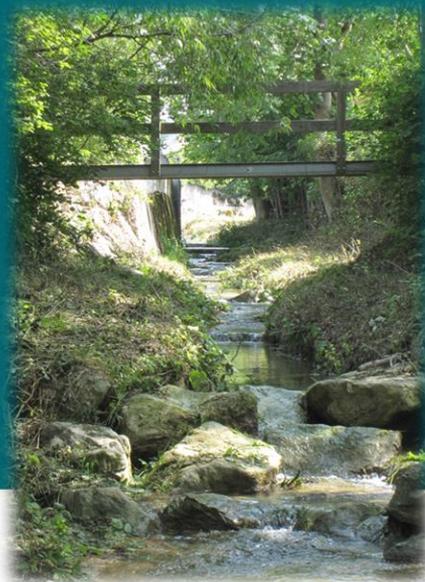


# Menschen begegnen – Brücken bauen

Anregungen zur Gestaltung von Begegnungen mit psychisch belasteten Menschen



Fachveranstaltung KoBe

**patientennah – engagiert – vernetzt**

## **Bourke Brigitte**

Pflegefachleitung / Pflegeexpertin Bereich Akutpsychiatrie Erwachsene

### **Schwerpunktthemen**

- **Recovery und Peerarbeit**
- **Angehörigenarbeit**
- **Aromapflege**

## Brücken bauen

- Der Mensch als "Architekt"
- Das zu Überbrückende
- Das Baumaterial und die Hilfskonstruktionen
- Über Brücken gehen
- Hilfreiches

# Einflussgrössen

Individuelle Gegebenheiten

Mensch

Interaktion

Fachwissen  
Kompetenz  
Erfahrung

Wissen

Rahmen

Ressourcen / äussere  
Gegebenheiten

# Mensch sein - wer wir sind

Individuelle Gegebenheiten

# Dass wir miteinander reden können, macht uns zu Menschen (Karl Jaspers)

## Mensch 1

Der Standpunkt im Leben

Der Rucksack

Das, was zu tun ist (Rolle & Aufgabe)

Werte und Überzeugungen

Aktuelles Befinden

## Mensch 2

Der Standpunkt im Leben

Der Rucksack

Das, was zu tun ist (Rolle & Aufgabe)

Werte und Überzeugungen

Aktuelles Befinden



# Woher komme ich

- Beruflicher Hintergrund  
Aus- und Weiterbildungen  
Erfahrungen
- Persönlicher Hintergrund
- Was mir wichtig ist im Leben – worauf ich Wert lege im Beruf
- Grundhaltung: eigene Werte und Normen



# Wissen

Über die Rahmenbedingungen

Über Menschen die psychische Krisen erleben

Über Kommunikationstechniken



# Rahmenbedingungen

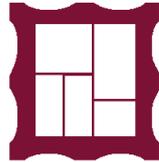
**Rollen**



**Aufträge**



**Setting**



## Denken – Gefühle – Wahrnehmen – Erinnern - Verhalten

Verwirrt sein

Angst haben

Hilflos sein

Gar nichts mehr  
tun können

Sich alleine  
fühlen

Nicht klar  
denken können

Misstrauisch  
sein

Wütend sein

Sich verfolgt  
fühlen

Traurig und  
verzweifelt sein

Alles auf einmal  
tun wollen

**Eine Krise entsteht, wenn notwendige Anpassungen an  
aktuelle Herausforderungen nicht geleistet werden können**

(Battegay in Riecher-Rössler et al., 2004)

**Krise als emotionaler Ausnahmezustand**

Ohnmacht

Hilflosigkeit und

Bedrohungsgefühle

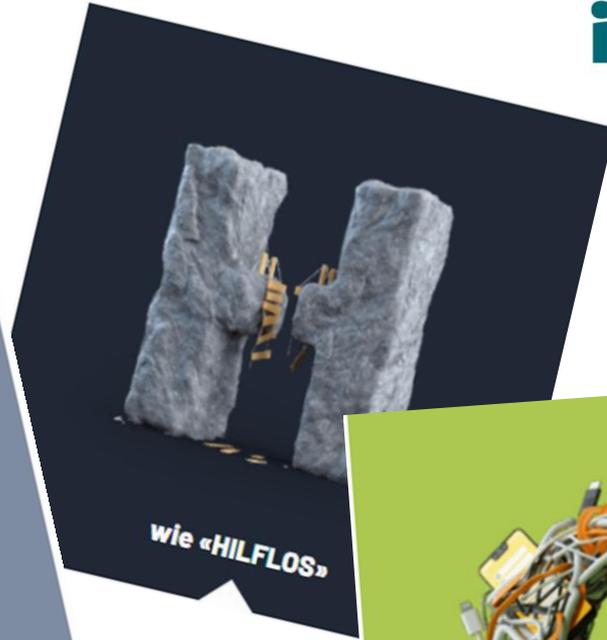
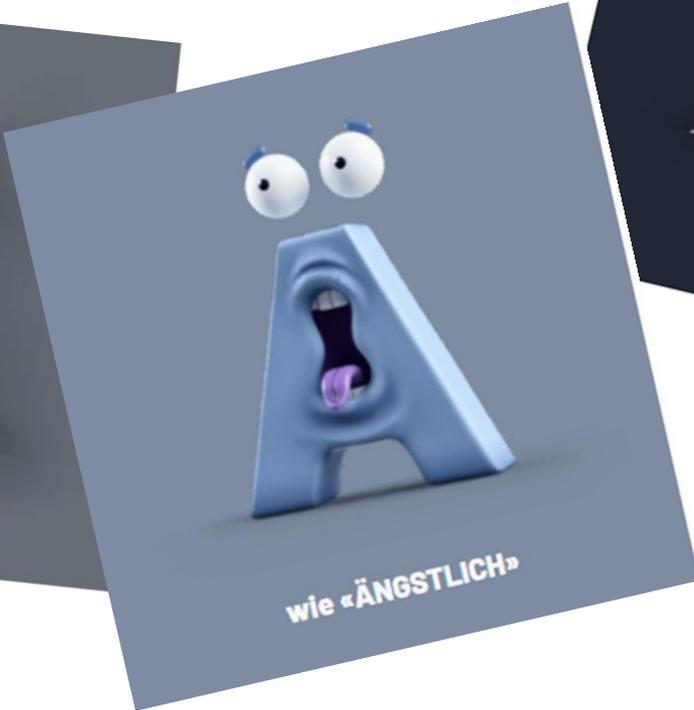
**Interesse  
Wertschätzung  
Akzeptanz  
Respekt vor anderen  
Lebensentwürfen**

**Empathie  
Zugewandtheit  
Mitgefühl**

**Selbstkongruenz  
Echtheit  
Authentizität  
Zweckgebundenheit**

# Kommunikation II

## Ausdruck von Gefühlen



# Brückenbau

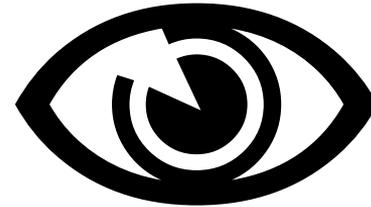
Zu Überbrückendes  
Baumaterial  
Statik



# Überbrückung

## Das Dazwischen – was im Weg steht

Eine kleiner Bach  
Ein Abgrund  
Ein See – ein Fluss  
Ein Berg



- Expertenwissen (Diagnosen; Behandlung; Kommunikationstechniken)
- "Peers" als Brückenbauer - Erfahrungswissen
- Zur Verfügung stehende externe Ressourcen (Zeit; Team; Angehörige; Institutionen)
- Die "Kraft des Amtes" (Rolle, Auftrag, Macht bzw. Machtgefälle)
- Die eigene Person

## Recoveryorientierung

- Respekt – Würde
- Zuversicht, dass Veränderung möglich ist
- Unterschiedliche Sichtweisen auf die Situation zulassen
- Ressourcen erkennen und einbeziehen
- Gemeinsame Lösungswege suchen



Menschen, die ähnliche Erfahrungen erlebt haben, können als

Übersetzerinnen/Übersetzer

Vermittlerinnen/Vermittler

Hoffnungsträgerinnen/Hoffnungsträger

eine wichtige Rolle für das gegenseitige Verstehen spielen

# "offener Dialog" (open dialogue)

(aus Aderhold, V., 2018. Kongresspräsentation)

- Andersartigkeit annehmen
- Worte des Gegenübers wiederholen
- Vielfältige Standpunkte erfragen und erwarten (Polyphonie)
- Eigene Unsicherheiten aushalten
  
- "Reflektieren":  
Wertschätzung aller Anwesenden
  - was habe ich für mich wichtiges gehört?
  - was hat mich berührt?
  - welche Fragen sind mir gekommen?

**Betroffene**

**wertfrei**

**Augenhöhe**

**Gleichberechtigt**

**Fachpersonen**

**(Mit-)Beteiligte/ Umfeld**

## Breakout



Was war der Anlass?

Was war ihnen dabei wichtig?

Woran haben sie gemerkt, dass die Begegnung gelungen ist?

# Die Brücke steht

Die Frage des Treffpunktes

An der gegenüberliegenden  
Seite?

In der Mitte?

Da, wo ich stehe?



Ressourcen / frühere Bewältigungsstrategien erfragen:

z. B.

- wie schaffen sie es, trotz aller Schwierigkeiten weiterzumachen?
- Welche Menschen in ihrem Umfeld bewundern sie?
- wie sind sie durch schwierige Zeiten ihres Lebens gekommen?
- Welche Unterstützung haben sie als hilfreich erfahren?

Beispiele aus "Recoveryorientiert fragen" (Slade, 2009)

## Gesprächstechnik

- "in der Vergangenheit..."
- Ermöglichen Vergleiche zu schaffen
- "....noch nicht...." - Nicht bei Problembeschreibungen haften bleiben
- Wünschenswerte Alternativen erfragen: "angenommen sie würden...."
- "VW" Regel: Vorwürfe in Wünsche umformulieren  
aus M. Prior (2015)
  
- **UND** statt **ABER**

# Begegnung - Beziehung

- Zeig dem Gegenüber, wer du bist
- Sag dem Gegenüber, wo du stehst
- Bringe in Erfahrung wer dir gegenübersteht
- Sei interessiert an der Situation des Gegenübers
- Augenhöhe – Herzenshöhe
- Gemeinsamkeiten suchen



# ? Das Rezept ?

- Klarheit bezüglich Ziel und Inhalt des Gespräches
- Interesse - Aktives Zuhören – Klärung von Gehörtem
- Ausdruck von Gefühlen ermöglichen
- Ressourcen und
- Mitteilung von Wahrnehmungen
- Ich Aussagen
- Offene Fragen stellen
- Gemeinsame Lösungswege suchen
- Zusammenfassungen
- Konkret: wie geht es jetzt weiter?

- Was ist ihr Auftrag – ihre Absicht?
- Was bringen sie mit im Hier und Heute?
- Loten sie gemeinsam Möglichkeiten und Grenzen aus
- Treffen sie Abmachungen



**Vielen Dank!**

**ipzw**

- Aderhold, V. (2018). Kongresspräsentation "Offener Dialog, bedürfnisangepasste Behandlung".
- Emotionen ABC: Kampagne wie geht's dir? <https://www.wie-gehts-dir.ch/emotionen-abc>
- Mahler, L., Jarchoy-Jàdi, I., Montag, C., Gallinat, J. (2014): Das Weddinger Modell: Resilienz und Ressourcenorientierung im klinischen Kontext. Köln: Psychiatrie Verlag.
- Open dialogue: <http://www.offener-dialog.de/materialien/der-film-/index.html> /
- M. Prior (2015). Mini – Max – Interventionen. Heidelberg: Carl Auer Verlag GmbH
- <https://www.trialog-antistigma.ch/>
- Riecher-Rössler, A. Berger, P & Stieglitz, R.D. : Psychiatrisch-psychotherapeutische Krisenintervention. 2004. Göttingen: Hogrefe
- Sauter et al. (2011). Lehrbuch psychiatrische Pflege. Bern: Huber
- Schulz, M & Zuaboni, G. Reveryorientiert fragen. In Psych. Pflege 2012. S. 230-235. Stuttgart: Thieme