

HANDREICHUNG - Information fürs Netzwerk

Soforthilfe Psyche

September 2021



Wir gehen nach den fünf Prinzipien von Hobfoll vor:

Sicherheit herstellen - natürlich zuerst außen, dann aber auch innerlich

Beruhigen - nur im Zustand der Ruhe lassen sich neue Informationen verarbeiten

Selbstwirksamkeit stärken - was braucht dieser Mensch jetzt genau um wieder handeln zu können

Verbundensein - in vielen Studien der wichtigste Faktor für Genesung und Resilienz

Hoffnung - dann geht das Leben weiter

Anhand der Prinzipien können wir sehen, dass eine spezifisch therapeutische Intervention nicht als erstes wichtig ist.

Bedeutsam ist die **Zuwendung** und in **Kontakt** zu gehen und das anzuwenden, was wir schon können, womit wir uns in der Regel sicher fühlen.

Das heißt, man muss im Moment mit den Betroffenen in erster Linie **sichern, erden und stabilisieren**. Teilweise können auch Belastungen mit Ressourcen-EMDR und Pendeltechniken bearbeitet werden. Wenden Sie das an, womit Sie sich sicher fühlen.

Vor Ort ist es anders als in der Praxis, weil ungewohnt wenig Zeit zur Verfügung steht. Bleiben Sie ruhig, auch wenn jetzt noch keine längeren Prozesse möglich sind. Seien Sie offen für die Bedürfnisse vor Ort und bleiben Sie bei Ihren **Kernkompetenzen**.

Bitte tragen Sie das Namensschild mit dem **Schriftzug „Soforthilfe Psyche“** und Ihrem Namen plus Berufsbezeichnung. Diese Insignien sind inzwischen bekannt und stoßen auf Vertrauen!

Wir **evaluieren** die durchgeführten Gespräche oder Interventionen; ebenso eine Kurzdokumentation des Einsatzes (einfach auf einen Schreibblock, diesen unter den üblichen Datenschutzbestimmungen aufbewahren).

Evaluation ist notwendig, da wir Spenden erhalten und belegen müssen, was wir tun und welche Verbesserungen ggf. gewünscht würden.

Es gibt **Supervisor:innen**, die sich für die Arbeit mit den Teams, für spontane Rückmeldung und Unterstützung bereithalten. **Bitte wenden Sie sich zuerst an Ihre bekannten Supervisoren.** Ansonsten stellen Sie Kontakt her zu Tanos Freiha, Helga Stroehle, Anke Stahl, Helga Mattheß, Peter Liebermann, Hedi Gies, Petra Weirauch-Schmachtenberg, Birgit Albs, Claudia Erdmann, Ulla Baurhenn, Wolfgang Wöller.

WAS WIR NICHT TUN...

Soforthilfe Psyche

- Wir vermitteln keine Ferienfreizeiten, Stadtranderholungen usw. da wir nicht wissen und nicht überprüfen können, wer hinter solchen Angeboten steht. Von daher möchten wir auch **keine Werbung** auf unserer Webseite für o.a. Angebote machen, auch wenn sicherlich auch gute Angebote dabei wären.
- Ebenso möchten wir **keine Werbung für kostenpflichtige Angebote** von Kolleg:innen für Weiterbildung, Supervision o.ä. machen. Wir verstehen uns als Netzwerk zur Unterstützung der betroffenen Menschen durch unsere Fachkompetenz.
- Wir sind religionsfrei und unabhängig, folgen unseren rechtlichen und ethischen Vorgaben und Grundsätzen als psycho-traumatologisch ausgebildeten KJP, PP, ärztliche Psychotherapeuten.
- Presseanfragen, die unsere Netzwerk Soforthilfe Psyche betreffen, bitte an trauma@sofortaktiv.de verweisen.