartungen an den Berater
- *Was erwarten Sie von mir? Was sollte ich keinesfalls tun?*
- *Woran würde ich merken, dass Ihnen mein Vorgehen nicht passt?*

Wolf Ortiz-Müller, 2012 4

3. Gefühle ausdrücken bzw. entlasten

- Ansprechen und Normalisieren
- *In Ihrer Lage Angst zu haben (wütend zu sein, sich hilflos zu fühlen) ist sehr verständlich. Das würde jedem von uns ganz ähnlich gehen.*
- (Re-) Framing
- *...ist eine normale, gesunde Reaktion auf unnormale Anforderungen. Das ist typisch für eine Krise.*
- *Jetzt „durcheinander zu sein“, macht deutlich, dass Ihre Psyche intensiv mit der Verarbeitung befasst ist.*

Wolf Ortiz-Müller, 2012 5

4. Gewohnte Bewältigungsstrategien reaktivieren – Konfrontation mit der Realität

- Ausnahmen und Ressourcen
- *Was tun Sie, wenn das Problem nicht da ist?*
Wann war es das letzte Mal nicht da?
Was haben Sie da anders gemacht?
Was würde „Ihre Oma“ an Ihrer Stelle tun oder Ihnen raten?
Wann hatten Sie bereits einmal eine Krise und wie haben Sie die damals überwunden?
- „Problemverschlimmerung“
- *Wie könnten Sie (oder andere) das Problem verschlimmern?*
Was ist gut an dem Problem und für wen?

Wolf Ortiz-Müller, 2012 6

5. Nach neuen Lösungen suchen

■ Zieldefinition

Was müsste sich ändern, damit...

Worauf haben Sie einen Einfluss?

Wann ist das Ziel der Krisenintervention erreicht?

Wer bemerkt das woran?

Wer ist durch die Veränderung betroffen?

Für wen wäre das positiv, für wen vielleicht auch negativ?

Wolf Ortiz-Müller, 2012

7

6. Abschließender Rückblick und Bilanz

■ Blick zurück von vorn

Stellen Sie sich vor, sie blickten in drei Jahren auf die aktuelle Krise zurück! Was wird Ihnen daran wichtig gewesen sein?

■ Prophylaxe

Woran könnten Sie merken, dass erneut eine Krise droht?

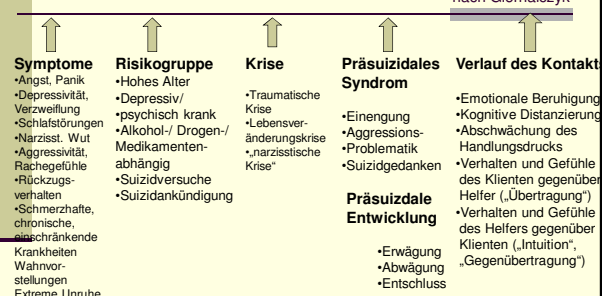
Was könnten Sie beim nächsten Mal anders machen?

Wolf Ortiz-Müller, 2012

8

Modell zur Abschätzung von Suizidalität

nach Giernalczyk



Wolf Ortiz-Müller 2012

9