

# COVID-19 und die PSNV

Die aktuelle Lage stellt auch die Akteure und Systeme der Psychosozialen Notfallversorgung (PSNV) vor eine besondere Herausforderung. So scheint nicht nur fraglich, wie Psychosoziale Akuthilfe nach einem Individualnotfall weiterhin sichergestellt werden kann. Insbesondere gilt es zu überlegen, welche konkreten Angebote und Maßnahmen der PSNV in dieser speziellen Situation sinnvoll sind. Dieses Merkblatt enthält dazu einige (erste!) Anregungen und Handlungsempfehlungen.



## Grundsätzliches

- Die Psychosoziale Notfallversorgung in Deutschland ist gut aufgestellt und hat sich in den vergangenen Jahren bei unzähligen Notfall- und Krisensituationen außerordentlich bewährt. Jetzt geht es nicht darum, „das Rad neu zu erfinden“, sondern Vertrautes und im Alltag Eingeübtes auf die aktuelle Situation zu übertragen. Viele längst verfügbare Materialien und Konzepte können mit relativ geringem Aufwand adaptiert werden, beispielsweise die üblichen **psychoedukativen Informationen** zum Erleben und zur Bewältigung einer Notfallsituation.
- Eine besondere **Herausforderung** besteht sicherlich darin, dass die aktuell bestehenden Infektionsrisiken bzw. die daraus resultierenden Vorgaben zum persönlichen Schutzverhalten verschiedene Maßnahmen der Psychosozialen Akuthilfe deutlich beeinträchtigen. Im Umgang mit Betroffenen muss Nähe und Distanz derzeit anders reguliert werden als sonst. Trost spendender Körperkontakt muss z. B. generell vermieden werden; ausreichender Sicherheitsabstand ist einzuhalten usw.
- Angebracht ist, im eigenen Zuständigkeitsbereich zunächst ein **psychosoziales Lagebild** zu erstellen. Überlegt werden sollte dabei, welche Bevölkerungsgruppe bzw. welche Personenkreise besonderen Belastungen ausgesetzt sind und um welche Belastungen es sich dabei handelt. In den Blick zu nehmen sind dabei insbesondere
  - Angehörige von „Verdachtsfällen“ und Erkrankten,
  - Menschen, die sich in Quarantäne befinden sowie
  - Angehörige von Risikogruppen, d. h. beispielsweise ältere Menschen, immungeschwächte und chronisch Kranke.

Aber auch für Kinder und Eltern stellt die Situation eine mitunter schwierige Lage dar. Für Menschen mit Behinderungen kann die Situation sehr unverständlich erscheinen und zu vielfältigen zusätzlichen Einschränkungen führen. Auch dies ist zu beachten. Neben diesen Zielgruppen der PSNV-B ist im Bereich der PSNV-E an Einsatzkräfte im Rettungsdienst, Helferinnen und Helfer des Katastrophenschutzes, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Einrichtungen der kritischen Infrastrukturen, in Krisenstäben sowie im Gesundheitswesen insgesamt zu denken.

## Bewährte Prinzipien der Psychosozialen Akuthilfe

Die bekannten Prinzipien der Psychosozialen Akuthilfe (nach Hobfoll et al., 2007) gelten selbstverständlich auch jetzt. Gestärkt werden sollten demnach

1. das Sicherheitsgefühl,
2. das Selbstwirksamkeitserleben sowie
3. soziale Anbindung bzw. ein gutes Miteinander. Zudem ist es wichtig,
4. zur Beruhigung beizutragen und schließlich
5. Hoffnung zu vermitteln.

## Umsetzung dieser Prinzipien in der aktuellen Situation

- Um Sicherheit zu vermitteln, sollten alltägliche Gewohnheiten, d.h. **vertraute Abläufe und Strukturen**, soweit wie möglich beibehalten werden. Alltagsrituale, auch wenn es sich um scheinbare „Kleinigkeiten“ handelt, sind gerade jetzt von Bedeutung, weil sie zeigen, dass trotz aller Veränderungen sehr wohl Manches erhalten bleibt und auch Halt geben kann.

- Ebenfalls hilfreich ist, **verlässliche, verständliche und das Verständnis fördernde Informationen** zu vermitteln. Dies ist zunächst Aufgabe anderer Behörden, Institutionen und Organisationen (RKI, Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe, Gesundheitsämter usw.) – PSNV-Akteure und -Systeme können ihrerseits aber zur Verbreitung solcher Informationen beitragen.
- Bei starker Beunruhigung bzw. Verunsicherung sowie aggressiven Verhaltenstendenzen von Betroffenen ist **deeskalative Gesprächsführung** angezeigt.
- Ein weiteres PSNV-spezifisches Angebot kann die Einladung zur (virtuellen!) Teilnahme an **gemeinschaftsfördernden (ggf. auch religiös begründeten) Symbolhandlungen** sein. Die Übertragung eines Gebetes bzw. einer Andacht im Internet lässt sich mit einfachen technischen Mitteln recht problemlos realisieren. Auch ein „Raum der Stille“ bzw. ein Raum, in dem Betroffenheit zum Ausdruck gebracht werden kann, lässt sich online einrichten.
- PSNV-Akteure sollten außerdem **niedrigschwellige Beratungsmöglichkeiten** anbieten. Auch hier scheinen neben einer Hotline-Einrichtung derzeit v. a. Online-Chats und Foren angebracht. Ferner bieten sich Verweise auf bereits bestehende Hilfsangebote (Nachbarschaftliche Hilfsaktionen, „Corona-Care“, Telefon- und Internetseelsorge usw.) an.
- Angeregt werden können **Unterstützungsangebote, die von nahezu jedem leistbar sind**: Einkaufen für ältere Menschen in der eigenen Umgebung, regelmäßige Anrufe bei Menschen mit eingeschränkten Kontaktmöglichkeiten bzw. ohne Internetzugang, ein gemeinschaftlicher Austausch in Telefon- oder Videokonferenzen usw.
- Für ältere, einsame Menschen und weitere Personengruppen mit besonderen Unterstützungsbedarfen könnten – sofern grundsätzlich zulässig – **Besuchsdienste** in Erwägung gezogen werden, die einzelne PSNV-Akteuren ggf. auf freiwilliger Basis übernehmen. Dass sämtliche Hinweise zum persönlichen Schutzverhalten hier strikt einzuhalten sind, versteht sich von selbst.
- **Hoffnung** kann dadurch vermittelt werden, dass die aktuelle Situation sicherlich nicht unbegrenzt lange anhalten wird. Staatliche Hilfen für Unternehmer und Selbständige sind bereits in Aussicht gestellt worden. Vielleicht gelingt es auch, auf **positive und tatsächlich entlastende Aspekte des Geschehens hinzuweisen**, ohne dass dies makaber oder sarkastisch wirkt: Eine gewisse „Entschleunigung“ bietet die Chance, inne zu halten und lange liegen Gebliebenes oder Aufgeschobenes endlich zu erledigen. Andere Probleme rücken vorübergehend in den Hintergrund; es ergibt sich Raum für eine veränderte Prioritätensetzung. Vielleicht ist es auch eine Gelegenheit, über Sinnfragen und wünschenswerte Veränderungen in der Zukunft nachzudenken. PSNV-Akteure sollten dabei Unterstützung anbieten.

### **Ergänzende, spezielle Aspekte**

Besonderen Unterstützungsbedarf können Menschen aufweisen, die unter der aktuellen Situation erheblich zu leiden haben bzw. die – warum auch immer – bereits Vorbelastungen ausgesetzt sind. Dazu zählen unbedingt

- Menschen mit Angststörungen, Depressionen, bestehender Suizidalität und anderen psychischen Erkrankungen sowie
- Selbständige und Unternehmer in den unterschiedlichsten Berufszweigen und Handlungsfeldern.

Hier ist mit zunehmender Dauer der alltäglichen Einschränkungen sicherlich mit ebenso zunehmendem Frust und zunehmender Verzweiflung zu rechnen. Nicht zuletzt könnte auch familiäre bzw. häusliche Gewalt ein Thema sein, für das in den kommenden Wochen zusätzlich zu sensibilisieren ist. PSNV-Akteure sollten hier aufmerksam sein und schon präventiv immer wieder auf geeignete Hilfsangebote hinweisen.

### **Zitierte Literatur**

Hobfoll, S. E., Watson, P., Bell, C. C., Bryant, R. A., Brymer, M. J. et al. (2007). Five Essential Elements of Immediate and Mid Term Mass Trauma Intervention. Empirical Evidence. In: Psychiatry, 70 (4), 283-315.

### **Links**

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.rki.de](http://www.rki.de)

[www.bbk.bund.de](http://www.bbk.bund.de)

**Kontakt zum Autor dieses Merkblattes: [harald@karutz.de](mailto:harald@karutz.de)**