



Meine Krisenerfahrungen und was daraus folgt...

Vortrag bei der Regio 2021 am 2.7.2021 in Stuttgart

Rainer Höflacher

Zu meiner Person (1v2)

- ▶ Jahrgang 1961, verheiratet, keine Kinder, Informatiker, wohne in Teningen bei Freiburg, bis 2011 in Stuttgart
- ▶ Meine bisherigen 3 Leben:
 1. **Bis 1981** (ca. 20 Jahre): Leben **vor der Psychose**
 2. **1981-ca.1998** (ca. 20 Jahre): **Leidenszeit** mit Frührente 1996
 3. **1999-heute** (ca. 20 Jahre): **Selbsthilfearbeit** und **Heirat 2010**

Zu meiner Person (2v2)

- ▶ **Psychotische Hölle** bei 1. Psychose 1981
- ▶ **Depressive Hölle** von 1993 bis ca. 1998
- ▶ **18 Aufenthalte** in der Psychiatrie, **ca. 25 akute Psychosen**, Erleben von **Zwangsmäßignahmen**, **Polizeikontakt**
- ▶ **Erfahrene Hilfen:** Klinik, 3 Psychotherapien, SpDi, Tagesstätte, WfbM, PIA, niedergel. Psychiater, Einzel-Ergotherapie, ärztl. geleitete Psychosegruppe (Über 10 Jahre), **Heimeinweisung war 1995 geplant**
- ▶ **Diagnose: Schizoaffektive Störung** (Bipolare Störung+Schizophrenie)

Meine Umfrage „Krisendienste“ im Jan. 2020

Rückläufer: 20 von ca. 120 (17%), davon 6 anonym, 7 männlich, 7 weiblich

1. Hätte Ihnen bei Ihren psychischen Krisen ein ambulanter Krisendienst geholfen?
 Ja / Nein
 1. Wenn ja: Wie hätte Ihnen der Krisendienst helfen können?....
 2. Wenn nein: Warum hätte Ihnen ein Krisendienst nicht helfen können?....
2. Wenn Sie in psychische Krisen geraten, an welchen Tagen und Uhrzeiten ist das dann?
3. Nach Hause kommen oder selbst hingehen?
 1. Wäre es nötig gewesen, dass das Krisenteam zu Ihnen nach Hause kommt?
 2. Hätte Sie selbst zum Krisendienst hingehen können?
4. Wie lange sollte ein Krisendienst die Menschen begleiten?
5. Wie stellen Sie sich einen guten Krisendienst vor? Was wünschen Sie sich diesbezüglich?
6. Sind Sie mit der ambulanten Krisenbegleitung durch Fachkräfte in Ihrer Region zufrieden?
Bitte einen Wert von 1-10 angeben (0=Überhaupt nicht zufrieden, 10=hoch zufrieden)?

Frage 1: Hätte Ihnen bei Ihren psychischen Krisen ein ambulanter Krisendienst geholfen?

Ja / Nein

Krisendienst hätte:

- ▶ 18x geholfen
- ▶ 2x nicht geholfen (1. berichtete von eigenen negativen Erfahrungen mit Krisendienst, 2. Krise zu heftig)

Frage 1.1: Wie hätte der Krisendienst helfen können?

Gespräche, Zuspruch, Seelsorge (8x)	Gemeinsam Lebensmittel einkaufen (2x)	Spaziergänge machen (2x)	Hilfe bei der Wiedereingliederung und Teilhabe (Integration) und bei der Arbeit (2x)
Klinikeinweisung hätte verhindert werden können (5x)	Tagesstruktur erarbeiten	Weniger angstbesetzt wie Akutstation	Ambulante Alternativen suchen
Angehörige einbinden, informieren und entlasten (4x)	In die Psychiatrie oder zum Psychiater begleiten	Deeskalieren (2x)	Andere Hilfsangebote involvieren
Informieren, Beraten und Begleiten (4x)	Vor Suizidgedanken schützen	Probleme mit Betreuer klären	Beschaffung von Medikamenten klären
Krankschift	Planung der Hilfen und von Aktivitäten (2x)	Aufklärung des Umfeldes	Zu Hause besuchen (2x)
Gegen Einsamkeit helfen, präsent sein (3x)	Helfen wichtige Termine einzuhalten	Zuhören und Verständnis zeigen	Psychotherapeutische Kurzeitbetreuung
Vermittlung zum diensthabenden Facharzt	Beschäftigung mit dem Unbewussten	Niederschwellig helfen	Im Alltag und Haushalt unterstützen (3x)

Frage 5: Wie stellen Sie sich einen guten Krisendienst vor? Was wünschen Sie sich diesbezüglich?

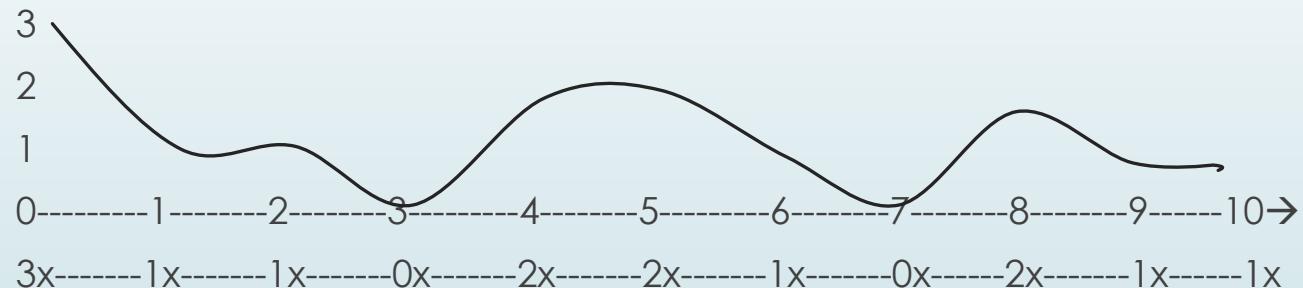
Örtlich gut erreichbar (2x)	Keine langen Wartezeiten (3x)	Recovery- und empowerment orientiert (3x)	Nieder-schwellig (4)	Auch über Notruf 112 erreichbar
Aufsuchend (5x)	Rund um die Uhr jeden Tag erreichbar (5x)	Auch über WhatsApp erreichbar	Kurzfristige Termine	Rückzugsmöglichkeiten
Transport in die Klinik übernehmen	Einsatz von Peers (2x)	Keine orangenen Westen wie die Feuerwehr	Kein Zeitdruck	Kooperation mit niedergelassenen Fachärzten oder anderen professionellen Hilfsangeboten (2x)
Anonyme Telefonberatung	Zentrale Koordination	Einbezug von Angehörigen	Nicht institutions-orientiert	Multiprofessionell besetzt (2x)
Seelsorgerische Begleitung	Regelmäßige Supervision	Bedürfnis-orientiert	Ganzheitliches Menschenbild	Zwangseinweisungen verhindernd
Menschenleben rettend	Gesetzlich vorgeschrieben	Gesicherte Finanzierung		

Frage 6: Sind Sie mit der ambulanten Krisenbegleitung durch Fachkräfte in Ihrer Region zufrieden?

Bitte einen Wert von 0-10 angeben (0=überhaupt nicht zufrieden, 10=hoch zufrieden)?

→ Mittelwert: 4,4

Gewichtung



- 4x keine Angabe
- 2x Text als Antwort, keine Zahl:
 - „Das kann bestimmt verbessert werden, ich werde da mal auf das GPZ zugehen ... ich denke, dass dies derzeit noch nicht wirklich umgesetzt ist ...“
 - „Ich habe derzeit keine diesbezügliche Erfahrung“

Initiativen zur Krisenbegleitung in Freiburg, Lahr und Lörrach

- ▶ Seit 2012 ASK! Freiburg (trialogisch)
 - ▶ Initiiierung von Fortbildungen für Krisenbegleiter*innen
 - ▶ Lokale Veranstaltungen
 - ▶ Initiiierung der AG Krisenbegleitung des GPV Freiburg
 - ▶ Hat Unterstützung der Kreise Freiburg und Breisgau Hochschwarzwald
 - ▶ Kleine Anschubfinanzierung über Stiftung
 - ▶ Nach geändertem Förderprogramm der Aktion Mensch ist die Finanzierung gefährdet.
 - ▶ **Modellprojekt Krisendienst Freiburg?**
- ▶ ASK Lahr (trialogisch)
- ▶ i-ASK Lörrach (trialogisch)

ASK = Außerstationäre Krisenbegleitung

Anlass: Mangelnde Unterstützungsmöglichkeiten bei akuten Krisen

Warum ich diesen Vortrag halte

- ▶ Erfahrungen mit dem Krisen- und Notfalldienst (K&N) Stuttgart
 - ▶ Kontakt wegen akuten Psychosen und Eheproblemen
 - ▶ Bei mir keine aufsuchende Einsätze
 - ▶ Früher: Psychiatrische Notfallpraxis im Furtbachkrankenhaus (FBKH), Behandlung nur mit Versichertenkarte
 - ▶ K&N ist neben dem Furtbachkrankenhaus mit separatem Eingang (war umstritten)
- ▶ Schon lange mit diesem Thema unterwegs
- ▶ Letzter persönlicher Kontakt mit dem K&N 2011, später ab und zu telefonisch
- ▶ Nachteil: Erfahrungen mit dem K&N liegen lange zurück

Meine Krisenerfahrungen (Auswahl)

2006: Psychose ausgelöst bei Seminar von Prof. Reinhard Tausch

2009: Psychose während Besuch bei späterer Ehefrau in Teningen

2019: Psychose nach Reduktion der Neuroleptika

Überlegungen

Hätte ein Krisendienst Klinikeinweisung verhindern können oder beschleunigen?

Mein professionelles ambulantes Hilfennetz hat versagt. Wenn dringend und zeitnah ein Profi gebraucht wird, ist oft niemand da.

Hauptlast tragen die Angehörigen, wenn welche vorhanden sind

1. Extrapiramidale Störungen in der Nacht

- ▶ Mit Mutter und Taxi zum K&N
- ▶ K&N → Notfallpraxis, nicht-empathische Ärztin → Akineton → wieder heim

2. Leichte psychotische Symptome

- ▶ K&N → Notfallpraxis → **Verschreibung von Medikament** → wieder heim

3. Akute Psychose in den 90ern

- ▶ K&N → Notfallpraxis → **Einweisung ins FBKH** → nächster Tag ins Bürgerhospital
- ▶ **Symptome: Gedankliche Verbindung mit dem Arzt**, ich als **Teil einer mächtigen, telepathisch begabten Elite**, affektiv erregt, wirre Gedanken, Sitzen auf der Wartebank war problematisch, wollte wieder gehen
- ▶ Zeitweise öfters **telefonische Beratung bei Eheproblemen**. Auch später **ausnahmsweise noch von Teningen aus**.
- ▶ Zeitweise **sehr hilfreiche regelmäßige Gespräche** im Krisendienst ca. 2009

Schlussfolgerungen bzgl. Krisendienst aus eigenen Erfahrungen (1v2)

1. **Einbezug von ärztlicher Kompetenz** ist notwendig
(Ärztl. Leitung oder Hintergrunddienst, Zusammenarbeit mit psychiatrischen Kliniken)
2. Viele meiner **Krisen** spitzten sich **nachts oder am Wochenende** zu →
7Tage/24h Erreichbarkeit
3. Viel **Mühe für meine Angehörigen** mich in die Klinik zu bringen →
Unterstützung bei Organisation der Klinikaufnahme
4. Mir haben **Gespräch außerhalb der akuten Krise mit K&N** sehr geholfen. →
Ausnahmefall?
5. **Gut ausgebildete und sehr erfahrene Mitarbeiter sind notwendig!**

Schlussfolgerungen bzgl. Krisendienst aus eigenen Erfahrungen (2v2)

6. Telefonseelsorge kann Telefonberatung durch psychosozialen Krisendienst nicht ersetzen
7. Mehr Unterstützung der Angehörigen!!!
8. ~~Gute Zusammenarbeit mit der Polizei → weniger Polizeieinsätze → sanftere Klinikaufnahmen, Deeskalation~~
9. Ich konnte den Krisendienst aufsuchen → ambulante Krisenteams trotzdem nötig
10. Krisenwohnung/Krisenzimmer kann Klinikeinweisung vermeiden

Schlussbemerkungen (1v2)

- ▶ **Bedarf an verbesserter psychosozialer Krisenbegleitung** ist weitestgehend unbestritten. Entsprechende **Forderungen der Fachleute, PE und Angehörige** gibt es schon **seit 20 Jahren**.
- ▶ **Warum ist es dann so schwierig Krisendienste zu finanzieren?**
- ▶ **Vorbild Bayern** mit seinem PsychKG und seinen „Bezirkssozialämtern“
- ▶ **Wer ist gefragt? → Krankenkassen? Kommunen? Das Land? Die Träger? Stiftungen? → jeder gibt Verantwortung weiter → Gemeinsame Mischfinanzierung?**

Schlussbemerkungen (2v2)

- Was kann die Landesebene für Krisenbegleitung tun?
 - Thema präsent halten
 - Veranstaltungen durchführen
 - Gremien initiieren und involvieren
 - Presse und Politik einbeziehen, (Fach-)Artikel schreiben, ...
 - Engagement des Sozialministeriums ist nötig
 - Modellprojekte durchführen
- Es braucht (einflussreiche) Protagonisten, die für das Thema Krisendienste dauerhaft stehen

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Was können wir alle tun?

Rainer Höflacher
hoeflacher@lvpebw.de