

Krisenplan im Netzwerkgespräch – Fragen der Moderatoren

Datum:

Teilnehmer:

Einstiegsrunde

- Der Moderator benennt den Anlass des Gesprächs.
Die Anwesenden wurden auch gezielt zu diesem Thema eingeladen.
Gibt es jetzt noch Dringenderes als den Krisenplan, zu dem wir uns verabredet haben?
- Dann eine kurze Übersicht über die Themen des Gesprächs
„Es hat sich bewährt zunächst eine überwundene Krise zu betrachten, dann die Unterstützungswünsche aller mit Beginn der Krise zusammenzutragen und später weitere vorbeugenden Maßnahmen vor einer Krise.“
- Weitere Themen sind dann: (*Benennung an die Situation anpassen*)
Krisenentstehung – Krisenverstärkung – Frühwarnzeichen – Krisenverlauf – Hauptsymptomatik – Gefährdungen - Wann/Warum Klinikeinweisung – Unterstützungswünsche in der Krise – Vorbeugung vor einer Krise

Rückblick auf vergangene Krise(n)

- Welche Krise soll besprochen werden?
(die Letzte? – die Schwierigste? – unterschiedliche Krisen?)
- Erleben der Krise aus der persönlichen Perspektive (jeder Teilnehmer)
- Krisenentstehung (Ideen/Hypothesen zu Bedingungen, Auslöser)
- Was könnte zur Entstehung der Krise beigetragen haben?
 - (a) durch die KlientIn
Mögliche Hilfsfrage: Was müssten Sie selbst tun, damit Sie (so schnell wie möglich) in eine Krise kommen?
 - (b) durch das Netzwerk/Familie
Vorsicht: Induktion von Schuldvorwürfen und Schuldgefühlen bei Teilnehmern
Mögliche Hilfsfrage: Was müssen andere tun, um bei Ihnen so schnell wie möglich eine Krise auszulösen?
 - (c) durch die Professionellen
- Verstärkende Faktoren
 - (a) durch die KlientIn
 - (b) durch das Netzwerk/Familie
- durch die Professionellen
- Frühwarnzeichen (ganz frühe - frühe - späte)
 - Wer bemerkt was?
 - Wer bemerkt Veränderungen als erster?
 - Wer kann die KlientIn mit Akzeptanz dann auf Veränderungen hinweisen?
 - Welche Zeit vergeht zwischen den Frühsymptomen und der weiteren Krise?

Krisenzeichen

Symptome

ZEIT ←————→ Tage/Wochen

Handlungen

Kontakte

- Krisenverlauf
- In welcher Situation kam es zur Klinikeinweisung?
- Hauptsymptomatik: Angst, Wut, Rückzug, Expansion
 - Selbst- oder/und Fremdgefährdung, Suizidalität (behutsam erfragen)

Unterstützungswünsche mit Beginn einer Krise

Wer war hilfreich? Wer kann noch hilfreich sein?	Womit waren sie hilfreich? Womit können sie hilfreich sein?
Private Personen:	
Professionelle:	

- Detaillierte Absprachen, wer mit wem zu Beginn einer Krise Kontakt aufnehmen kann/darf, sind erforderlich, um keine Grenzen zu überschreiten.
- Welche zusätzlichen Personen könnten in einer möglichen Krise sinnvoll sein und wodurch?
- Was könnte so frühzeitig hilfreich sein, damit eine schwerere Krise abgewendet werden kann?
- Was könnte sonst noch hilfreich sein?
- Was könnte sonst noch hilfreich sein?
- Gibt es Kinder für die dann gesorgt werden muss? Wer? Wie?
- Gibt es Haustiere für die gesorgt werden muss? Wer? Wie?
- Was sollte vermieden werden?
- Welche Kontakte sollte die KlientIn dann meiden?
- Das Schlimmste, das auf jeden Fall vermieden werden sollte?
- Spezifische Unterstützung bei Angst, Wahnwelten, Rückzug, Depressivität, Wut, Aggressivität, Expansivität, Alkohol, Drogen?
- Waren Arztkontakte bisher hilfreich?
- Welche ArztIn ist hilfreich/könnte hilfreich sein? (Kontakt Daten)
- Waren Medikamente hilfreich? Welche? Dosierung? Bedarfsmedikation?
- Von wem konnten sie am besten angenommen werden?
- Welche Medikamente sind nicht verträglich/werden abgelehnt?
- Wird eine Dauermedikation eingenommen?
- Vertrauenspersonen/Kontaktpersonen:
 - Wie sollte der Kontakt mit uns am besten hergestellt werden?
 - Wer tut dann was?
 - Wo könnten Schwierigkeiten auftauchen? (Bsp. manische o. psychotische Krise wird manchmal von Betroffenen zunächst nicht als solche erlebt)
 - Was ist dann zu tun?

Vorbeugende Maßnahmen vor der Krise

- Welche Ressourcen/Stärken gibt es?
- Was tut gut, macht Spaß, hat früher Freude gemacht?
- Möglichkeiten der Stressreduktion?
- Was kann die KlientIn sonst noch Vorbeugendes tun?
- Was sollte die KlientIn lassen?
- Welche Kontakte sollte die KlientIn dann meiden?
- Was können andere vorbeugend tun?
- Was sollten andere zur Vorbeugung lassen?
- Was hilft generell Krisen zu vermeiden? (Weitere Ideen)
- Können weitere Ressourcen genutzt und entwickelt werden?