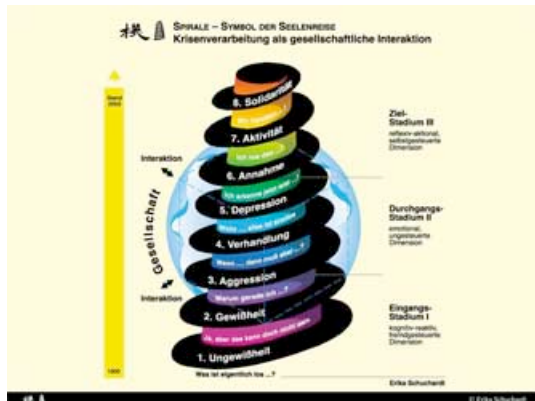


# Spiralphasenmodell



ERIKA SCHUCHARDT stellt in ihrem Buch „Soziale Integration Behinderter“ die Krisenverarbeitung als Lernprozeß in acht Spiralphasen dar. Das Besondere an der Spiralphase ist, daß die einzelne Phase nicht abgeschlossen ist, sondern in andere Phasen übergehen kann. In der Aufarbeitung von Biographien hat es sich gezeigt, daß Krisenabläufe generell nach diesen Spiralphasen ablaufen. Es ist allerdings auffallend, daß die einzelnen Spiralphasen einander ablösen, aber auch nebeneinander bestehen können.

## Spiralphase 1: Ungewißheit

Der Krisenauslöser ist für den Betroffenen ein tiefer Schock, der ein geordnetes Leben zerstören kann. Der Betroffene ist in einer Panik, und versucht, das Problem zu verdrängen, da er nicht damit umgehen kann.

## Spiralphase 2: Gewißheit

In dieser Phase sind die Betroffenen in der Lage, die Wahrheit zu erkennen, allerdings leben sie weiterhin in der Hoffnung, daß sich alles noch für sie zum Guten wendet. Diese Gespaltenheit ist ein wesentliches Merkmal dieser Phase.

## Spiralphase 3: Aggression

Jetzt kann es zu schweren Gefühlsausbrüchen kommen, da dem Betroffenen hier das Problem erst richtig ins Bewußtsein gelangt. Die Person ist sehr erschüttert und kann nicht verstehen, warum sie gerade betroffen ist. In diesem Schmerz kann die Person verletzend gegen sich selbst und andere sein, da sie versucht, den Schmerz zu verarbeiten.

## Spiralphase 4: Verhandlung

In dieser Situation versucht der Betroffene, sich mit aller Macht aus seiner Not zu befreien, indem er alle Möglichkeiten ausnutzt (z.B. Konsultation vieler Ärzte, Heilpraktiker, Wallfahrten, Gottesdienste). Dies ist eine emotionale Phase, die nicht beeinflussbar ist, sie ist für den Betroffenen der letzte Funke Hoffnung.

## Spiralphase 5: Depression

In dieser Phase stellt der Betroffene fest, daß die Situation endgültig ist. Er ist zutiefst deprimiert und sieht keinen Sinn mehr. Er erkennt emotional und rational den Verlust,

damit ist automatisch das Aufgeben der Wunschvorstellung verbunden. Diese Trauerarbeit ist die Vorstufe für die Annahme der Situation.

### **Spiralphase 6: Annahme**

Der Betroffene hat in dieser Situation alle Kampfphasen durchlitten, er ist befreit von Leugnung, Aggression, Verhandlung und Depression. In diesem Moment kommt es zur eigenen Erkenntnis, und er versucht, die Situation bzw. die Probleme und Eigenarten anzunehmen.

### **Spiralphase 7: Aktivität**

Durch die Annahme des Problems werden im Menschen Kräfte frei, die bisher in Leugnung, Aggression, Verhandlung und Depression zum Ausdruck kamen. Der Betroffene lernt nun, mit seiner speziellen Situation zu leben; er versucht, das Beste daraus zu machen. Er muß erkennen, daß sein Problem ein lebenslängliches Problem ist, das nicht im eigentlichen Sinne zu lösen ist, sondern mit dem er zu leben lernen muß.

### **Spiralphase 8: Solidarität**

Nachdem der Betroffene die Spiralphasen durchlebt hat, kommt es bei entsprechender Prozeßbegleitung zu der Bereitschaft, gesellschaftlich tätig zu werden, um als Gruppe etwas zu erreichen. Dieses gemeinsame Handeln zeigt, daß die Krisenverarbeitung erfolgreich war; allerdings wird diese Stufe nur von wenigen erreicht. Im Spiralphasenmodell ist die Solidarität die letzte Stufe des Lenprozesses Krisenverarbeitung. Es ist wichtig für den Einzelnen zu erkennen, daß man nicht im Widerstand zu dem Problem leben soll, sondern in der Zustimmung und Annahme. Dies kann vom Einzelnen als Glück bzw. Sinn erlebt werden.