

Pierre E. Frevert

# Einführung in die Technik der Krisenintervention

## SCRIPT

für die TeilnehmerInnen der Ausbildung in Tiefenpsychologisch  
fundierter Psychotherapie am Frankfurter Psychoanalytischen Institut,  
WS 2008/2009

Anschrift: pierre.frevert@dgn.de  
www.pierre-frevert.de  
© Pierre E. Frevert 2008

Für Rückfragen: Pierre E. Frevert, Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Arzt für  
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie/ Psychoanalyse. Liebigstr. 8a, 60323 Frankfurt.  
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Autors

# Einführung in die Technik der Krisenintervention

## 1.1. Zur Theorie der Krise und Krisenintervention (B: 681-697 und C: 713 -722)

**Eine Krise entsteht, wenn ein Mensch sich auf dem Weg zu wichtigen Lebenszielen einem Hindernis gegenüber sieht, das er im Augenblick mit seinem üblichen Problemlösungsmethoden nicht bewältigen kann** (Caplan, 1961) zit. n. Reimer, 2007, S.714

**Krisen sind zeitlich umschriebene Ereignisse von ungewissem Ausgang mit dem Charakter des Bedrohlichen, des möglichen Verlustes. Sie stellen gewohnte Wert- und Zielvorstellungen in Frage, fordern Entscheidung und Neuanpassung, können Gefühle der Hilflosigkeit erzeugen, führen vielfach zur Änderung des Verhaltens und Erleben und bieten somit auch die Chance einer Neuorientierung** (Reiter und Strotzka, 1977) zit. nach Schleuning und Künstler, 2004, S. 286

**Die Krise ist ein Zustand der Überforderung des psychischen Apparates in seinen adaptiven und integrativen Funktionen- psychoanalytisch gesprochen: eine Überforderung des Ich.** (Diebel-Braune, 2006, S. 251)

### Krisentheorie

Caplan und Erikson      traumatische Krise versus Entwicklungskrise

Krise als Chance      Antonowsky, Kohärenzsinn, Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit, Handhabbarkeit

Historisch:

40er: Coconut-Grove-Brand in Boston 1940, Eric Lindemann (1944) fordert gezielte psychotherapeutische Hilfe für Gerette und Hinterbliebene

60er: Caplan (1961, 1964) erforscht Krisen und Interventionen aus sozialpsychiatrischer Sicht

70er: Cullberg (1978) Ablauf von Krisen und Interventionsstrategien

80er: Erweiterung des Krisenbegriffs auf psychiatrische Erkrankungen

### Merkmale einer Krise

- Akut, überraschen und bedrohlich
- führt zu Labilisierung und inadäquater Verhaltensweise
- Verfestigung der erworbenen Verhaltensweisen
- Kleiner Anlass, große Folge
- Krise ist auch eine Chance

### Arten von Krisen (Cullberg 1978)

- Normative Krise (Lebensveränderungskrise)      z.B. Heirat
- Nichtnormative Krise (traumatische Krise)      Tod eines Nahestehenden

Bewältigung Coping

Copingstrategie hängt ab von **Stressoren** und **Ressourcen**

### **Phasen einer Krise** (nach Cullberg 1978)

- Schockphase (Trauma), Verunsicherung (Lebensveränderung)
- Reaktionsphase
- Bearbeitungsphase
- Neuorientierung oder Chronifizierung

### **Grundlagen der Krisenintervention**

- Ziel: Linderung und Verhinderung psychosozialer Folgen, Hilfe zur Selbsthilfe

#### Technik:

- Rascher Beginn
- Aktives Handeln des Therapeuten
- Flexibler Einsatz verschiedener Methoden
- Multiprofessionelles Team
- Fokussierung auf die aktuelle Situation
- Einbeziehung der Ressourcen des Betroffenen und seines Umfeldes

### **6 Stufen der Krisenintervention** (nach Jacobson 1974)

1. Kontaktaufnahme (und screening)
2. Problemanalyse
3. Problemdefinition
4. Zieldefinition
5. Problembearbeitung
6. Abschluss der Intervention

Therapeut steht stellvertretend für die Hoffnung, interdisziplinäres Krisenteam,

### **Krisenintervention in der Praxis**

**Ambulant** natürliches Milieu, reaktivierbare Ressourcen  
**Stationär** Milieuwechsel, hohe Behandlungsintensität, therapeutische Gemeinschaft, Gruppenbehandlung

Schritte

1. Vor der Kontaktaufnahme: Auslöser klären, Beginn und Dauer der Krise, Suizidalität/Fremdgefährdung, Drogen, Medikamente, psychiatrische und somatische Erkrankungen, frühere Klinikaufenthalte, verfügbares soziales Umfeld
2. Während des Krisenmanagements „Anwärmphase“: Setting, Hilfemöglichkeiten, zeitlicher Rahmen, Krisenauslöser identifizieren, Hintergrund, Problemanalyse, gemeinsame Problemdefinition, Problemhierarchien bilden
3. Interventionsstrategien: „Hier und Jetzt“, Reizabschirmung, zunehmend strukturierend zu aktiver Gesprächsführung, Emotionalität zulassen, gemeinsam entlastenden Hilfeplan erarbeiten, falls erforderlich psychiatrische Diagnostik und Intervention (Medikamente)
4. Abschluss der Krisenintervention: Ergebnisse zusammenfassen, Vermitteln an Dritte samt Alternativplan

## 1.2. Krise - Psychiatrischer Notfall (B: 681-697)

Krise→Notfall Notfall→Krise

<b>Krise</b>	<b>Psychiatrischer Notfall</b>
Keine unmittelbare Gefährdung	Akute Gefährdung von Leib und Leben
Mittelbarer Handlungszwang	Hoher Handlungszwang
Ressourcen und soziale Unterstützung	Primär medizinisch-psychiatrische Hilfe
Aktive Zusammenarbeit mit Pat.	Aktives Handeln des Arztes
Kommunikation zentral	Kommunikation bricht zusammen
z.B. erste Trauerphase	Akute Psychose
Pharmakotherapie ausnahmsweise	Pharmakotherapie regelhaft

### **Sonderfall Suizidalität**

Suizidalität abschätzen, schützende Maßnahmen einleiten

- Akut drängende Gedanken, ausgeformte, „konkrete“ Gedanken
- Realitätsverlust
- Suizidalitätsgeschichte
- Bündnisfähigkeit
- Ressourcen
- Hilfe dazuholen

Psychodynamisch→ Narzißtische Krisen, nach innen gewendete Aggression (s.u.)

## 1.3. Entwicklungskrisen – traumatische Krisen (E: 3-21,A2:165 - 172)

(Erikson 1973, Cullberg 1980, 2008)

### **Kritische Entwicklungsphase des Kindes und Jugendalters**

- Säuglingsalter/orale Phase/Urvertrauen vs urmisstrauen
- Kleinkindalter/anale Phase/Autonomie vs Scham und Zweifel
- Kleinkindalter/ödipale Phase/Initiative vs Schuldgefühl
- Vorschulalter/Leistung gegen Minderwertigkeitsgefühle
- Teenager/Identität vs Rollediffusion
- Frühes Erwachsenenalter/Intimität vs Isolierung
- Mittleren Jahre/Generativität vs Stagnation
- Alter/Ich-Integrität vs Verzweiflung

Bei Cullberg differenzierter: Vorpupertät, Pubertät, Adoleszenz, kritische Phasen des Erwachsenenlebens: Abschied von den Eltern, Arbeits-Studienprobleme, Elternwerden, Rollenkonflikte, Mittlere Jahre, „midlife crisis“, Klimakterium, Das Ende der mittleren Lebensjahre: Alterungsprozesse, Aufstiegsschwierigkeiten, Arbeitsplatzprobleme, Berentung, Alter: Altsein und Sterben

### **Traumatische Krisen**

Krisenauslösende Situation (Tod, plötzliche Invalidität, Aufnahme ins Krankenhaus, Schwangerschaft und Geburt, Untreue und Trennung, Bloßstellung im sozialen Bereich, Kündigung)

Äußere Katastrophen (Überfall, sexueller Übergriff, Miterleben eines schweren Unfalls)

Psychisches Trauma in verschiedenen Entwicklungsstadien (psychosozialer Kontext)

**Spezifische Interventionen bei PTSD** (Fischer 2006 )

- Definition PTSD
- Psychodynamik des Traumas
- Technik der spezifischen, psychodynamischen Traumabehandlung

## **1.4. Psychoanalytisch orientierte Krisenintervention – Theorie und Technik (A1:251-265)**

**Definition** (s.o)

**Diagnostik:** außerseelische in Korrespondenz mit innerseelischen Erleben

Krise ist die Zuspitzung einer psychischen Problematik

**Technik:** Erruieren von Auslösefaktoren und Psychodynamik  
Hoher Grad an **Fokussierung**

**Modell:** Realität      Psychische Struktur      Intrapsychische Konflikte



**Psych. Dekompensation/ Krise**

Psychoanalytische Krisenintervention ist immer konfliktbezogen und ich-bezogen!

**Psychoanalytisches Vorgehen**

- **Beurteilung des Ich (Ich-Grenzen)**
- **Beurteilung der Objektbeziehungen (Selbst- und Objektrepräsentanzen)**

**Technik**

- **Therapeutischer Rahmen**
- **Arbeitsbündnis**
- **Therapeutische Haltung**
- **Konfliktbezogen und stützend**
- **Selbstwertstabilisierend**

**Psychodynamische Krisen**

- **Suizidale Krisen (narzisstische Krisen)**
- **Depressive Krisen**
- **Agieren**
- **Panikattacken**
-

# Literatur

- **A1): E. Diebel-Braune (2006): Psychoanalytisch orientierte Krisenintervention – Theorie und Technik,S.251-265. In: Hiller, Leibing, Leichsenring (Hg.), Sulz Lehrbuch der Psychotherapie CIP-Medien, 3. Aufl. München, Bd.2**
- **A2):G. Fischer (2006): Störungsspezifische Interventionen auf der Basis analytischer Therapie bei posttraumatischen und akuten Belastungsstörungen. In: A1**
- **B): G. Schleuning, R. Künstler (2004): Krise und Krisenhilfe. In: Rösler et al. Psychiatrische Rehabilitation. Springer, Heidelberg**
- **C):C. Reimer (2007) Krise, Krisenintervention und Kurzpsychotherapie,S. 713 -722. In: Reimer ,Eckert, Hautzinger, Wilke. Psychotherapie. Ein Lehrbuch für Ärzte und Psychologen. Springer Heidelberg, 3. Aufl. S. 713-733**
- **D):S. Kunz, U. Scheuermann, I. Schürmann (2007) Krisenintervention. Ein fallorientiertes Arbeitsbuch für Praxis und Weiterbildung, 2. Aufl. , Juventa, Weinheim und München**
- **E):Johan Cullberg (2008). Krise als Entwicklungschance, edition psychosozial, Psychosozial-Verlag, Giessen**