

Pflegerische Interventionen bei Krise

und

Psychotrauma

Eigener Standort und Prozess als Pflegende	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die Begleitung von Menschen mit Krise oder Psychotrauma erfordert von den Pflegenden vorgängig eine persönliche Auseinandersetzung mit dieser Thematik ▪ Die Pflegenden befinden sich u.U. in derselben Phase wie die Betroffenen oder auch zeitverschoben. Dies kann zu Problemen in der Begleitung führen, deshalb die getroffenen Annahmen und Einschätzungen überdenken. 	
Beziehung aufbauen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Die Beziehung ist das tragende Element in der Krisen- oder Traumasituation → deshalb sind alle Aspekte der Beziehungsgestaltung von grosser Bedeutung ▪ Kontinuität in der Pflege, Bezugspersonensystem ▪ Sicherheit vermitteln durch kompetentes Handeln und Auftreten 	
Situationseinschätzung	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Erfassen der subjektiven Bedeutung der Ereignisse: Sinn, Werte, Schuld, Scham, Selbstvorwürfe ▪ Ermitteln von Selbstkonzept und Kohärenzsinn ▪ Erfassen von Ressourcen, belastenden Faktoren und psychischem Zustand 	
Wertschätzung	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Respekt vor dem Betroffenen ▪ Wertschätzen und verbalisieren, was den Betroffenen Schlimmes passiert ist 	
Normalisieren	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Symptome, Gefühle, Verhalten erklären: „es ist normal dass...“ z.B. Schlaflosigkeit, Ängste 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Symptome, Gefühle, Verhalten erklären: „es ist normal dass...“ Alpträume, Flashbacks, dauernd an den Unfall denken, dauernd die Bilder sehen, sich nicht konzentrieren können...“ usw
Begleiten	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Emotionen freien Lauf lassen, sei es Traurigkeit, Wut, Verzweiflung oder auch Lachen ▪ Menschen in lauten Krisen („Gefühlsschwall“) helfen, wieder zu sich zu finden. ▪ Menschen mit leisen Krisen scheinen alles im Griff zu haben. Achtung: unauffälligen, angepassten Patientinnen geht es nicht unbedingt gut. Sie müssen gut beobachtet werden. Erlauben und unterstützen, zu den eigenen Gefühlen zu stehen. Angebote zu Gespräch / zum Zuhören machen. ▪ Menschen in Angst- oder Panikzuständen nicht allein lassen ▪ Betroffene, die über das Erlebte sprechen wollen, reden lassen, zuhören ▪ Abwehrmechanismen respektieren ▪ Die Möglichkeit bieten, Verantwortung abzugeben ▪ Verantwortung abnehmen (z.B. Telefonanruf ausführen), Vorschläge machen (z.B. im Tagesablauf) ▪ In der akuten Situation klar führen und anleiten 	

<p>Gesprächsführung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Das Gespräch ganz klar führen, Zeit, Rolle und Ziel klären ▪ Dem Gespräch einen Rahmen geben ▪ Eher geschlossene Fragen stellen ▪ Vergleichsfragen stellen: „fühlen Sie sich heute schlechter als gestern?“ ▪ Wenn Patientinnen sagen: „ich weiss nicht , was ich brauche“ → Angebote machen ▪ Bei Patientinnen, die schlecht reden können, einfache, konkrete Fragen stellen: „ wie war das Frühstück heute?“ ▪ Feedback geben, zusammenfassen ▪ Problem ansprechen ▪ Wenn es schwierig wird, dem Patienten sagen, wie ich mich als Pflegende jetzt fühle → Übertragung ▪ Zukunftsperspektiven erfragen: „was denken Sie, wie ist es in einem Monat für Sie?“ 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wertschätzung für das Erlebte geben ▪ Ratschläge für den unmittelbaren Alltag und konkrete Hilfestellungen geben ▪ Abschliessen im Hier und Jetzt, Ausblick ▪ Fachleute beiziehen (Seelsorge, Psychologin, Psychiaterin): <ul style="list-style-type: none"> - zur professionellen Begleitung bei schweren Traumen - um bereits im Spital eine therapeutische Begleitung zu beginnen - auch zur eigenen Beratung /Entlastung in der Situation
<p>Anleitung/Beratung für Austritt</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Anleitung geben im Umgang mit Hilfsmitteln und beim Erlernen von neuen Fertigkeiten ▪ Angehörige brauchen oft ebenfalls Unterstützung und Information ▪ Hinweise auf Umgang mit Medikamenten: unbedingt unter Kontrolle behalten wegen Abhängigkeitsgefahr 	<p>Beim Psychotrauma besonders beachten:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hinweise auf weiteren Verlauf der Verarbeitung ▪ Hinweise auf mögliche Schwierigkeiten zu Hause: Schutzlosigkeit, Konfrontation mit der Realität, Ansprüche der Umwelt, andere Belastungen ▪ Arbeitsfähigkeit gut prüfen und abwägen ▪ Hinweise auf Fachleute und Beratungsstellen: Kontakte wenn möglich bereits knüpfen, nicht gemeinsam vermeiden