

*Krisenintervention und Suizidverhütung. Ein Leitfaden für den Umgang mit menschlichen Krisen. Mit einem Geleitwort von E. RINGEL. Herausgegeben von G. SONNECK Facultas Universitätsverlag Wien. 2 verbesserte und erweiterte Auflage 1991, 183 Seiten, div. Abb., brosch, ÖS 240.-1 DM 35.-*

Dieses Handbuch entspringt der praktischen Notwendigkeit, den vielen Interessenten und Besuchern des Kriseninterventionszentrums Wien (KIZ) einen kleinen Leitfaden der Krisenintervention in die Hand zu geben. Die Mitarbeiter des 1975 gegründeten KIZ und der Arbeit eng verbundene Autoren legen in zahlreichen Beiträgen ihre Erfahrungen dar, die sie durch die Betreuung von Menschen in Krisensituationen gesammelt haben.

Dabei geht es offenbar nicht um die Ausbildung von Spezialisten, sondern vielmehr um das Wiederbesinnen auf ein natürliches Krisenbewältigungspotential der Gemeinschaft. Denn "...prinzipiell kann jeder Mensch Krisenintervention durchführen, sofern er seine Kompetenz wahrnimmt, seine natürlichen Ressourcen ausschöpft und vielleicht anhand dieses Büchleins wieder erlernt, was er im Laufe seines Lebens vergessen hat." (7).

Sechzehn fachkundige Autoren bringen dem Leser in insgesamt 12 Kapiteln, die ihrerseits in sich abgeschlossen sind, Grundzüge der Krisenintervention, sowie spezielle Probleme im Umgang mit krisengefährdeten Menschen durch einen überaus praxisnahen Bezug nahe. Fallbeispiele und Gesprächsprotokolle veranschaulichen die unterschiedlichen Aspekte von Krisen in Familie Schule, Arbeit etc. bis hin zur zentralen Problematik der Selbstmordgefährdung. Es wird dabei darauf Bedacht genommen, daß ganz unterschiedliche Personenkrei-

se mit Krisen befaßt sind: interessierte Laien, unmittelbar Betroffene, Sozialarbeiter, Ärzte und Psychologen.

Die Autoren verstehen unter psychosozialen Krisen "...den Verlust des seelischen Gleichgewichts, den ein Mensch verspürt, wenn er mit Ereignissen und Lebensumständen konfrontiert wird, die er im Augenblick nicht bewältigen kann, weil sie von der Art und vom Ausmaß her seine durch frühere Erfahrungen erworbenen Fähigkeiten und erprobten Hilfsmittel zur Erreichung wichtiger Lebensziele oder zur Bewältigung seiner Lebensumstände überfordern." (9)

Auslösend wirken dabei meist traumatische Ereignisse (z. B. Verlust, Tod des Partners) und bedeutende Veränderungen (z. B. Heirat, Pensionierung). Die wesentliche Funktion des Helfers liegt dabei nicht im Ersatz von Verlorenem oder der Verleugnung der schmerzlichen Realität, sondern in der Stütze und dem Mitgefühl sowie der Ermutigung, Gefühle von Trauer, Angst und Aggression zu zeigen.

Krisenintervention unterscheidet sich von Maßnahmen der Akutpsychiatrie. Sie umfaßt alle Aktionen, die dem Betroffenen bei der Bewältigung *seiner* aktuellen Schwierigkeiten helfen. Zu den allgemeinen Prinzipien der Krisenintervention gehören "...der rasche Beginn, das Arbeiten an der Beziehung, am aktuellen Anlaß, der emotionalen Situation und an der Einbeziehung der Umwelt." So können negative soziale, psychische und medizinische Folgen verhütet werden. Wenn auch je nach Bedarf und Möglichkeiten Elemente aus verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren einfließen, ist Krisenintervention nicht mit Psychotherapie gleichzusetzen. Denn KI ist immer an eine aktuelle Krise gebunden und darf auch nur dort angewandt werden.

Die Lebensgeschichte des Betroffenen wird vorwiegend nur hinsichtlich der Dauer der Krise und in der Frage nach Bewältigung früherer Schwierigkeiten einbezogen. Somit ist eine tiefgreifende Persönlichkeitsänderung durch KI schon allein durch die Anzahl der Gespräche (ca. 5-15) nicht zu erwarten. Rein phänomenologisch sehen chronische Krisen zwar ganz ähnlich im Querschnitt aus, bedürfen aber eines anderen Behandlungskonzeptes (längerfristige Psychotherapie). Aus diesem Grund ist es von besonderer Wichtigkeit, gleich beim Erstkontakt ausreichend Klarheit über die Dauer einer Krise zu erlangen. Erste Kontaktaufnahme (z. B. telefonische Krisenintervention) und die Strukturierung der folgenden Gespräche sind in einem eigenen Kapitel prägnant dargestellt. Auf diese Weise werden die entscheidenden Kriterien einer Vorgangsweise bei akuten Krisen vermittelt.

Grundlegend für dieses Buch ist die Auffassung, daß eine Krise keine Störung sein muß. Der Krisenbegriff steht also nicht auf der Basis einer traditionell psychiatrischen Diagnostik und stellt auch keine eigene Krankheitseinheit dar. Diese Auffassung vermag einer Pathologisierungstendenz entgegenzuwirken, die den Klienten darin behindern kann, seine eigenen Möglichkeiten zur Bewältigung seiner Krise zu nutzen. Das Ziel der KI ist Hilfe zur Selbsthilfe. Das bedeutet zunächst, eine partnerschaftliche Beziehung zum Klienten herzustellen,

in der der Helfer sowohl eine angemessene Nähe zum Klienten findet, als auch die notwendige Distanz wahrt. Der Betroffene soll in den Gesprächen die Möglichkeit haben, sich in seiner Krise zu akzeptieren und selbst auf Lösungen zu kommen, d. h. auch neue Wege auszuprobieren, die er bisher nicht zu gehen gewagt hat. Das ist es auch, was die Krise nicht nur zu einer Gefahr, sondern auch zu einer Chance machen kann.

Zwar ist es nach Auffassung der Autoren unmöglich, sichere Strategien und Rezepturen für den Umgang mit krisengefährdeten Menschen zu liefern, doch versuchen sie, der persönlichen Weiterentwicklung dienliche Maßnahmen herauszuarbeiten und auf mögliche Fehlerquellen hinzuweisen. "Je besser ich meine eigene Stellungnahme zu Suizid, Tod und Sterben kenne, um so freier werde ich sein, den schwierigen Weg mit Menschen in der Krise gemeinsam zu gehen. Je früher ich selbst in der Krisenintervention meine Hilfsbedürftigkeit wahrnehme, mich der Hilfe anderer versichere und diese gegebenenfalls in Anspruch nehme, desto besser werde ich mich nach den Bedürfnissen der Menschen orientieren können, deren innere Not und Bedrängnis sie am Leben verzweifeln läßt. ...und nur das ist Hilfe, die tatsächlich wirkt." (20)

Die Autoren weisen darauf hin, daß einerseits viele Helfer, indem sie sich zu sehr mit den Betroffenen identifizieren, nur allzu schnell bereit sind, dem Klienten Verantwortung abzunehmen - was selbstunsichere oder sich hoffnungslos fühlende Menschen sich auch gerne gefallen lassen - und daß andererseits der Versuch, Distanz zu wahren, dazu führen kann, den Klienten als Leidenden zu wenig ernst zu nehmen..

In mehreren Beiträgen bieten die Verfasser anhand von Fallbeispielen Hilfestellungen zu den Themen "Stadien der suizidalen Entwicklung", "Einschätzung der Suizidalität", "Antisuizidale Therapie", "Umgang mit Hinterbliebenen nach Suizid", "Suizidalität und Arbeitslosigkeit" etc.

Jene Hinweise im Umgang mit selbstmordgefährdeten Menschen (z. B. zunehmende Einengung, gehemmte Aggression und Selbstmordphantasien als Kennzeichen des "präsuizidalen Syndroms") sollte auch jeder Psychotherapeut kennen, zumal auch im psychotherapeutischen Prozeß Situationen auftreten können, die für manche Klienten gefährdend sind und vom Therapeuten erkannt werden müssen (z. B. Urlaub des Therapeuten, Entlassung von der Station u. ä.).

Im Kapitel "Suizid-Klischee und Wirklichkeit" werden Vorurteile und Fehlanahmen benannt und zurechtgerückt, welche die Sicht auf die Hilfe für den Suizidgefährdeten verstellen (wie z. B.: "Wenn man jemand auf Selbstmordgedanken hin anspricht, bringt man ihn erst auf die Idee sich umzubringen."). Suizidgedanken mit einem Menschen so zu besprechen, daß dieser nicht in Angst und Panik gerät, bringt für den Betroffenen meist eine erhebliche Entlastung und öffnet die stizidale Einengung. Menschen nach einem Suizidversuch erwarten primär, daß man mit ihnen darüber spricht, und es ist erstaunlich, wie selten das geschieht. In diesem Sinne richtet sich dieses Buch prinzipiell auch an jene

Menschen, die bereit sind, ihre eigene Hilfsbedürftigkeit und auch die ihrer Mitmenschen wahrzunehmen.

Da die Medien die wichtigste Informationsquelle darstellen, wurden auf der Basis wissenschaftlicher Untersuchungen "Empfehlungen für Medien zum Umgang mit Suizidalität" erarbeitet. Ein Auslöseeffekt für Suizid wird umso deutlicher sein, je mehr in einem Bericht Suizid als einziger Aus- bzw. Lösungsweg in einer sensationslüsternen Sprache dargestellt wird. Je mehr Medienberichte Informationen über Alternativen und Arbeitsweisen von Hilfestellen enthalten, desto geringer ist ein auslösender Effekt.

Bei Initiativen oder Teams mit ähnlichen Zielsetzungen im psychosozialen Bereich dürfte das Kapitel über die Entstehungsgeschichte und Arbeitsweise des Kriseninterventionszentrums Wien auf Interesse stoßen. Dabei werden die Vorteile der Krisenintervention im Team hervorgehoben. Denn ein häufiger Umgang mit Suizidgefährdeten als "Einzelkämpfer" ist über längere Zeit kaum durchzuhalten. Dies zeigt sich am stärksten in der Situation, wenn sich ein Klient tatsächlich umbringt. Hier ist es wichtig, in einer Gruppe offen und vorbehaltlos die Umstände reflektieren zu können. Dadurch wird es erst möglich, die eigene Betroffenheit vollständig wahrzunehmen und zu einem Verhalten zu finden, das dem Klienten hilfreich ist.

An die im Schlußkapitel geführte Diskussion um die strafrechtliche Situation des Selbstmordes, in der Rechtsordnungen in groben Umrissen skizziert werden, die jedem, der - sei es beruflich oder durch persönliches Betroffensein - bekannt sein sollten, ist eine kommentierte Auswahlbiographie angefügt, um informationshungrigen Lesern die Vertiefung in weiterführende Literatur zu erleichtern.

Zusammenfassend läßt sich sagen, daß dieses Buch in die Fragen und Probleme hineinführt, die dem Erfahrenen wie dem Anfänger begegnen, wenn er sich mit Menschen in Lebenskrisen auseinandersetzt. Obwohl zahlreiche wissenschaftliche Arbeiten in die Auseinandersetzung mit dem Thema eingeflossen sind, ist doch ein leicht verständliches und hilfreiches Handbuch entstanden.

Gerald Tomandl (Wien)