

Akutkrisenintervention

Professionelle Unterstützung in der schwersten Zeit

Um Menschen in den schwersten Stunden zur Seite zu stehen, leisten in einem Schwerpunktkrankenhaus wie dem Klinikum Wels-Grieskirchen die Klinischen Psychologen ergänzend zu Medizin und Pflege wertvolle Hilfestellung: Sie bieten Beratung, Unterstützung, Struktur und Halt für Betroffene und deren Angehörige in akuten oder bedrohlichen Krisensituationen an. Hierzu zählen zum Beispiel Unfälle, plötzliche Todesfälle, Suizide, lebensbedrohliche Diagnosestellungen, Gewalterfahrungen, aber auch Katastrophen.

„Emotionen und Verhaltensweisen der Betroffenen in akuten Krisen sind normale Reaktionen auf nicht normale Ereignisse“, erklärt Daniela Haidinger, Teamleiterin des klinisch-psychologischen Dienstes am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Wir versuchen, Menschen bei überwältigenden traumatischen Ereignissen unter gleichzeitig ernsthafter Bedrohung menschlichen Lebens und im Umgang mit schwerwiegenden Diagnosen sowie bei Trauer und Trauerverarbeitung bestmöglich zu begleiten.“ Neben einer emotionalen Stütze geht es auch um das Vermitteln von Informationen, die Strukturierung der nächsten Stunden und Tage oder um die Frage, ob die Betroffenen ein soziales Auffangnetz haben.

Hilfe zur Selbsthilfe

Ziel ist, durch frühzeitige notfallpsychologische Interventionen langfristige Schäden der psychischen und physischen Gesundheit vorzubeugen. Als Beispiel nennt Haidinger die Betreuung der Familie eines Patienten, der nach einem Unfall aufgrund seiner schweren Verletzungen im Sterben liegt. „In der ersten akuten Belastungssituation versucht man, für die Angehörigen einfach da zu sein – sie in

ihrem Schock, im Nicht-Wahrhaben-Wollen und bei eventuell auftretenden starken Gefühlsschwankungen zu begleiten.“ Oft ist dann ein Team an Notfallpsychologen mehrere Stunden vor Ort. „Wir bieten Sicherheit und Raum, das Erlebte zu ordnen und geben Information über den weiteren Verlauf der emotionalen Reaktion.“ Nach der ersten Phase der emotionalen Betäubtheit werden die Betroffenen zur Selbsthilfe angeleitet und deren eigene Bewältigungsmechanismen aktiviert. Emotionale, kognitive und soziale Ressourcen der Betroffenen werden abgeklärt. Gemeinsam wird überlegt, welche Schritte als nächste wichtig sind, was organisiert werden muss, wer aus Familie oder Freundeskreis helfen kann, welche Kraftquellen es darüber hinaus gibt. Fragen, etwa nach einem Schlafplatz für die Nacht, Versorgung mit Essen und Trinken, Unterstützung in rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten, sind in diesen Situationen oft ebenfalls elementar.

Wegbegleiter in der Not

Haidinger selbst sieht die Tätigkeit der Klinischen Psychologen in diesen Fällen als die eines Wegbegleiters: „Wir begleiten den Weg wie mit einer Taschenlampe, leuchten verborgene Höhlen aus, um Ressourcen zu entdecken und Hindernisse zu vermeiden.“ Sie findet es immer wieder erstaunlich, wie gut Menschen Krisensituationen bewältigen und letztendlich daraus wachsen. „Ich bin oft überwältigt von der Zufriedenheit, der Lebensqualität, die zum Beispiel Menschen nach einer schweren Diagnosestellung dennoch verspüren – sie sind dankbar, die Diagnose zu kennen und entwickeln oft noch viel Kraft und Lebensmut, um noch einige Lebensziele in der für sie beschränkten Zeit zu erreichen.“

Qualitätsmerkmal Notfallpsychologie

Am Klinikum Wels-Grieskirchen sind rund 30 Klinische Psychologen tätig, zwei Drittel von ihnen haben die Zusatzausbildung in Notfallpsychologie abgeschlossen. In einem Akutkrankenhaus sind Klinische Psychologen hauptsächlich mit Notfällen, schwerwiegenden Diagnosestellungen und stark belasteten Angehörigen betraut. Um die eigene psychische Gesundheit zu erhalten, ist es für sie auch wichtig, Strategien zu erlernen, wie man selbst mit diesen im Rahmen der Tätigkeit erfahrenen schwerwiegenden Ereignissen umgehen kann.

Wie kann jeder helfen?

Ob ein Familienangehöriger, ein Bekannter oder ein fremder Mensch: Wenn man jemanden in einer psychischen Krise unterstützen möchte, kann man ihn darauf ansprechen – zum Beispiel mit der einfachen Frage: „Wie geht es dir?“. Der Betroffene beginnt dann oft von sich aus zu erzählen. Dies kann in Akutsituationen bereits eine deutliche Entlastung bewirken. Gut gemeinte Ratschläge, ein

Schönreden der Situation und vorgefertigte Lösungen sind allerdings meist fehl am Platz. Wenn Betroffene noch nicht in der Lage sind, über das Erlebte zu sprechen, ist es möglich, einfach für den anderen da zu sein, mit ihm zu schweigen und die Zeit gemeinsam auszuhalten, bis professionelle Hilfe, wie zum Beispiel die Krisenhilfe, eintrifft. Bei psychischen Krisen ist die Krisenhilfe Oberösterreich rund um die Uhr unter der Telefonnummer +43 732 2177 erreichbar. Näher Informationen finden Sie auf <https://www.krisenhilfeooe.at/>

Bilder und Statements:

Bild: 160822-14 Klinische Psychologie-0075 RGB.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen/Robert Maybach

Bildtext: Am häufigsten sind Notfallpsychologen im Einsatz für Angehörige von Unfallopfern. Eventuell müssen die Betroffenen auch selbst betreut werden, zum Beispiel bei einem Verschulden am Unglück oder dem Vorwurf, das Geschehene nicht verhindert zu haben.

Bild: KWG_Haidinger_Daniela_Mag_KLIP.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen/Nik Fleischmann

Bildtext: Mag. Daniela Haidinger, Teamleitung klinisch-psychologischer Dienst, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Emotionen und Verhaltensweisen der Betroffenen in akuten Krisen sind normale Reaktionen auf nicht normale Ereignisse.“

„Wir versuchen, Menschen bei überwältigenden traumatischen Ereignissen unter gleichzeitig ernsthafter Bedrohung menschlichen Lebens und im Umgang mit schwerwiegenden Diagnosen sowie bei Trauer und Trauerverarbeitung bestmöglich zu begleiten.“

„In der ersten akuten Belastungssituation versucht man, für die Angehörigen einfach da zu sein – sie in ihrem Schock, im Nicht-Wahrhaben-Wollen und bei eventuell auftretenden starken Gefühlsschwankungen zu begleiten.“

„Wir bieten Sicherheit und Raum, das Erlebte zu ordnen und geben Information über den weiteren Verlauf der emotionalen Reaktion.“

„Wir begleiten den Weg wie mit einer Taschenlampe, leuchten verborgene Höhlen aus, um Ressourcen zu entdecken und Hindernisse zu vermeiden.“

„Ich bin oft überwältigt von der Zufriedenheit, der Lebensqualität, die zum Beispiel Menschen nach einer schweren Diagnosestellung dennoch verspüren – sie sind dankbar, die Diagnose zu

kennen und entwickeln oft noch viel Kraft und Lebensmut, um noch einige Lebensziele in der für sie beschränkten Zeit zu erreichen.“

Das Klinikum Wels-Grieskirchen – www.klinikum-wegr.at

Das größte Ordensspital Österreichs ist eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.700 Mitarbeitern leistet das Klinikum Wels-Grieskirchen umfassende medizinische Versorgung in Oberösterreich. Rund 88.000 Patienten werden hier jährlich stationär behandelt. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at