

Gruppenkrisenintervention als zentrale Nachsorgemethode

Maßnahmen und Zielgruppen

Schulpsychologische Krisennachsorge umfasst die Gesprächsführung mit verschiedenen betroffenen Personengruppen an der Schule.

Die erste Gesprächsgruppe bilden die Helfer an der Schule, die bereits an der Einsatzplanung beteiligt waren. In weiteren Gesprächsgruppen werden die betroffenen SchülerInnen im Gruppen- oder Klassenverband sowie einzelne, besonders stark betroffene Personen berücksichtigt. Auch Lehrerinnen oder Lehrer, die selbst zu stark betroffen sind und nicht als Helfer eingesetzt werden können, sind mögliche Gesprächsteilnehmer.

In einigen Fällen werden auch Eltern mit in die Gesprächskreise aufgenommen. Außerdem können Elternabende einberufen werden (siehe „Kontakte aufnehmen“).

Wann ist eine Gruppenaufarbeitung sinnvoll?

In der Regel wird eine Gruppenaufarbeitung mit anschließendem Angebot von Einzelgesprächen angeboten. Dieses Vorgehen hat sich in der Praxis bewährt. Die Betroffenen können im Gruppengespräch erfahren, dass es anderen ähnlich geht. Auch bietet die Gruppenaufarbeitung die Möglichkeit, soziale Eingebundenheit bzw. Gemeinschaftsgefühl und gegenseitige Unterstützung zu erleben.

Warum sollte die Gruppenaufarbeitung in der Regel von zwei Krisenhelfern durchgeführt werden?

Die Krisenhelfer haben die Aufgabe, den Aufarbeitungsprozess zu moderieren. Der Moderator ist im Interaktionsprozess mit denen, die gerade sprechen. Oft gibt es in solchen Situationen Betroffene, die stark reagieren und unter Umständen den Raum verlassen möchten. Hier ist es für den Moderator eine große Entlastung, wenn ein zweiter Krisenhelfer sich um diese Person kümmern kann. Dem zweiten Krisenhelfer kommt auch die Aufgabe zu, während des Gesprächs die TeilnehmerInnen zu beobachten, um mögliche Auffälligkeiten zu registrieren. In einer gemeinsamen Reflexion können die Krisenhelfer weitere Aktivitäten zur Unterstützung der Betroffenen besprechen.

Übersicht Gruppenaufarbeitung:

- | | |
|---|---------|
| 1. Sich vorstellen und den Rahmen klären | 10 min* |
| Vorstellung, Vorgehen, Gesprächsregeln | |
| 2. Erlebtes sammeln | 15 min |
| Warming-up, Fragerunde | |
| 3. Reaktionen besprechen | 25 min |
| Reaktionen, Umgang/Bewältigung | |
| 4. Hilfe und Selbsthilfe aktivieren | 15 min |
| Strukturierungshilfe für den Alltag | |
| 5. Gespräch abschließen | 10 min |

* Die Zeitangaben sind als Orientierung für eine Gruppe mit 7–12 Teilnehmern zu verstehen.
Teile der Aufarbeitung können bei großer Betroffenheit mehrmals durchgeführt werden.

LA 1 Schritt 8 von 14	Krisenintervention: Aufgaben und Vorgehensweisen	Handbuch Seiten 63–65
-----------------------------	---	-----------------------------

Ablauf: Gruppenkrisenintervention

1. Sich vorstellen und den Rahmen klären

10 min*

Wenn möglich: Stuhlkreis bilden

Vorstellung:

- Name, Aufgabe, Institution
- Krisenereignis benennen, z. B. „Wir sind hier, um mit euch über das zu reden, was passiert ist.“
- Bedauern ausdrücken
- Informationen über den Vorfall geben

Vorgehen erklären:

- Angebot erläutern: „Wir möchten gerne mit euch reden, um euch dabei zu helfen, eure Reaktionen auf das Geschehene zu verstehen und zu bearbeiten.“
- „Aus unseren Erfahrungen können wir sagen, dass es meist sehr hilfreich ist, solche Gespräche zu führen.“

Gesprächsregeln auf Flipchart visualisieren:

- Die Teilnahme an dem Gespräch ist freiwillig.
- Jeder sollte ausreden dürfen, d. h. keiner wird unterbrochen.
- Alles, was gesagt wird, ist von allen vertraulich zu behandeln.

Rollen erläutern:

- Stellen Sie die Personen mit ihrem Namen und der Aufgabe vor, z. B. „Wir haben im Gespräch verschiedene Aufgaben, einer leitet das Gespräch, einer visualisiert wichtige Sachen an der Tafel/dem Flipchart und evtl. einer unterstützt uns bei Bedarf.“

TeilnehmerInnen sich vorstellen lassen:

- Lassen Sie die TeilnehmerInnen Namensschilder erstellen und bitten Sie darum, sie mit dem Vornamen ansprechen zu dürfen (gilt nur für SchülerInnen).
- Lassen Sie sich die Namen nennen. Das erleichtert den Einstieg in die Gesprächsrunde.

Betroffenheit erfragen (fakultativ):

- Auf einer Skala (auf dem Flipchart) von „sehr betroffen“ bis „wenig betroffen“ können die Beteiligten sich mit einem Klebepunkt einordnen.
- Nach der Aufarbeitung werden sie erneut gefragt, wo sie sich einordnen. Dazu wird ein neuer Flipchart verwendet. Das Ziel ist, dabei eine Reflexion über die eigene Stabilisierung zu ermöglichen.

2. Erlebtes sammeln

20 min

Warming-up:

- Wer kannte ihn/sie? Woher? Wie gut kanntet ihr ihn/sie?
- Wie war der typische Tagesablauf vorher? Mit welchen Leuten hattet ihr zu tun?

Fragerunde:

- Wo wart ihr und mit wem wart ihr zusammen, als das Ereignis geschah?
- Wie habt ihr davon erfahren? Was wisst ihr (jetzt) über das Ereignis?
- Was habt ihr gesehen, gehört, geschmeckt, wahrgenommen?
- Wie habt ihr körperlich reagiert?

Fassen Sie hier bekannte Informationen und Fakten zusammen

Unterscheiden Sie hier klar zwischen gesicherten Informationen und Gerüchten, ohne dabei die Ängste und Befürchtungen der SchülerInnen bloßzustellen.

* Die Zeitangaben sind als Orientierung für eine Gruppe mit 7–12 Teilnehmern zu verstehen.

LA 1 Schritt 8 von 14	Krisenintervention: Aufgaben und Vorgehensweisen	Handbuch Seiten 63–65
-----------------------------	---	-----------------------------

3. Reaktionen besprechen

25 min

- Was habt ihr getan, als ihr von dem Vorfall erfahren habt?
- Was ging euch durch den Kopf?
- Was habt ihr dazu gesagt?
- Als ihr davon erfahren habt, hattet ihr da das Gefühl, dass es euch körperlich (z. B. Herzrasen, Bauchweh), emotional oder gedanklich nicht gut ging?
- Habt ihr diese Gefühle noch immer?
 - Ziel: Veranschaulichung, dass Reaktionen auf das gleiche Ereignis sehr individuell sein können und man sich dieser nicht zu schämen braucht. Des Weiteren erhält man hier Hinweise auffälliger SchülerInnen (traumatische Reaktionen), die möglicherweise eine weitere Betreuung benötigen.

4. Hilfe und Selbsthilfe aktivieren

15 min

- Was habt ihr seither getan?
- Was hilft euch in Situationen, in denen es euch schlecht geht?
- Was wird in den nächsten Stunden/Tagen geschehen? Welche Termine stehen fest?
- Gibt es Dinge und/oder Personen, die euch besonders helfen könnten, die nächste Zeit besser zu bewältigen?
 - Ziel: Bewusstmachung von bewährten Bewältigungsstrategien; Möglichkeit, eigenes Bewältigungsrepertoire zu erweitern
- Zu wem könnt ihr gehen, wenn es euch schlecht geht?
- Wie könnt ihr euch gegenseitig unterstützen?
- Wie geht es in den nächsten Tagen bzw. in der nächsten Woche weiter?
 - Ziel: Strukturierungshilfe für den Alltag in der Ausnahmesituation, um Sicherheit zu geben

5. Gespräch abschließen

10 min

- Zusammenfassung der Teilnehmerkommentare
- Wertschätzung für Äußerungen und das gegenseitige Zuhören mitteilen
- Bestärkung sinnvoller Bewältigungsstrategien
- Hinweis auf Beratungsoptionen (z. B. an der eigenen Beratungsstelle)
- Gesprächsangebot für Einzelne: „Wir bleiben jetzt noch da, falls jemand von euch noch Fragen oder Sorgen hat, über die ihr einzeln mit uns sprechen möchtet.“

Allgemeine Hinweise für die Gruppenkrisenintervention:

Es ist wichtig, die Namen der auffälligen SchülerInnen zu notieren. Die Informationen ergeben sich aus dem 3. Schritt „Reaktionen“.

Es hat sich für die Aufarbeitung als förderlich erwiesen, vor allem die Bewältigungsstrategien der Betroffenen auf einen Flipchart oder an die Tafel zu schreiben. Dadurch werden die Ressourcen der Betroffenen veranschaulicht und können so später bearbeitet werden.

Während der gesamten Aufarbeitung werden die Äußerungen stichpunktartig notiert. Zudem wird eine klare Aufteilung in einen Moderator und Schreiber (zweiter Krisenhelfer) vorgenommen.

Diese Beschreibung orientiert sich an dem Konzept der National Organisation for Victims[®] Assistance (NO-VA) für die Arbeit im Kriseneinsatz (Jimerson, 2006).

LA 1 Schritt 8 von 14	Krisenintervention: Aufgaben und Vorgehensweisen	Handbuch Seiten 63–65
-----------------------------	---	-----------------------------

Wann ist eine Einzelkrisenintervention sinnvoll?

Dieses Angebot ist dann sinnvoll, wenn die Betroffenen über verschiedene Klassenstufen verteilt sind oder wenn es nach Einschätzung der Helfer als dringend angesehen wird, sie zunächst oder im Anschluss an ein Gruppengespräch einzeln zu betreuen. Wenn Betroffene den Wunsch nach einer Einzelaufarbeitung äußern, sollte diesem entsprochen werden.

Für Schulleitungen, Lehrkräfte, HausmeisterInnen und SekretärInnen werden in der Regel Einzelangebote gemacht.

Ablauf: Einzelaufarbeitung

1. Sich vorstellen und den Rahmen klären

10 min

Vorstellung:

- sich selbst vorstellen
- Bedauern ausdrücken (echt und kongruent)
- Informationen über den Vorfall geben

Vorgehen – Ziele des Gesprächs:

Informationen bzgl. des Angebots geben:

- „Wir möchten gerne mit dir reden, um dir dabei zu helfen, deine Reaktionen auf das Geschehene zu verstehen und zu bearbeiten.“
- „Aus unseren Erfahrungen können wir sagen, dass es meist sehr hilfreich ist, solche Gespräche zu führen.“

Gesprächsregeln:

- „Alles, was gesagt wird, ist vertraulich und wird von mir nicht weitererzählt.“

2. Erlebtes sammeln

10 min

Fragen:

- Woher kanntest du ihn/sie? Wie gut kanntest du ihn/sie?
- Wie hast du davon erfahren?
- Was hast du gesehen, gehört, geschmeckt, wahrgenommen?
- Was weißt du (jetzt) über das Ereignis?
- Wie hast du reagiert?
 - Ziele: Wissensstand klären, Zusammenfassung von gesicherten Fakten, gesicherte von ungesicherten Informationen trennen

3. Reaktionen besprechen

15 min

- Was hast du getan, als du von dem Vorfall erfahren hast?
- Was ging dir durch den Kopf?
- Was hast du dazu gesagt?
- Als du davon erfahren hast, hattest du da das Gefühl, dass es dir körperlich (z. B. Herzrasen, Bauchweh), emotional oder gedanklich nicht gut ging?
- Hast du diese Gefühle noch immer?
 - Ziel: Das Beschreiben der eigenen Reaktionen unterstützt die Aufarbeitung. Für den Gesprächspartner wird veranschaulicht, dass Reaktionen auf ein Ereignis sehr individuell sein können und man sich dieser nicht zu schämen braucht. Im Gespräch kann der Krisenhelfer der Person vermitteln, dass ungewöhnliche Reaktionen auf ein unnormales Ereignis ganz normal sind und dass diese Reaktionen wieder vergehen werden.

LA 1 Schritt 8 von 14	Krisenintervention: Aufgaben und Vorgehensweisen	Handbuch Seiten 63–65
-----------------------------	---	-----------------------------

4. Hilfe und Selbsthilfe aktivieren

15 min

Umgang/Bewältigung

- Was hast du seither getan?
- Was hilft dir in Situationen, in denen es dir schlecht geht?
- Was wird in den nächsten Stunden/Tagen geschehen? Welche Termine stehen fest?
- Gibt es Dinge und/oder Personen, die dir besonders helfen könnten, die nächste Zeit besser zu bewältigen?
 - Ziel: Bewusstmachung von bewährten Bewältigungsstrategien; Möglichkeit, eigenes Bewältigungsrepertoire zu erweitern

Zu wem kannst du gehen, wenn es dir schlecht geht?

- Wie könntest du Unterstützung bekommen?
- Wie geht es in den nächsten Tagen bzw. in der nächsten Woche weiter?
 - Ziel: Strukturierungshilfe für den Alltag in der Ausnahmesituation, um Sicherheit zu geben

5. Gespräch abschließen

10 min

- Zusammenfassung
- Wertschätzung für Äußerungen mitteilen
- Hinweis auf mögliche Beratung bei Bedarf zu einem späteren Zeitpunkt