

## 4 ☒ Checkliste der Risiko- und Schutzfaktoren

### Allgemeines

- ☐ psychiatrische/psychotherapeutische Vorgeschichte
  - ICD-10-F-Diagnose bekannt: \_\_\_\_\_
  - aktuell psychologische/psychotherapeutische/psychiatrische Behandlung
  - psychopharmakologische Medikation: \_\_\_\_\_
- ☐ mehrere Todesfälle innerhalb der letzten 12 Monate
- ☐ unsichere existenzielle oder materielle Lage bereits vor der Krisensituation

### Schutzfaktoren

- ☐ Alltagsstruktur vor der Krisensituation
- ☐ unterstützendes soziales Netzwerk
- ☐ positives Selbstkonzept/interne Kontrollüberzeugung
- ☐ Zukunftsorientierung und Fokus auf Aufgaben
- ☐ Offenheit für Unterstützung
- ☐ Akzeptanz der Veränderung/des Verlustes
- ☐ Religiosität/Spiritualität

### Risikofaktoren

- ☐ frühere Erfahrungen von Trauma, Missbrauch oder Gewalt
- ☐ chronische Erkrankung oder Beeinträchtigung
- ☐ Personenfaktoren
  - ☐ familiäre Vorbelastung für psychische Erkrankungen
  - ☐ Substanzmissbrauch oder Abhängigkeit von Drogen (inkl. Alkohol)
  - ☐ mangelnde Erfahrung/niedriger Entwicklungsstand/begrenztes Verständnis
  - ☐ Abhängigkeitsverhältnis (vom Hilfesystem oder von Helfer:innen)
  - ☐ schlechter Allgemeinzustand/Gesundheitszustand
- ☐ Situationsfaktoren
  - ☐ Informationsdefizit/kaum Informationen zur aktuellen Situation
  - ☐ fehlende Alltagsstruktur
  - ☐ (Zeugenschaft von) Bedrohung von Leib und Leben durch ein intensives Ereignis
  - ☐ subjektiv erlebte lange Dauer der Belastung
  - ☐ anhaltende Beeinträchtigung, Behinderung durch das Trauma
  - ☐ objektive Handlungsunfähigkeit, der Situation ausgeliefert sein
  - ☐ mangelnde Unterstützung peritraumatisch
  - ☐ vorsätzliches menschliches Fehlverhalten
  - ☐ fahrlässiges menschliches Fehlverhalten
  - ☐ starkes Öffentlichkeits-/Medieninteresse

- ☐ materielle, existenzielle Bedrohung als Folge
- ☐ unversorgte Angehörige/Haustiere
- ☐ Akutreaktionen
  - ☐ Gefühl von Hoffnungslosigkeit, Hilflosigkeit, Ohnmacht
  - ☐ Erschütterung grundlegender Werte und Überzeugungen
  - ☐ Panikattacken, Gefühle der Angst oder des Kontrollverlustes
  - ☐ Vermeidung von Gefühlen oder Situationen, rationalisierendes Verhalten
  - ☐ Hyperarousal (anhaltende Übererregbarkeit, Unruhe, Überwachtheit)
  - ☐ Alpträume, Ein- und/oder Durchschlafstörungen
  - ☐ Nicht-wahrhaben-Wollen des Geschehens
  - ☐ wiederkehrende Erinnerungen, Intrusionen, Flashbacks
  - ☐ Teilnahmslosigkeit, emotionale Taubheit
  - ☐ Depersonalisation oder Derealisation
  - ☐ Scham-/Schuldgefühle
  - ☐ passive Todeswünsche   ☐ Suizidgedanken   ☐ suizidale Pläne
  - ☐ Selbstgefährdung: NSSV/SVV<sup>1</sup>   ☐ Suizidhandlungen   ☐ suizidale Einengung
  - ☐ Fremdgefährdung
- ☐ Soziales Umfeld
- ☐ Schuldzuweisung durch das Umfeld
- ☐ Fehlen von tragfähigen sozialen Bindungen
- ☐ erzwungene Trennung von Familienmitgliedern
- ☐ Sonstige Risiko-/Schutzfaktoren: \_\_\_\_\_

**Anmerkung:** Die Checkliste besteht aus mehreren Faktoren, welche aufgrund der **praktischen Tätigkeit vor Ort** und damit im Sinne von **Erfahrungswerten** aufgenommen wurden. Zusätzlich lassen sich die Faktoren auch **in nachfolgender Literatur** finden:

- Angenendt, Jörg, Riering, Anne, Röhrich, Babette, Südkamp, Norbert P., & Berger, Mathias. (2012). *Freiburger Arbeitsunfallstudie II (FAUST-II)*. Screeninggestützte Früherkennung psychischer Gesundheitsstörungen nach schweren Arbeitsunfällen. Trauma und Berufskrankheit (2). <https://doi.org/10.1007/s10039-011-1790-4>.
- Becker-Nehring, Katharina, Witschen, Imke, & Bengel, Jürgen. (2012). Schutz- und Risikofaktoren für Traumafolgestörungen: Ein systematischer Review. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 41, 148–165. <https://doi.org/10.1026/1616-3443/a000150>.
- Brewin, Chris R., Andrews, Bernice, & Valentine, John D. (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *J Consult Clin Psychol*, 68(5), 748–766. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.68.5.748>.

1 NSSV: Nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten, also Handlungen, bei denen eine Person sich selbst absichtlich verletzt, ohne die Absicht zu haben, sich das Leben zu nehmen. Da im ersten Moment oftmals nicht einschätzbar ist, ob das selbstverletzende Verhalten tatsächlich in einem non-suizidalen Kontext stattfindet, kann man hier auch einfach von selbstverletzendem Verhalten (SVV) sprechen.

- Deutschsprachige Gesellschaft für Psychotraumatologie e.V. (2019). *S2k-Leitlinie: Diagnostik und Behandlung von akuten Folgen psychischer Traumatisierung*. [https://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/051-0271\\_S2k\\_Diagnostik\\_Behandlung\\_akute\\_Folgen\\_psychischer\\_Traumatisierung\\_2019-10.pdf](https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/051-0271_S2k_Diagnostik_Behandlung_akute_Folgen_psychischer_Traumatisierung_2019-10.pdf) (13.04.2022).
- Hausmann, Clemens. (2021). *Interventionen der Notfallpsychologie. Was man tun kann, wenn das Schlimmste passiert* (2., überarbeitete Auflage). Wien: Facultas.
- Hobfoll, Stevan E., Watson, Patricia, Bell, Carl C., Bryant, Richard A., Brymer, Melissa J., Friedman, Matthew J., Friedman, Merle, Gersons, Berthold P.R., de Jong, Joop T.V.M, Layne, Christopher M., Maguen, Shira, Neria, Yuval, Norwood, Ann E., Pynoos, Robert S., Reissmann, Dori, Ruzek, Josef I., Shalev, Arieh Y., Solomon, Zahava, Steinberg, Alan M., & Ursano, Robert J. (2007). Five Essential Elements of Immediate and Mid-Term Mass Trauma Intervention: Empirical Evidence. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 70(4), 283–315. <https://doi.org/10.1521/psyc.2007.70.4.283>.
- Juen, Barbara, & Kratzer, Dietmar. (2012). *Krisenintervention und Notfallpsychologie. Ein Handbuch für KriseninterventionsmitarbeiterInnen und psychosoziale Fachkräfte*. Innsbruck: Studia.
- Kast, Verena. (1999). *Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses*. Stuttgart: Kreuz.
- Lasogga, Frank, & Munker-Kramer, Eva. (2021). *Psychische Zweite Hilfe durch Notfallseelsorger und Kriseninterventionsteams* (2., überarbeitete Auflage). Edewecht: Stumpf und Kossendey.
- Maercker, Andreas, & Bromberger, Florentine. (2005). Checklisten und Fragebogen zur Erfassung traumatischer Ereignisse in deutscher Sprache. *Trierer Psychologische Berichte*, 32(2), 1–40.
- Rahm, Dorothea, Otte, Hilka, Bosse, Susanne, & Ruhe-Hollenbach, Hannelore. (1993). *Einführung in die Integrative Therapie. Grundlagen und Praxis*. Paderborn: Junfermann.
- Skodol, Andrew E. (2010). The resilient personality. In John W. Reich, Alex J. Zautra, & John Stuart Hall. (Hrsg.), *Handbook of adult resilience* (S. 112–125). New York: Guilford Press.