



Unerwartet und plötzlich

Beratung bei
Schicksalsschlägen

Fachtagung
Aschaffenburg
13. – 14. April 2021

Texte zum Programm

Vorträge

Verena Blank-Gorki, Simon Finkeldei

Krisen und Katastrophen

Kinder und Jugendliche als Betroffene
Forschung trifft Praxis

Krisen und Katastrophen, in denen Kinder und Jugendliche involviert sind, treten weitaus häufiger auf als auf den ersten Blick gedacht. Medial aufbereitet und damit öffentlich bekannt werden nur die spektakulären Ereignisse. Aber bereits weitaus niedrigschwelligere Geschehnisse können ein hohes Maß an Belastungen mit sich bringen: Der plötzliche Tod einer nahen Bezugsperson, das Miterleben von Gewalt u.v.m. stellen Kinder und Jugendliche vor psychische Herausforderungen, denen sie entwicklungsbedingt nicht immer gewachsen sind.

Kinder sind nicht, wie lange gedacht, weniger von hoch belastenden Ereignissen betroffen als Erwachsene. Allerdings zeigt die Forschung, dass gerade jüngere Kinder in einer grundsätzlich anderen Position sind als Erwachsene. Sie haben andere Bedürfnisse, zeigen abweichende Belastungssymptome und stellen andere Fragen. Auch Ihre Verarbeitungsmöglichkeiten hängen von anderen Faktoren ab als bei Erwachsenen.

Dieser Beitrag gibt einen Überblick über den Status quo der Betroffenheit von Kindern und Jugendlichen von Krisen und Katastrophen in Deutschland. Dazu gehören umgrenzte Schicksalsschläge, große Schadenslagen aber auch die andauernde Corona-Pandemie. Mögliche Ansatzpunkte und Besonderheiten früher Begleitung und Traumaverarbeitung der vulnerablen Zielgruppe werden aufgezeigt.

PD Dr. Rieke Oelkers-Ax

Familien unter Druck in Zeiten von Corona

Die Corona-Pandemie stellt Familien nun schon seit mehr als einem Jahr vor schwerwiegende Herausforderungen. Anforderungen und Belastungen kumulieren unter der komplexen Verdichtung zu Hause mit Homeschooling und Arbeit (oder fehlendem bzw. bedrohtem Arbeitsplatz) der Eltern. Psychische Erkrankungen verschlechtern sich, und häusliche Gewalt nimmt zu, wobei die schon vorher Benachteiligten von der Krise am stärksten betroffen sind. Im Vortrag wird die aktuelle Studienlage zu den Themenfeldern Homeschooling, psychische Erkrankungen und häusliche Gewalt zusammengefasst und mit Erfahrungen aus der Arbeit einer familienpsychiatrischen Tagesklinik (FaTZ Neckargemünd) ergänzt. Darauf aufbauend werden Lösungsansätze skizziert: Rückbindung der Familie an gesellschaftliche Funktionssysteme und strukturelle Verbesserung der Funktionsbereiche Bildung/Erziehung, Therapie/Beratung und Recht sowie innerfamiliäre Anpassungsprozesse. Eine entlastende Haltung von Berater/innen und das Konzept von Präsenz im Sinne Omers eignet sich dabei als Metakonzep für alle genannten Bereiche.

Stephanie Witt-Loers

Bestürzung und Bewältigung

Verlust und Trauer als Familienthema

Verlust und Trauer sind Lebensthemen, die in jeder Familie immer wieder bearbeitet werden müssen. Die Diagnose einer lebensverkürzenden Erkrankung oder der Tod eines nahen Menschen ist ein einschneidendes Ereignis mit einer Vielzahl von Konsequenzen, die das gesamte Familien- und Bezugssystem betreffen. Die veränderte Lebenssituation stellt Bezugspersonen, Kinder und Jugendliche vor schwierige Anpassungsaufgaben. Jedes Familienmitglied ist mehrfach und auf unterschiedliche Weise belastet. Nicht selten fehlen zudem Wissen und Kommunikation zum Themenkomplex und es kommt zu Überforderung in der Familie.

Der Vortrag möchte eine grundlegende Orientierung und praktische Möglichkeiten im Umgang mit Verlust und Trauer im System Familie geben. Ein besonderer Schwerpunkt soll dabei auf einer bedürfnis- und systemorientierten Begleitung, der Familie insgesamt sowie jedes einzelnen Familienmitglieds nach einem schweren Verlust liegen. Daneben wird der Vortrag einen Überblick zu aktuellen wissenschaftlichen Auffassungen zum Thema Trauer, Informationen zu Todeskonzepten, Trauerreaktionen und Trauerprozessen beinhalten.

Programmänderung:

Alexander Korittko

Wie kann es gut weitergehen?

Ressourcenorientierte Stabilisierung nach Notfällen

Nach psychischen Notfällen (Traumata) können unterschiedliche Folgen entstehen. Im Extremfall können sie zu einem Suizid führen, aber auch zu Depressionen, einer posttraumatischen Belastungsstörung oder zu psychosomatischen Erkrankungen. Es sind unterschiedliche Verläufe bekannt, viele Menschen erholen sich innerhalb von einigen Tagen oder Wochen von potenziell traumatischen Belastungen. Manche entwickeln sogar posttraumatisches Wachstum, oft parallel zu anfänglichen Problemen.

Wie es nach einem Notfall weitergeht, hängt einerseits von der Schwere der Belastung ab und andererseits von Schutzfaktoren, die sich in hilfreichem Verhalten äußern. Hier steht an erster Stelle rasch einsetzende psychosoziale Hilfe, vor allem durch Familienmitglieder, Partner/innen, Freunde und Freundinnen.

Wenn Menschen eine Beratungsstelle aufsuchen, ist bei den Mitarbeiter/innen neben Empathie eine an Ressourcen orientierte Haltung von besonderer Bedeutung. Meist haben die Betroffenen in der Situation der Belastung und danach das Beste getan, was ihnen möglich war, um zu überleben. Diese in der Absicht positiven Handlungen gilt es, als Schätze zu bergen. Eine rasche intensive Exploration der Details der belastenden Situation hat sich als wenig fördernd herausgestellt.

Dr. Celina von Bezold

Halt geben – Haltung zeigen

Ideen zum Umgang mit Leid und Leben

Was passiert genau wenn wir leiden? Mit der philosophischen Hilfestellung möchten wir genau besehen, wie wir etwas erleben, das zu schwer ist. Dabei kann deutlich werden: Leid offenbart nichts Neues, sondern ist eine extreme Spielart des Daseins. Für seine Bewältigung haben wir alles bereits geübt. So kann aus Ohnmacht Halt werden, aus Verzweiflung Haltung.

Arbeitsgruppen

D1 Simon Finkeldei, Verena Blank-Gorki

Krisenintervention nach hoch belastenden Lebensereignissen in der Familie

Frühe Beratung nach Suizid, Suizidversuch und traumatischen Todesfällen (für Angehörige und Kinder)

Der plötzliche Verlust eines geliebten Menschen, die Konfrontation mit dem Thema Suizid oder das (Mit)erleben einer extremen Situation sind für Kinder und Eltern eine Herausforderung, die Grenzen berührt. Im Spannungsfeld zwischen Trauer und Trauma bringen verlorene Sicherheit, das Infrage stellen des Verständnisses der eigenen Welt, sich aufdrängende Bilder und schwierige Fragen Familien in ungewohnte und nicht selten ängstigende Situationen. Eltern müssen zudem oftmals nicht nur die eigene Belastung bewältigen, sondern zur gleichen Zeit ihre Kinder (unter)stützen.

Wie stärken wir Eltern als stabile Bezugspunkte für das kindliche Erleben und legen erste Trittsteine für sie und ihre Kinder in der ersten Zeit, die psychotraumatologisch zu Recht als weichenstellend bezeichnet werden kann? Was brauchen Kinder in der Zeit unmittelbar nach einem belastenden oder potentiell traumatisierenden Ereignis? Worin unterscheidet sich ihre Verarbeitung zentral von der Erwachsener, und wo brauchen sie etwas anderes?

Der Workshop geht diesen Fragen nach und will praxisbezogen hilfreiche Techniken und Kriseninterventionsansätze zum Umgang mit entstehender Symptomatik in Beratung, Begleitung und Therapie vermitteln.

Programmänderung:

D2 Alexander Korittko

Struktur und Halt

Zeichnungen und Geschichten in der Arbeit mit Kindern

Wenn Kinder schwer belastende Situationen zu verkraften haben, benötigen sie zuallererst besonders feinfühlig Bezugspersonen, die ihnen durch emotionale Nähe, wiederkehrende Tagesabläufe, Rituale und Strukturen ein Gefühl von Sicherheit und Voraussagbarkeit vermitteln. Hier greifen besonders die Prinzipien der traumaorientierten Pädagogik, die der äußeren und inneren Stabilisierung dienen.

Ist eine ausreichende Affekt-Toleranz erzielt, kann mit Zeichnungen der Kinder und ihrer Eltern eine strukturierte und vorsichtige Integration des bedrohlichen Ereignisses unternommen werden, indem das Ereignis aus sicherer Distanz betrachtet wird und dabei aufkommende Gefühle, Körperreaktionen und Gedanken formuliert werden. Bei Kindern, die ihre Erlebnisse (noch) nicht in Form von Zeichnungen vergegenwärtigen können, eignet sich die Intervention der Trauma-Erzählgeschichte. Die beschriebenen Interventionen werden in diesem Workshop vorgestellt.

D3 Ariane Schlicher

Sexuelle Gewalt als Schicksalsschlag für Kinder und ihre Eltern

Was kann Beratung leisten?

Sexuelle Gewalt gegen Kinder beginnt meist schleichend und als Angebot von Beziehung und Zuwendung. Diese Maskierung von Gewalt macht es für Kinder sehr schwer, den Missbrauch hinter der Freundlichkeit zu erkennen. Wenn der Täter eine nahe Bindungsperson ist, sind Gefühle von Ohnmacht und Ausweglosigkeit und schamhafter Verstrickung besonders heftig. Für das weitere Schicksal ist es entscheidend, dass hinreichend „Schutzfaktoren“ zur Verfügung stehen, die eine Aufdeckung ermöglichen und vor allem längerfristige Folgestörungen vermeiden helfen.

Für die nicht-missbrauchenden Eltern(-teile) ist die Offenlegung eines sexuellen Missbrauchs am eigenen Kind häufig ein Schock und führt auch bei ihnen zu heftigen Belastungssymptomen – insbesondere bei innerfamiliärem sexuellen Missbrauch. Damit sie so bald wie möglich wieder aus dem Schock herausfinden und ihrem betroffenen Kind die notwendige emotionale Stabilisierung geben können, brauchen sie ebenfalls ein Unterstützungsangebot.

Im Workshop wird nach grundlegenden Informationen zu verschiedenen Fallkonstellationen und möglichen Folgestörungen von sexuellem Missbrauch der Schwerpunkt auf Bewältigungshilfen gelegt. Dabei geht es nicht um Traumatherapie, sondern um Angebote, die im Rahmen der Erziehungsberatung geleistet werden können. Neben Inhalten der Elternberatung werden konkret einzelne Übungen und Materialien vorgestellt, die sich als erste Stabilisierungshilfen für die Arbeit mit betroffenen Kindern eignen.

Die Teilnehmer/innen sind eingeladen, den „Methoden-Koffer“ mit eigenen Interventionsideen zu ergänzen.

D4 Sascha Kuhlmann

Selbstsorge und Psychohygiene für Berater/innen

In dieser Arbeitsgruppe liegt der Fokus auf dem Wohlergehen der Beraterin und des Beraters. Hintergrund ist die Überzeugung, dass Berater/innen für Ihre Klienten am hilfreichsten sein können, wenn sie selber gut für sich sorgen. Um die Möglichkeiten, Chancen und Grenzen der Selbstsorge und Psychohygiene bestmöglich in den Blick zu nehmen, wird der Referent einen kurzen Input geben und im Weiteren an Beispielen (auch gerne an von den Teilnehmer/innen eingebrachten) gemeinsam mit der Gruppe hilfreiche Methoden erarbeiten und ausprobieren. Dabei wird es einerseits um reaktive Strategien gehen, um mit Eindrücken von Überlastung, Ideenlosigkeit, Hilflosigkeit und ähnlichen Gefühlen umzugehen. Andererseits wird es auch um ein proaktives Vorgehen zur Vermeidung von Stressreaktionen gehen. Bestenfalls werden Sie diese Arbeitsgruppe mit der Bestätigung ihrer bisherigen Strategien verlassen und zusätzlich neue Ideen für zukünftig herausfordernde Situationen in Ihren Methodenkoffer aufgenommen haben.

M1 Gertrud Plasse

In Krisen handlungsfähig bleiben

Schulpsychologische Notfalleinsätze an niedersächsischen Schulen

Am Morgen des 15. November ist Unruhe im Gymnasium der Kleinstadt zu spüren. Eine Schülerin des 9. Jahrgangs ist tot. Es kursieren Gerüchte, sie habe sich an den Bahngleisen das Leben genommen. Der Schulleiter meldet sich in der Schulpsychologie und bittet um Unterstützung vor Ort.

Im Workshop wird das Krisenmanagement und das notfallpsychologische Handeln der Schulpsychologie Niedersachsen vorgestellt. Findet in einer Schule ein Todesfall, Unfall oder Bedrohungsszenario statt, kommt das Team Notfallpsychologie zeitnah in die Schule, um dort allen, die von diesem Ereignis betroffen sind, eine Krisenintervention anzubieten. Das Schulleitungsteam wird dabei unterstützt, das Schulsystem schnell wieder handlungsfähig zu machen, Schülerinnen und Schüler sowie betroffene Lehrkräfte können über das Ereignis allein und in Gruppen sprechen.

Im Workshop werden Methoden aus den Einsätzen vorgestellt und ggf. trainiert – wie z.B. das Gruppengespräch GCC oder die Ressourcenaktivierung nach dem BASIC PH Modell. Einen besonderen Stellenwert wird die Arbeit unter Corona-Bedingungen einnehmen, der Umgang mit Todesfällen im Zusammenhang mit Covid-19 sowie die Auswirkungen der Corona-Pandemie als Krise auf die Schulen.

M2 Susanne Lorenz

Wenn Kinder sterben

Das Thema „Tod“ an sich ist schon meist mit einem Tabu belegt. Wenn es sich dann noch um das Sterben und den Tod von Kindern handelt, also denjenigen, die

„noch das ganze Leben vor sich“ haben, dann fällt es besonders schwer, mit diesem Thema umzugehen.

Jährlich sterben in Deutschland ca. 20.000 Kinder und Jugendliche. Etwa 5.000 davon sterben in Palliativbetreuung, weil sie an einer lebensverkürzenden Krankheit leiden. Für die betroffenen Familien bricht eine Welt zusammen. Die Erschütterung ist fundamental und der Weg durch die Trauer hindurch meist ein sehr schmerzhafter, schwieriger und langer. Auch das soziale Umfeld ist betroffen und oft nicht in der Lage, die Trauernden zu unterstützen.

Geschieht der Tod „unerwartet und plötzlich“, so ist unter Umständen auch an eine Traumatisierung zu denken. Ein „Trauma“ erschwert oder verhindert gar die Trauer. Dabei ist die Trauer eine „normale Reaktion“ auf einen bedeutsamen Verlust. Wir haben gelernt, die Trauer nicht als Problem sondern als Lösung für Menschen nach einem schweren Verlust zu sehen. Die Betroffenen selbst erwarten aber, diese Trauer, die so schmerzhaft und unangenehm auszuhalten ist, möglichst schnell wieder „loszuwerden“. Und das Umfeld erwartet eine möglichst rasche Rückkehr zur „Normalität“.

Meist sind es also komplexe Themen und schwierige Lebensumstände, die Betroffene eine Beratungsstelle aufsuchen lassen. Wie gehen wir Berater/innen damit um? Welche Möglichkeiten gibt es, diese Familien zu unterstützen das neue Leben, ohne das verstorbene Kind, wieder mit einer sicheren Basis und einer neuen Art der Beziehungen aufzubauen, anstatt in eine sich ausdehnende Isolation zu fallen? Wie kann es gelingen, in einer wertschätzenden Haltung des „Daseins“ den Schmerz mit auszuhalten? Wie können Ressourcen identifiziert und zu mobilisiert werden?

Diesen Fragen wird in der Arbeitsgruppe nachgegangen. Die Referentin kann auf ihre 20-jährige Erfahrung in der Begleitung trauernder Familien zurückgreifen.

M3 Bernd Reiners

Das Spielgespräch nach Schickssalsschlägen

Das Spielgespräch ist wie die Kinderorientierte Familientherapie von dem norwegischen Psychotherapeuten Martin Soltvedt entwickelt worden. Es ist leichter zu erlernen und einfacher in die „normale“ Beratung/Therapie zu integrieren. Das Spielgespräch ist eine verspielte Methode um mit inneren und äußeren Konflikten zu arbeiten. Rein praktisch hilft der/die Therapeut/in den Klientinnen und Klienten, mit Hilfe von angemalten Holzfiguren ihre Lebenssituation, einen Konflikt oder andere Erlebnisse darzustellen. Das Ganze spielt sich auf einer „Bühne“ ab, die (mit Klebeband) auf einen Tisch geklebt wird.

Der/die Therapeut/in trägt selbst zu der Gestaltung mit Hilfe ihrer Alter-Ego-Figur bei, indem sie Dialoge, Erzählungen und ein besseres Zusammenspiel zwischen den Figuren auf der Bühne anregt. Diese können sowohl äußere Personen repräsentieren als auch Anteile des Selbst des Klienten. Das visuelle Gestalten verstärkt die narrativen Fähigkeiten des Klienten. Die Gestaltung mit den Holzfiguren schafft eine gewisse Distanz. Mit der Externalisierung werden die Klientinnen und Klienten freier, Lösungen in aussichtslos erscheinenden Situationen zu finden. Das Spielgespräch eröffnet so Ressourcen und Kreativität bei Klientinnen, Klienten, Behandlern und Behandler/innen. Die „erspielten“ Lösungen bleiben durch die Visualisierung besser im Gedächtnis.

Diese Methode erleichtert es insbesondere Kindern (aber auch Jugendlichen und Erwachsenen), schwierige Inhalte zu verdeutlichen, bzw. überhaupt erst über sie zu sprechen. Nach Schicksalsschlägen eignet sich das Spielgespräch z. B., um eine distanziertere Rückschau zu ermöglichen, Zukunftsvisionen zu entwickeln, die entstandenen Gefühle zu sortieren etc.

Programmänderung:

M4 Sascha Kuhlmann

Schicksalsschläge bei Berater/innen

Text folgt.