

Ergebnisse/ Zusammenfassung Workshop 2

Emotionale Belastungssituationen: Supervision mit Fallbeispiel

Uwe Blanke, Sozialpsychiatrischer Dienst Region Hannover

Sarah Duensing, Sozialpsychiatrischer Dienst Hamburg

Die Teilnehmenden stellen verschiedene für sie emotional belastende Situationen vor.
Folgende Nennungen werden mit Häufigkeit festgehalten:

- 10 x Tätlicher Angriff
- 9 x Bedrohung – Gewalt
- 7x Langzeit-Belastung / Dip. Sorge
- 5x Suizid/ Suiziddrohung
- 1x fehlende Unterstützung/ Team
- 1x somatisch, medizinische Hilfe erforderlich
- 1x Hausbesuch mit besonderer Anforderung

Gemeinsam werden weitere Themen bearbeitet:

Problembeschreibung

- 1) Ab wann ist etwas BELASTEND? Woran merke ich, dass ich belastet bin?
- 2) Woran können andere merken, dass ich belastet bin?

Supervision

- 1) Situationsanalyse
 - a. Anlass
 - b. Auftrag
 - c. Beteiligte Personen/ Institutionen
- 2) Was hat mir in früheren Belastungssituationen geholfen? Meine Strategien im Umgang mit emotionaler Belastung?
- 3) Inwieweit hilft mir diese Erfahrung für Umgang mit aktuellen Belastungssituationen?
- 4) Unterstützende Personen?
- 5) Unterstützende Eigenschaften, Gedanken, Emotionen + Verhalten

Zukunft wird aus Ideen gemacht

1) Selbstreflexion: sich selbst besser kennen und verstehen

Welche Themen in meiner Arbeit belasten mich mehr/ weniger (Sucht, Obdachlosigkeit, bestimmte Dynamiken in der Kontaktgestaltung mit Klienten usw.)?

2) „Professionelle Haltung“ – (was ist das eigentlich?) – als Schutz vor eigener Belastung/ Burnout

3) Selbstfürsorglicher Umgang: wie sieht dieser bei mir konkret aus?

4) Welchen Sinn/ Nutzen/ welche Funktion hat es emotional belastet zu sein?

Lösungsvorschläge, um emotionale Belastungssituationen zu minimieren:

- Bewusste machen: Rest – RISIKO bleibt
- Zeit nehmen! Geordnete Vorbereitung
- Hausbesuche immer zu zweit
- Digitales WARN- System
- Im Zweifel mit Polizeibegleitung