



Mein Krisenplan

Name:	Geb.:	Wohnprojekt:
Erstellt am:	Erhebende Betreuer*in:	

Wichtige Ansprechpartner*innen

Ansprechpartner*in	Name	Kontakt
Psychiater*in		
Psychotherapeut*in		

Bekannte Auslöser

Vorbeugung

Was tut mir gut/macht mir Spaß?

Wie kann ich Stress vermeiden?

Was hilft generell Krisen zu vermeiden?

Frühwarnzeichen/Symptome und eigene Gegenmaßnahmen

Frühwarnzeichen/Symptome	Gegenmaßnahme

Frühwarnzeichen/Symptome und gemeinsame Gegenmaßnahmen mit den Betreuer*innen

Frühwarnzeichen/Symptome	Gegenmaßnahme

Unterschrift Bewohner*in

Unterschrift Betreuer*n

BB-TEAM-PROTOKOLL

Bewohner*in:

Jahr:

Monat: _____

Anwesend Betreuer*innen:

Entschuldigt Betreuer*innen:

Protokolliert:

Anwesend: Ja Nein

Skala zum Wohlbefinden der Bewohner*in in der Transition:

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

Interventionen & Ziele ALT:

<ul style="list-style-type: none"> • •
--

Interventionen & Ziele NEU:

<ul style="list-style-type: none"> • •
--

Aktuelles:

--

Nachbesprechung/ Reflexion:

Monat: _____

Anwesend Betreuer*innen:

Entschuldigt Betreuer*innen:

Protokolliert:

Anwesend: Ja Nein

Skala zum Wohlbefinden der Bewohner*in in der Transition:

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

(1 sehr schlecht - 10 sehr gut)

Interventionen & Ziele ALT:

-
-

Interventionen & Ziele NEU:

-
-

Aktuelles:

Nachbesprechung/ Reflexion:

Monat: _____

Anwesend Betreuer*innen:

Entschuldigt Betreuer*innen:

Protokolliert:

Anwesend: Ja Nein

Skala zum Wohlbefinden der Bewohner*in in der Transition:

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

(1 sehr schlecht - 10 sehr gut)

Interventionen & Ziele ALT:

-
-

Interventionen & Ziele NEU:

-
-

Aktuelles:

Nachbesprechung/ Reflexion:

Der äußere sichere Ort

- Wir sind uns sehr bewusst, dass die Bewohner*innen in der Transition wohnen und dort zu Hause sind
- Neue Mitarbeiter*innen, Praktikant*innen etc. werden angekündigt und stellen sich bei den Bewohner*innen unter Beachtung der individuellen Privatsphäre vor

Räumlichkeiten

- Alle Bewohner*innen haben eine eigene Kleinwohnung
- Die Betreuer*innen und der Hausarbeiter beheben Mängel rasch
- Jede Wohnung hat eine nur von die/dem Bewohner*in und den Betreuer*innen versperrbare Wohnungstüre
- Unsere Bewohner*innen bekommen beim Einzug ein eigenes Budget zur individuellen Gestaltung Ihrer Wohnung
- Wir wägen sorgfältig ab, welche potentiell gefährlichen Gegenstände unter welchen Umständen zugänglich sind oder nicht, wir achten darauf, potentielle gefährliche Küchengegenstände zu versperren

Transparenz & Betreten der Transition

- Wir hängen die Hausordnung am schwarzen Brett auf
- Wir hängen den Dienstplan aus
- Die Notruflisten und Liste externer Beratungsstellen werden am schwarzen Brett ausgehängt
- Allgemeine Angebote werden aushängen, spezielle Angebote (Urlaube etc.) inkl. Fotos angekündigt
- Die Bewohner*innen haben begleitete Akten- und Dokumentationseinsicht
- Informationen zu den Personen mit Hausverbot werden ausgehängt
- Das auf Partizipation und Information ausgerichtete Bewohner*innenteam findet regelmäßig -> die Bezugsbetreuer*innen bringen die Anliegen, Wünsche etc. jener BewohnerInnen, die das Gruppengeschehen aus persönlichen/psychiatrischen Gründen meiden wollen, in das Team
- Wir schaffen eine Atmosphäre, in der es für die Bewohner*innen möglich ist, Kritik zu üben

Schutz vor traumatisierenden Personen

- Wir versuchen unsere Bewohner*innen bestmöglich vor traumatisierenden Erfahrungen durch Personen zu schützen, indem wir ihnen Begleitung und die Möglichkeit eines kontrollierten Treffens in Transition oder einem neutralen Ort anbieten

Routinen und Rituale

- Wir erstellen dialogisch und die Freiwilligkeit achtend individuelle Tages- und Wochenpläne

- Wir gestalten die allgemeinen Räumlichkeiten der Jahreszeit entsprechend; bei der Jahreszeit entsprechenden Gestaltung der privaten Räumlichkeiten bieten wir Anregung und Unterstützung an
- Die Bezugsbetreuer*innen erfragen die persönlich wichtigen Anlässe im Jahreskreis und tragen diese plus die Geburtstage in einen gemeinsamen Jahreskalender ein. Die Gestaltung der Tage soll dialogisch erfolgen

Social Support

- Wir würdigen den Stellenwert und die Wirkung vorhandener Beziehungen und reagieren darauf
- Wir bieten aktiv Unterstützung und Begleitung beim Knüpfen neuer prosozialer Kontakte in der Lebenswelt an
- Wir bieten uns als Hilfs-Ich in der Kommunikation mit (auch potentiell) traumatisierenden Personen an (z.B. Absage-SMS)

Personaler sicherer Ort

- Wir abonnieren eine Zeitschrift über Trauma bzw. Traumapädagogik, die auch wissenschaftliche Artikel enthält
- Wir absolvieren regelmäßige Fortbildungen zu den Themen Traumalogie, Bindungstheorie, störungsspezifische Pädagogik, Deeskalation und resilienzfördernde Gesprächsführung
- Wir akzeptieren und reflektieren individuelle Entwicklungstempi und passen unsere Hilfestellungen daran an
- Die Diensthabenden machen so oft wie möglich eine gemeinsame Abendreflexion, um das eigene Kommunikations- und Beziehungsverhalten sowie den Umgang mit Eskalationen zu reflektieren
- Unsere Beziehungsangebote sind transparent, unterstützend und wahren bestmöglich die persönlichen Grenzen der Bewohner*innen
- Unsere Beziehungsangebote bedenken die Bedürfnisse der Bewohner*innen bestmöglich mit
- Unser Ziel ist, die Bedürfnisse Einzelner wahrzunehmen und adäquat darauf zu reagieren und im Falle, dass mehrere Bewohner*innen zeitgleich ganz unterschiedliche Bedürfnisse formulieren, diese mit möglichst entspannter Haltung und Stimme zu strukturieren und dabei die Einzelpersonen im Fokus zu behalten
- Die Betreuer*innen erarbeiten individuelle Krisenpläne

Professionelle Nähe und Distanz

- Wir bieten folgende Foren der Reflexion und Psychohygiene:
 - o 2 Einheiten Teamsupervision pro Monat
 - o Einzelsupervision nach Bedarf
 - o Intersession

- Abendreflexionen
 - Kollegiale Beratung
 - Kleinteammeetings (zB Bezugsbetreuung)
 - Mitarbeiter*innengespräche mit der Einrichtungsleitung
- Wir machen uns eigene beziehungsrelevante Einflüsse bewusst und bringen diese in kongruenter und stimmiger Art und Weise in die Beziehung ein.

Das Selbst als sicherer Ort

- Wir haben Verständnis dafür, dass die eigene Wohnung jener Ort sein kann, an dem Emotionen freien Lauf gelassen werden können
- Wir bieten regelmäßig Psychoedukation (inkl. Skillstraining) im Einzelsetting an
- Wir arbeiten dialogisch und auch in den Fallsupervisionen daran, Trigger zu erkennen und zu verstehen, was diese bewirken, um diese in weiterer Folge tunlichst zu vermeiden
- Wir ermöglichen externe Therapien (1x pro Woche)
- Regelmäßige Gespräche mit dem Konsiliarpsychiater werden angeboten
- Betreuer*innen und Bewohner*innen erstellen und reflektieren gemeinsam mindestens jährlich unser Soziale Diagnostik-Tool „Diagnostik der psychosozialen Funktionsfähigkeit und der Alltagsfertigkeiten“ (DPSFA) und leiten daraus Ziele und Maßnahmen ab, die möglichst auf den Ressourcen der Bewohner*innen aufbauen
- Wir stehen für Entlastungs- und Reflexionsgespräche zur Verfügung
- Wir ermöglichen individuell geplante Aktivitäten zur Selbsterfahrung

Spiritualität als sicherer Ort

- Wir geben der resilienzfördernden Spiritualität einen Platz im Alltag wie allen anderen Ressourcen
- Wir fördern und ermöglichen die individuelle Glaubensausübung und Spiritualität unter Beachtung gesetzlicher Rahmenbedingungen
- Wir ermöglichen Bewohner*innen und Team anlassbezogen themenspezifische Wissenserweiterung und Erfahrungsräume

Einzug

- Wir lernen die Bewohner*innen bereits vor dem Einzug kennen
- Wir machen vor Einzug eine Anamnese und bereiten uns im Team auf den Einzug der Bewohner*innen vor
- Wir bieten den zukünftigen Bewohner*innen an, Transition vor Einzug besuchen zu können
- Die Wohnungsgestaltung erfolgt nicht ohne die Bewohner*innen

Sprache

- In den Teammeetings üben wir bei Bedarf aktives Zuhören
- Wir vermeiden pathologisierende Sprache

Beziehungsarbeit

- Wir feiern Erfolge
- Wir verstehen Krisen als Chancen
- Wir bieten unsere eigenen Grenzen während Nähe und Berührung an, ohne sie einzufordern und thematisieren bei Bedarf Nähe und Distanz in den Teammeetings und Abendreflexionen

Lebensfreude

- Für uns ist die Lebensfreude einer der wichtigsten Resilienzfaktoren und wir versuchen diese stets zu fördern
- Wir bieten Möglichkeiten einer gesunden Lebensführung
- Wir erarbeiten Entspannungstechniken
- Ohne Selbstfürsorge keine Lebensfreude