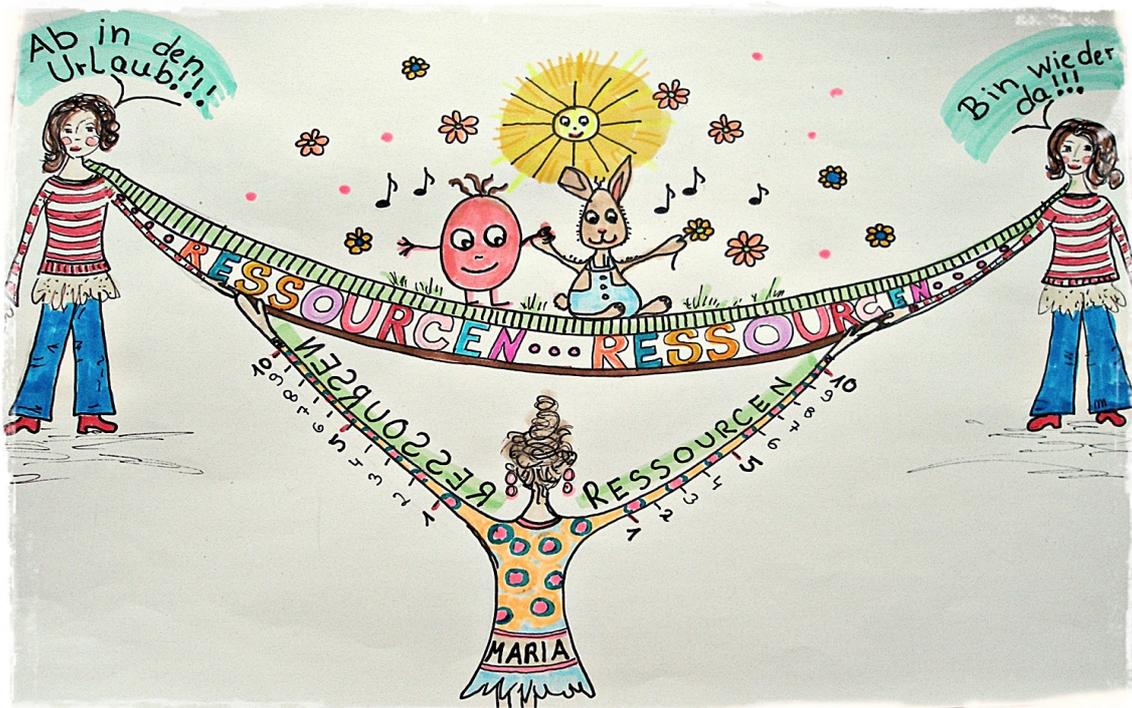


„Die Ressourcenbrücke“

Neustrukturierung des regulären Übergabeablaufs für die Urlaubs- und Krankheitsvertretungen in einer Wohngruppe für traumatisierte Frauen

Projektarbeit von Maria M. Schnitzler
praxis@martina-schnitzler.info

im Rahmen der Fortbildung „Ressourcenorientierte Traumapädagogik / Traumazentrierte Fachberatung“ vom *institut berlin*, Lydia Hantke, Hans-J. Görge und Team; Hamburg 2018/2019



Inhaltsverzeichnis

1. Vorstellung meines Arbeitsbereiches, *Seite 3*
2. Der Betreuungskontext in den Wohngruppen, *Seite 3*
3. Die Zielgruppe, *Seite 4*
4. Die Idee zu meinem Projekt „Die Ressourcenbrücke“, *Seite 4*
5. Die Ausgangslage, *Seite 5*
6. Das Projekt „Die Ressourcenbrücke“, *Seite 5*
7. Umsetzung des Projekts, *Seite 6*
 - a) innerhalb des Teams, *Seite 6*
 - b) für die Bewohnerinnen, *Seite 6*
8. Vorschläge für das schriftliche Übergabeprotokoll, *Seite 8*
9. Abschließende Bemerkung, *Seite 9*
10. Bild, *Seite 10*

1. Vorstellung meines Arbeitsbereiches

Seit einigen Jahren arbeite ich in einer Wohngruppe für volljährige, traumatisierte Frauen. Neben der Begleitung/Betreuung einiger hausinterner Gruppenangebote umfasst mein hauptsächliches Aufgabengebiet die Versorgung sämtlicher Urlaubs- und Krankheitsbetreuungen, Fortbildungs-Frei-Zeiten sowie Auszeiten der Kolleginnen. Dadurch ergaben sich in der Vergangenheit Vertretungs-Zeiträume von einer Woche bis zu einem Dreiviertel-Jahr. Das bedeutet auch, dass ich in der jeweiligen Vertretungszeit über das Jahr verteilt mit sämtlichen Bewohnerinnen wiederkehrende Gesprächs- und Kontakttermine habe, jedoch nicht regelmäßig und nicht wöchentlich wie die jeweiligen Bezugsbetreuerinnen, was die besondere Herausforderung und auch eine Schwierigkeit meines Aufgabenbereiches ausmacht.

Zu der Zeit, als ich meine Arbeit in den Wohngruppen begann, fand ich die Übergabesituationen relativ unstrukturiert und ungeordnet vor - jede Kollegin gestaltete die Übergabe inhaltlich und formal unterschiedlich, es gab keinen geregelten, allgemeinen Ablauf. Diese Situation hat sich inzwischen erheblich verbessert und geordnet, z.T. auch durch mein Mitwirken; es wurde mittlerweile folgende klare Struktur für das Übergabe-Setting entwickelt:

In der allgemeinen wöchentlichen Teamsitzung vor der jeweiligen Vertretungsbetreuung findet eine mündliche Übergabe statt (im plötzlichen Krankheitsfall höchstens per E-Mail oder telefonisch), zudem erhalte ich vor Beginn meiner Vertretungszeit noch ein schriftliches Übergabeformular mit einigen Eckpunkten zur aktuellen Situation der Klientinnen, die die Bezugsbetreuerin ca. eine Woche vorher abfragt und zusammengefasst notiert.

Dennoch bleibt der Umgang mit der Übergabe je nach Stresslevel, Zeit- und Termindruck etc. der jeweiligen Kollegin inhaltlich oft weiterhin recht uneinheitlich, insbesondere auch, was die Vorbereitung der Klientinnen auf die bevorstehende Abwesenheitszeit ihrer Bezugsbetreuerin angeht. Diese wird von den meisten Bewohnerinnen auf Grund ihrer massiven Bindungstraumatisierungen üblicherweise als krisenhaft erlebt. Oft tun sich neue Kolleginnen zudem schwer damit, den Ablauf der Übergabesituation zu übernehmen, auch das ist für mich ein Hinweis darauf, dass hier Verbesserungsbedarf besteht.

2. Der Betreuungskontext in den therapeutischen Wohngruppen

In den Wohngruppen für Frauen findet traumapädagogische Alltagsbetreuung statt.

Es gibt mehrere Wohngemeinschaften, die sich im Innenstadtbereich verteilen. Die Klientinnen kommen aus allen Teilen Deutschlands zu uns, einige befinden sich (noch) im TäterInnen-Kontakt bzw. arbeiten am Ausstieg aus destruktiven Bindungen.

Die Bewohnerinnen versorgen sich in den Wohngemeinschaften selbstständig, dort sind nur in Ausnahmefällen Betreuerinnen vor Ort.

Von den Wohnungen getrennt befinden sich die Beratungs-, Büro- und Gruppenräume, dort können sich die Klientinnen von morgens bis zum Nachmittag aufhalten (mit Hintergrundbetreuung und einigen Strukturelementen). Der Tag beginnt in der Regel für alle Bewohnerinnen mit einem gemeinsamen morgendlichen Frühstück und Austausch.

Jede Kollegin begleitet mehrere Klientinnen im Bezugsbetreuungssystem, jede Klientin hat zudem noch eine Co-Betreuerin als zusätzliche Ansprechpartnerin an ihrer Seite.

Die Klientinnen erhalten mindestens zwei einstündige Einzelgespräche pro Woche und können darüber hinaus weitere Kontakte vom Team einfordern, nicht nur zur Krisenintervention.

Zudem gibt es alltagsstrukturierende Gruppenangebote und eine begrenzte Rufbereitschaft am Wochenende.

3. Die Zielgruppe

Das Betreuungsangebot der Wohngruppen richtet sich an volljährige Frauen ab 18, die auf Grund traumatisierender Erfahrungen wie körperliche und seelische Misshandlungen, sexualisierter Gewalt und/oder extremer frühkindlicher Vernachlässigung Hilfe und Unterstützung benötigen und sich aus unterschiedlichen Gründen (noch) nicht in der Lage sehen, alleine leben zu können.

Alle Klientinnen weisen eine Komplexe Posttraumatische Belastungsstörung (K-PTBS) auf sowie zahlreiche weitere Diagnosen, insbesondere Borderline Persönlichkeitsstörung, Dissoziative Störungen und Dissoziative Identitätsstörung, Ego State Disorder, Depressionen, zudem meist Essstörungen als Folgesymptomatik der Traumatisierungen.

Von der Dissoziativen Identitätsstörung sind in der Regel ein Drittel bis die Hälfte der Bewohnerinnen betroffen, häufig mit dem Hintergrund Rituelle Gewalt, womit z.T. eine intensivere und auch inhaltlich andere Form der Betreuungsarbeit einhergeht.

4. Die Idee zu meinem Projekt „Die Ressourcenbrücke“

Gleich zu Beginn der Fortbildung „*Ressourcenorientierte Traumapädagogik / Traumazentrierte Fachberatung*“ vom *institut berlin* kamen mir anhand der vorgestellten Übungen und des Hase / Denker-Modells Ideen, wie einige dieser Elemente in den Übergabeablauf eingebaut werden könnten, um die Übergabesituation für alle Kolleginnen im Team einheitlicher zu strukturieren und einen allgemeinen inhaltlichen und formalen Standard zu etablieren.

Es entstand der Wunsch und das Ziel, die Vertretungszeit für die Klientinnen - und für mich - stressfreier und transparenter gestalten zu können und Zustände und Befindlichkeiten der Bewohnerinnen leichter überprüfbar und für die Klientinnen kontrollierbarer zu machen.

Bereits im Voraus noch besser zu wissen, wie ich die Klientin optimal dabei unterstützen kann, in der für sie gewöhnlich als große Belastung erlebten Vertretungszeit gut für sich zu sorgen, und zwar vornehmlich in den Punkten Affektregulation, Reorientierung, Selbstfürsorge sowie der Kontrollierbarkeit der Vertretungsstunde / des Kontakts, hätte große Vorteile für alle Beteiligten.

In der Umsetzung würde es bedeuten, dass die jeweilige Bezugsbetreuerin schon im Vorfeld ihrer Abwesenheit vorbereitend mit ihrer Klientin bestimmte Interventionen des Ressourcenmodells (wie z.B. das Ressourcenbarometer) zur Stabilisierung, Beruhigung und Entspannung für die Vertretungszeit erarbeitet, sodass diese während der Urlaubsbetreuung für die Klientin sofort abrufbar und anwendbar sind. Daraus ergibt sich für die Klientin ein weiterer Vorteil, nämlich, dass sich einfacher eine vertraute Arbeitsatmosphäre einstellen kann, bzw. es viel leichter gelingen kann, diese herzustellen, wenn ich in der Beratungsstunde die gleichen „Ressourcenfragen“ und Interventionen anbiete, die sie bereits vorher ausgiebig mit ihrer Bezugsbetreuerin erarbeitet und erprobt hat.

Dies alles findet in Teilen natürlich längst statt, jedoch nicht einheitlich und noch nicht nach einem für alle allgemeingültigen Ablauf.

5. Die Ausgangslage

Aus vielerlei Gründen stellt die Abwesenheitszeit der Bezugsbetreuerin für die meisten Bewohnerinnen eine Krisenzeit dar, deren Ausmaß als unterschiedlich stark belastend erlebt wird. So werden alte, existenzielle Erlebnisse des Verlassenseins, Erfahrungen der frühkindlichen Vernachlässigung wachgerufen. Auf Grund einer fehlenden Objektkonstanz wird die Abwesenheit der Bezugsbetreuerin als Kontaktabbruch bzw. Kontaktende erlebt, unabhängig davon, wie zeitig im Vorfeld ein Urlaub angekündigt wurde.

Auch der Wechsel des Betreuungskontaktes von der vertrauten Betreuerin zu mir als relativ „fremd“ wahrgenommenen Teamkollegin kann als bedrohlich erlebt werden oder sogar als Trigger wirken und beeinflusst bzw. erschwert natürlich die Vertretungssituation. U.a. ist das auch davon abhängig, wie lange die Klientin schon bei uns wohnt und wie häufig sie bereits positive oder neutrale Erfahrungen im Vertretungskontakt mit mir sammeln konnte.

Zu weiteren Faktoren gehören persönliche Bindungsstile und Beziehungsverhalten, die persönliche Biographie und der individuelle Entwicklungsstand in der Arbeit der Klientin.

Frauen mit einer DIS, die sich noch keine stabile Kommunikation mit ihren Innenanteilen (hier insbesondere Säuglingsanteile, innere Kleinkinder, ältere innere Kindanteile) erarbeitet haben, werden in diesen Situationen oft überflutet von Angst- und Bedrohungsgefühlen und haben große Schwierigkeiten, sich selbstständig zu beruhigen oder im Kontakt zu bleiben. In solchen Momenten ist es dann sehr schwer für sie, die Vertretungsstunde sinnvoll für sich nutzen zu können.

Bestehender, fortlaufender Täterkontakt, d.h., aktuelle, ständige Traumatisierungen, wirken sich ebenso erschwerend auf die Vertretungssituation aus.

Neben den oben geschilderten problematischen Umständen gibt es jedoch auch immer Bewohnerinnen, denen es gut gelingt, innerhalb der Vertretungsbetreuung einen tragfähigen, positiven Kontakt zu mir aufzubauen, diese Zeit gut für sich zu nutzen und vielfach davon zu profitieren.

6. Das Projekt „Die Ressourcenbrücke“

Mit Hilfe der „Ressourcenbrücke“ soll ein stabiles Geländer errichtet werden, welches es den Klientinnen und auch mir ermöglicht, sich leichter und sicherer durch die Vertretungszeit zu bewegen. Die „Ressourcenbrücke“ stellt dabei in den Abwesenheitszeiten der Bezugsbetreuerin für die Klientin eine stabile, tragfähige Verbindung zwischen ihrer Betreuerin, mir und dem Team sicher. Die Verbesserungen des Übergabeablaufs sollen zu größerer Klarheit und Kontrollierbarkeit der Vertretungssituation ganz allgemein und im Umgang miteinander führen, so dass sich die Klientinnen in dieser Zeit soviel wie möglich in ihrem Ressourcenbereich aufhalten können und zudem positive Erfahrungen der Selbstwirksamkeit machen, z.B. indem sie lernen, ihren Ressourcenbereich selbstständig zu erweitern und zu kontrollieren.

Folgende Methoden des traumasensiblen Arbeitsmodells sollen in den Übergabeablauf und die Vertretungszeit als feste Bestandteile eingebaut werden:

- das Ressourcenbarometer als Arbeits- und Messinstrument für alle Beteiligten und für die Klientinnen, insbesondere zur Affektregulierung, (Re-)Orientierung in Zeit und Raum, Kontrolle von Kontakt, Selbstfürsorge
- Einführung und regelmäßige Erläuterung des Hase/Denker-Modells zum leichteren

Verständnis des Ressourcenbereichs sowie der Normalisierungsintervention mit Zeitstrahl, Spannungskurve, der Notfallreaktion, Dissoziationsmodell etc.

- dazu gehört zum leichteren Verständnis eine in regelmäßigen Abständen zu wiederholende Erläuterung der Hirnstrukturen
- Einführung bzw. Erweiterung des Ressourcenkoffers mit Anleitungen zur Nutzung
- Notfallkoffer und Sammeln/Einüben geeigneter Dissoziationsstopps speziell auch für das Vertretungssetting
- Arbeit mit geeigneten Imaginationsübungen (je nach Möglichkeiten der Klientin, z.B. Wohlfühlzustand, Wohlfühlort, Zwischenlager – und weitere Übungen aus dem Ausbildungsskript Hantke/Görges, *institut berlin* 2018)

7. Umsetzung des Projekts

a) innerhalb des Teams

Alle Kolleginnen haben in der Vergangenheit unterschiedliche Trauma-Fortbildungen absolviert, jedoch zu unterschiedlichen Zeiten, mit unterschiedlichen Arbeitsmodellen usw.. Die Inhalte ressourcenorientierter Arbeit sind also bekannt und werden angewendet.

Der erste Schritt zur Umsetzung meines Projekts ist es nun, alle Kolleginnen auf einen einheitlichen, aktuellen Kenntnisstand zu bringen und Inhalte und Methoden der Fortbildung vorzustellen bzw. aufzufrischen. Dieses gemeinsame Up-Date wird von mir, als Teilnehmerin des aktuellen Traumacurriculums 2018/2019 vom *institut berlin* organisiert und durchgeführt.

Dafür bietet sich eine zusätzliche Teamsitzung an, in der wir gemeinsam unser Wissen auf den neuesten Stand bringen und diese Ergebnisse dann am Besten zum späteren Nachschlagen auch protokollieren oder in einem Handout zusammenfassen. Da unser Team stets offen ist für Veränderungsideen, sollte der Bereitschaft zu diesem Projekt nichts im Wege stehen. Auch ist es vermutlich eine Bereicherung für alle Kolleginnen, alte und junge „Häsinnen“, einmal alle erprobten Methoden im Austausch zusammen zutragen. Innerhalb dieses Rahmens stelle ich dann anschließend ausführlich meine Idee der „Ressourcenbrücke“ mit den dazugehörigen Bausteinen (s.o.) vor und es wird sich im Team auf eine einheitliche Handhabung und Anwendung der „Ressourcenelemente“ verständigt, und zwar:

- für die Bezugsbetreuerin zur Vorbereitung mit ihrer jeweiligen Klientin auf die bevorstehende Abwesenheitszeit
- als standardmäßig zu vermittelnde Informationen in den mündlichen Team-Übergaben
- als verbindliche Elemente in meiner Arbeit mit den Frauen in den Vertretungsbetreuungen
- Veränderung/Ergänzung des schriftlichen Übergabeprotokolls (s.u.)

b) für die Bewohnerinnen

Wie bereits oben angekündigt, werden die Klientinnen von ihren Bezugsbetreuerinnen mit den Inhalten des Ressourcenmodell vertraut gemacht, sofern dies nicht bereits geschehen ist.

- Als erste und wichtigste Methode soll die Nutzung des Ressourcenbarometers erklärt und installiert und ein sicherer Umgang der Klientin damit eingeübt werden. Dies erfordert ein

- wiederholtes, häufiges Abfragen des aktuellen Pegelstands auf der Skala von eins bis zehn und ein Kennenlernen des Minimums, innerhalb dessen sich die Klientin noch einigermaßen im Hier und Jetzt verankert fühlt, die Klientin wird verstärkt angeregt und damit vertraut gemacht, immer wieder ihren 'Hasen' und 'Denker' miteinander zu verbinden. So ergeben sich „Messdaten“ und daraus folgende Informationen zur Klientin, die dann auch im Übergabeprotokoll festgehalten werden können und an die ich in der ersten Vertretungseinheit bei Bedarf sogleich mit Fragen an die Klientin anknüpfen kann.
- Einmal im Monat findet in den Wohngruppen als Angebot an alle eine Psychoedukation zu allen möglichen Fragestellungen rund um die Themenbereiche Traumatisierung, Störungsbilder, Selbstfürsorge etc. statt - die Frauen einigen sich meist im Vorfeld auf ein bestimmtes Thema, welches dann mit einer Kollegin gemeinsam besprochen und diskutiert wird. Um die Einführung der „Ressourcenbrücke“ weiter anzuleiten, bietet es sich an, die nächsten zwei bis drei Termine der Psychoedukation für die Erläuterung des Hase-/Denker-Modells, der Hirnstrukturen und der Normalisierungsintervention etc. zu verwenden; dies kann ich gemeinsam mit einer Kollegin durchführen und dabei auch, zum besseren Verständnis für die Frauen, die Schaubilder vom *institut berlin* zur Hilfe nehmen. (Schaufeln aus dem Buch Hantke/Görges 2012: „Handbuch Traumakompetenz, Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik“, Paderborn: Junfermann Verlag)
- Daran anknüpfend kann eine Vertiefung der Thematik in den Einzelstunden mit den Bezugsbetreuerinnen stattfinden. Nachdem sie sich mit dem Ressourcenbereich des Hase-/Denker-Modell vertraut gemacht haben, können die Klientinnen, davon angeregt, mit einer Zusammenstellung ihres Ressourcenkoffers beginnen, sofern noch nicht geschehen. Auch hier halte ich es für sinnvoll, wenn wichtige Elemente des Ressourcenkoffers im Übergabeprotokoll schriftlich festgehalten werden, so dass ich in der Vertretungszeit in problematischen Situationen sogleich darauf zurückgreifen kann. Das macht es leichter, die Klientin optimal bei ihrer Stabilisierung zu unterstützen.
- Der Umgang mit Dissoziationsstopps und Notfallkoffer ist ein wiederkehrender Bestandteil der Betreuungsarbeit. Es könnte jedoch hilfreich sein, diese noch einmal zur gründlichen Verankerung mit dem Hase-/Denker-Modell, der Zeitlinie und der Notfallreaktion etc. in Zusammenhang zu setzen. Auch hier erscheint es nützlich für die Vertretungszeit, wenn einige der hilfreichsten Interventionen im Übergabeprotokoll festgehalten werden, so dass ich sie der Bewohnerin in einer Krisensituation entsprechend anbieten kann.
- Schließlich geht es noch um die Anwendung von Imaginationenübungen zur Stabilisierung, die ebenfalls zum regulären Inhalt der Arbeit zählen, wobei nicht jede Übung für jede Klientin als hilfreich erlebt wird und generell nicht alle mit Imaginationenübungen arbeiten können oder wollen. Insbesondere von Worten und Begriffen wie „Wohlfühlzustand“ oder „Wohlfühlort“ oder auch nur „sich gut anfühlen“ nehmen einige Klientinnen Abstand, da sie einen derart positiven Zustand nur äußerst selten oder gar noch nie erlebt haben oder es z.B. nicht erlaubt ist, sich auf diese Weise zu fühlen. Dann ist es besser, Formulierungen wie „sich einigermaßen o.k. anfühlen“, „nicht ganz so schlimm wie das Übrige“ oder z.B. „ein Zustand, der sich ein wenig leichter anfühlt“ zur Verfügung zu stellen. Es gibt jedoch Klientinnen, die gerne und gut mit Imaginationenübungen arbeiten können und mögen und es ist nützlich, dieses ebenfalls in der Übergabe bekannt zu machen. So kann ich diese

Interventionen mit den Frauen weiter einüben, am Besten zunächst in weniger stressbelasteten Momenten.

8. Vorschläge zur Ergänzung des schriftlichen Übergabeprotokolls

Bislang enthält das schriftliche Übergabeprotokoll zwei Posten:

- der allgemein gehaltene Punkt „Informationen“ zu allem, was der Bezugsbetreuerin für die anstehende Vertretungssequenz wichtig zu wissen erscheint
- der Punkt „To Do`s“ für die Vertretungszeit – das meint z.B. Hinweise dahingehend, worauf in den nächsten Wochen besonders zu achten sei. Gibt es wichtige Termine, die im Blick behalten werden müssen? Krisentage, Krisenzeiten, Jahrestage, 'Kultfeste'? Wichtige Informationen zur Medikamenteneinnahme, zu Arztterminen, Treffen mit Familienmitgliedern, Non-Suizid-Verträge u.a., die regelmäßig bekräftigt werden müssen etc..

Im Rahmen des Projekts der „Ressourcenbrücke“ würde ich den Übergabebogen gerne um einige der folgenden abzufragenden Posten ergänzen. Möglicherweise könnte es sich als sinnvoll herausstellen, diese Faktoren gesondert festzuhalten und dann als erstes Blatt im Betreuungsordner der jeweiligen Klientin zum schnellen Nachschlagen für alle im Team zu hinterlegen.

Zu ergänzende Posten könnten sein:

- In welchem Bereich des Ressourcenbarometers befindet sich die Klientin zum Zeitpunkt der Übergabe am Häufigsten? Weshalb?
- Welchen Zustand, welches Gefühl würde die Klientin in der nächsten Zeit gerne überwiegend erleben? In welchem Ressourcenbereich würde sie sich gerne überwiegend aufhalten? Was kann sie, was kann ich dazu beitragen? Was hilft außerdem?
- Was meint die Klientin, welchen Richtwert sie in der Vertretungszeit am Besten nicht unterschreiten sollte, um noch einigermaßen im Kontakt zu sein? Was meint die Betreuerin?
- Fragen zur Nutzung des Ressourcenkoffers – was hilft der Klientin ihrer Erfahrung nach, um in einem für sie guten Schwingungsbereich des Ressourcenbarometers zu bleiben bzw. zurück zu kehren?
- Fragen an die Klientin zu Dissoziationsstopps und Reorientierung – welche Anwendungen und Interventionen haben in der Vergangenheit schon gut geholfen, um die Klientin ins Hier und Jetzt zurück zu holen? Was hat sie als weniger hilfreich erlebt? Ergänzungen der Betreuerin.
- Gibt es Imaginationsübungen bzw. andere Übungen, die die Klientin gerne macht oder die sie als stabilisierend erlebt, besonders auch in der Vertretungszeit?
- Wie möchte die Klientin die bevorstehende Zeit für sich nutzen? Was möchte sie tun, wenn ihr kein Thema zum Besprechen einfällt (z.b. Stabilisierungsübungen kennenlernen)?
- Was ist der Klientin noch wichtig, zu erzählen? Gibt es noch etwas, was die Klientin über die zurück liegende Arbeitsperiode mitteilen möchte? Z.B. Erfolge, über die sie sich freut?
- Um die Klientinnen noch mehr in Ihrer Selbstverantwortung zu stärken, wäre es auch denkbar, diese Fragen zur Bearbeitung in Form eines Fragebogens vorab direkt an die Klientinnen weiterzureichen.

9. Abschließende Bemerkung

Die Veränderungen des Übergabeablaufs, insbesondere die Einführung der vielen vorgegebenen Fragen an die Klientin zu ihrer Situation und Befindlichkeit erscheinen u.U. zunächst recht aufwendig und etwas schematisch und erfordern ganz gewiss eine Eingewöhnungsphase. Jedoch werden viele Faktoren nicht immer wieder neu erfragt werden müssen und es wird sich mit der Zeit ein gewisser Rhythmus, eine Vertrautheit im Umgang mit dem Ressourcenmodell, der „Ressourcenbrücke“ einstellen. Hat sich dieses neue Modell erst einmal eingespielt, ergibt sich nach meiner Vorstellung für alle ein stabiles, sicheres Grundgerüst für die Abwesenheitszeiten der Bezugsbetreuerinnen.

Nach ca. einem $\frac{3}{4}$ Jahr Erprobungsphase (in dieser Zeit hatte jede Kollegin ein bis zweimal Urlaub) könnte eine erste Auswertung im Team und dann gegebenenfalls eine Nachbesserung vorgenommen werden.

10. Die Ressourcenbrücke

