

Kurzinfo:

von Dr. Christian Kohl, Feuerwehr Peer nach CISM in der PSNV Gruppe Heilbronn-Franken.

Feuerwehrmänner und –frauen sind 24 Stunden täglich an sieben Tagen in der Woche bereit sich für ihre Mitmenschen einzusetzen und ihnen in Notsituation beizustehen. Dafür opfern sie nicht nur vielfach ihre Freizeit, sondern setzen oft auch ihre Gesundheit aufs Spiel. Um zu vermeiden, dass die Helfer durch ihren Dienst am Nächsten selbst Schaden nehmen, setzen die Feuerwehren modernste Schutzausrüstung ein: Helm, Einsatzjacke und Hose, Stiefel, Handschuhe, Atemschutzgerät – falls erforderlich auch Vollschutzanzüge. All diese Gegenstände schützen die Feuerwehrangehörigen vor körperlichen Schäden.

Bei Einsätzen besteht aber nicht nur Gefahr für den Körper, auch Verletzungen der Seele sind möglich – nicht nur bei den Betroffenen, sondern auch bei den helfenden Feuerwehrmännern und –frauen, denn in jeder Einsatzuniform steckt ein Mensch. Die Feuerwehren haben daher in den vergangenen Jahren erkannt, dass es wichtig ist, nicht nur für einen ausreichenden körperlichen, sondern auch für einen ausreichenden seelischen Schutz der Einsatzkräfte zu sorgen. Suizide, Unfälle mit Kindern, Unglücksfälle mit zahlreichen und Schwerstverletzten, die Rettung von verunfallten Kameraden – all dies sind Beispiele für möglicher Weise belastende Situationen, mit welchen die herbeigerufenen Einsatzkräfte konfrontiert werden.

Genauso wie die Schutzausrüstung die Feuerwehrangehörigen gegen Hitze oder giftige Gase schützt, gibt es Ansätze und Methoden, um die Einsatzkräfte vor seelischen Schäden zu schützen. Indem Einsatzkräfte während und nach belastenden Einsätzen durch psychosoziale Fachkräfte und speziell geschulte Kameradinnen und Kameraden aus den eigenen Reihen begleitet werden, können sie sehr effektiv davor geschützt werden, dass sich aus belastenden Einsätzen länger andauernde, seelische Verletzungen oder sogar körperliche Leiden entwickeln. „Begleitung“ besteht hier beispielsweise im Angebot von Gruppen- und Einzelgesprächen. Auch im Landkreis Heilbronn stehen fundiert ausgebildete Gruppen speziell zur Betreuung von Einsatzkräften bereit. Die PSNV-Gruppe des ASB Heilbronn-Franken, die seit mehreren Jahren regelmäßig unter dem Dach der Feuerwehr Neckarsulm übt, wird im Folgenden näher vorgestellt.

Die Begleitung von Feuerwehrkräften während und nach besonders belastenden Ereignissen muss genauso eine Selbstverständlichkeit werden, wie der Schutz vor körperlichen Schäden durch Helm und Handschuhe. Feuerwehrmänner und –frauen, die in Folge von belastenden Einsätzen nicht mehr einsatzfähig sind oder mit familiären und beruflichen Problemen zu kämpfen haben, dienen niemandem. Nur wer sich selbst nicht gefährdet – körperlich wie seelisch – kann anderen helfen; auch noch beim nächsten Einsatz.

Anmerkungen zum Angebot der PSNV Gruppe Heilbronn-Franken bzw. der Seelsorge für Feuerwehr, Rettungsdienst und Polizei

von Bruno Streibel, Klinikseelsorger i. R., Ltd. Notfallseelsorger, Seelsorger für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst

Weil unsere Existenz immer wieder bedroht und gefährdet ist, gibt es die Feuerwehr, die Rettungsdienste und die Polizei.

Weil deren Mitglieder und Angehörige auch immer wieder gefährdet und verletzbar sind, gibt es eine Seelsorge für sie. Sie stellt sich - auf der Basis christlichen Glaubens - der Ungesicherheit und dem Unabwendbaren mit dem, was Menschen möglich ist: Dem Gebet, der Pflege von Zusammenhalt und professioneller Betreuung.

Einsatzseelsorge und PSNV Gruppe üben und arbeiten als Team.

Eine Begriffserklärung vorweg:

Beratung ist professionelle, personenzentrierte, helfende Begleitung von Menschen.

Seelsorge ist professionelle, personenzentrierte, helfende Begleitung von Menschen – wenn gewünscht – unter Einschluss der Dimension religiösen Glaubens.

Seelsorger(in) ist eine Person in einem geistlichen Beruf (in der Regel mit Theologiestudium) und – wenn ordiniert – mit der Pflicht, das Beichtgeheimnis zu wahren, d.h. mit Zeugnisverweigerungsrecht. Von einem Seelsorger erwartet man besondere Kompetenz, Erfahrung und Reife. In der Regel werden Seelsorger von Kirchen oder Religionsgemeinschaften ernannt.

Fachberater können von Hilfsorganisationen ernannt werden.

Seelsorge für Feuerwehr, Rettungsdienst und Polizei ist die Tätigkeit eines Seelsorgers – meist mit Zusatzausbildung und Felderfahrung. Die Ernennung geschieht in der Regel durch die Kirchen.

Notfallseelsorge ist einmalige Akutbetreuung von Menschen im Auftrag der Kirchen. Durchgeführt durch Geistliche oder von den Kirchen beauftragte Personen mit spezieller Ausbildung.

Notfallseelsorger sind für Nicht-Einsatzkräfte ausgebildet. Der Umgang mit Einsatzkräften erfordert zusätzliche Kompetenz, deshalb gibt es spezielle Einsatzkräftebetreuung.

Die Bezeichnungen „Seelsorge“ bzw. „Seelsorger“ sind leider nicht geschützt.

So kann es zu so irreführenden Ernennungen zum „Fachberater Seelsorge“ durch Ausbildungsstätten kommen – nach einem Fortbildungswochenende (!) oder zu Ernennungen zum „Seelsorger“ durch Organisationen, ohne auch nur annähernd genügende Qualifizierung dazu.

Irreführend ist das, weil ein positiv besetzter Begriff aus kirchlicher Tätigkeit, der bei vielen mit Recht Vertrauen auslöst, mit einem anderen Bedeutungsinhalt gefüllt wird, ohne das zu kennzeichnen. Vor einer Betreuung, Begleitung, Beratung oder Seelsorge ist es daher empfehlenswert, zu klären, auf Grund welcher Qualifikation sie angeboten wird, und wer was darunter versteht.

Krisenintervention (KIT), Notfallnachsorgedienst (NND), Samariter etc.

sind Angebote der psychischen Akutbetreuung von nicht kirchlichen Trägern.

Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV)

Das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) gibt in seinen Qualitätsstandards und Leitlinien 2011 folgende Definition:

„Der Begriff Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV) beinhaltet die Gesamtstruktur und die Maßnahmen der Prävention sowie der kurz-, mittel- und langfristigen Versorgung im Kontext von belastenden Notfällen bzw. Einsatzsituationen.“

Psychosoziale Notfallversorgung:

Die PSNV gliedert sich in zwei Bereiche:

(Quelle: Michael Steil DRK Bundeskoordinator PSNV, Netzwerk PSNV)

1. Für Nichteinsatzkräfte

Betroffene z. B. Angehörige, Vermissende, Zeugen etc.

Aufgabe:

Psychosoziale Akuthilfe – meist einmalig.

Durchführung durch:

Z. B. durch Notfallseelsorge der Kirchen oder den Notfalloachsorgedienst (NND) vom DRK, KIT, Samariter etc.

2. Für Einsatzkräfte

Aufgabe:

Prätherapeutische Bewältigungshilfe durch ein breites Angebot von Maßnahmen beginnend mit Prävention.

Durchführung durch:

Kollegiale Ansprechpartner, die speziell ausgebildet sind (sogenannte „Peers“) und psychosoziale Fachleute in Nachsorgeteams wie unsere PSNV Gruppe beim ASB oder der Einsatzachsorgedienst (END) des DRK und andere.

PSNV ist angezeigt, wenn...

...die psychische Belastung durch ein Ereignis die Bewältigungsmöglichkeit der betroffenen Personen übersteigt.

Psychische Belastung ist – nach Steil in einem Vortrag 2012 – „die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und psychisch auf ihn einwirken.“

Mit Blick auf Einsatzkräfte beinhaltet PSNV – frei nach Steil – Prävention, Begleitung von Einsatzkräften/Einsätzen und Einsatzachsorge – vom Einsatzalarm, während des Einsatzes am Einsatzort bis zum Einsatzende.

Ziele, die erstrebt werden:

- Gesunde Selbststeuerung,
- Förderung der Widerstandsfähigkeit (Resilienz),
- gesundes Miteinander in Zusammenarbeit, Hierarchie und Organisation.

PSNV ist vorbeugender Gesundheitsschutz...

...durch Früherkennung von psychosozialen Belastungsfolgen und angemessene Behandlung von psychischen Traumafolgestörungen. (Heilkundliches Personal im Hintergrund soll bei Bedarf eingeschaltet werden.)

PSNV Gruppen gibt es im Rettungsdienst, bei Armeen, bei der Polizei, in Großbetrieben und zunehmend auch in den Feuerwehren. Es hat mich gefreut, zu lesen, was z. B. im **Positionspapier zur PSNV der Arbeitsgemeinschaft der Leiter der Berufsfeuerwehren** in Deutschland steht:

„Die PSNV für Einsatzkräfte und für Führungskräfte ist integraler Bestandteil eines effektiven Arbeits- und Gesundheitsschutzes im Einsatzwesen.“

Position 1:

PSNV im Einsatzwesen ist nicht durch Einzelmaßnahmen sondern nur als umfassendes Maßnahmenpaket wirksam.

Position 2:

Die Integration der PSNV in den Einsatzalltag der Feuerwehren erfolgt über speziell geschulte Kollegen / Kameraden (Peers) und psychosoziale Fachkräfte.

Position 3:

Gibt Ziele vor für Aus- und Fortbildung für eine qualitativ hochwertige PSNV:

„Bei Übungen und Reallagen gewähren die Feuerwehren die Integration der PSNV in das komplexe Hilfeleistungssystem über die Alarmierung und Einbindung von PSNV Kräften und bei komplexen Lagen von PSNV Führungskräften.“

Frei nach Steil (DRK Bundeskoordinator PSNV, in einem Vortrag 2012) gibt es **Belastungen und Stress auslösende Faktoren (Stressoren)**

- beim Einsatzalarm (auf dem Weg zum Einsatzort)
- am Einsatzort
- und zum Einsatzende.

Das Erleben und Empfinden von Belastung ist abhängig davon, wie eine Person eine Einsatzsituation beurteilt und bewertet. Das Erleben von Stress und Belastung ist individuell unterschiedlich je nach Vorerfahrung, Vorbereitung auf die Situation, Eingebundenheit in ein gutes Team und sonstige persönliche Umstände (Personstabilität / Resilienz).

Einsatzsituationen, die besonders belasten können sind z. B.:

- Tod / Suizid / schwere Verletzung eines Kollegen / Kameraden,
- Todesangst / Angst vor eigener Gefährdung,
- große Anzahl von Verletzten und Toten,
- persönlich bekannte Opfer,
- starkes Medieninteresse,
- Schusswaffengebrauch,
- Tod von Kindern.

Das Erleben belastender Gefühle –insbesondere Ohnmacht und Hilflosigkeit-bei andern.

Unter **Akuter Belastungsreaktion (ABR)** versteht man die „gesunde“, normale Reaktion von Körper und Gemüt auf eine außergewöhnliche psychische Belastung. Die Reaktion kann unmittelbar nach dem Ereignis-aber auch verzögert auftreten.

Nach der *WHO Definition* von 1994 ist ein potentiell traumatisches Ereignis wie folgt beschrieben:
„Kurz- oder lang anhaltendes Ereignis oder Geschehen von außergewöhnlicher Bedrohung mit katastrophalem Ausmaß, das nahezu bei jedem tiefgreifende Verzweiflung auslösen würde.“

Nach *DSM IV* wird ein potentiell traumatisches Ereignis wie folgt beschrieben:
„Potentielle oder reale Todesdrohung, ernsthafte Verletzung oder eine Bedrohung der körperlichen Unversehrtheit bei sich oder bei andern, auf die mit intensiver Furcht, Hilflosigkeit oder Schrecken reagiert wird.“

Zu den normalen akuten Belastungsreaktionen können gehören:

Übererregung und Schreckhaftigkeit:

- Unruhe,
- Schlaflosigkeit,
- Erinnerungslücken
- Konzentrationsmängel,
- Gereiztheit,
- (selbst) zerstörerisches Verhalten.

Wiederkehrende Sinneseindrücke (Intrusionen):

Sogenannte „flash backs“ als Bilder, Filme, Geräusche, Gerüche, Alpträume.

Vermeidungsverhalten:

Vermeidung von Gedanken, Gefühlen, Gesprächen, Orten, Straßen und Personen, die an das Ereignis erinnern.

Ferner folgende Phänomene (in der Akutphase):

- Betroffene Personen scheinen wie betäubt,
- bemerken wichtige Aspekte der Situation nicht,
- haben dissoziative Symptome – wie das Gefühl, neben sich zu stehen, nicht sie selber zu sein oder alles wie durch einen Filter zu erleben,
- starke emotionale Schwankungen,
- körperliche Symptome wie Schwitzen, Herzrasen und Übelkeit,
- Unfähigkeit, seitherige Tätigkeiten wieder aufzunehmen, mit andern und sich zurecht zu kommen,
- Vereinsamung,
- Kontrollverlust im Gefühlsbereich – Weinen, Wut, Depression, Zynismus, Feindseligkeit,
- Verlust von Sinn und Lebensfreude,
- Anfälligkeit für Suchtverhalten.

Die PSNV kann wesentlich dazu beitragen, dass in dem entscheidenden Zeitfenster (vier bis sechs Wochen) die Bewältigungsfähigkeit gestärkt wird, so dass die Symptome der akuten Belastungsreaktion abklingen und dass es nicht zu einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) oder anderen Traumafolgestörungen kommt.

1. Durch Förderung von Sicherheit in einem geschützten Raum.
2. Durch Beruhigung und Orientierung / Psychoedukation.
3. Durch Stärkung in speziellen Einzel- und Gruppengesprächen.
4. Durch Förderung von Verbundenheit und guter Beziehungsqualität.
5. Durch Vermittlung von Hoffnung und Vermittlung weiterführender Hilfen bei Bedarf.

PTBS

„Posttraumatische Belastungsstörung“ (PTBS) – oder im Amerikanischen „Post traumatic stress disorder“ (PTSD) wurde erstmals 1980 als psychiatrische Klassifizierung erwähnt (im DSM der APA = Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders der American Psychiatric Association).

Von einer **akuten PTBS** spricht man, wenn Intrusionen (wiederkehrende Sinneseindrücke / flash backs), Übererregung mit starker Beeinträchtigung der Lebensqualität und Vermeidungsverhalten länger als 4 Wochen andauern.

Eine **PTBS wird chronisch** genannt, wenn sie länger als 6 Monate andauert.

Eine **verzögerte PTBS** zeigt sich an Einzelsymptomen, die manchmal nach Jahren aufbrechen, oft ausgelöst durch lebensgeschichtliche Wendepunkte wie z. B. Pensionierung.

Bezüglich der Posttraumatischen Belastungsstörung wäre anzumerken:

Bei erfolgter Traumatisierung können die Belastungszeichen nach einer gewissen Zeit verschwinden, aber nach einem sogenannten stillen Intervall nach Monaten oder Jahren plötzlich wieder auftauchen – meist ausgelöst durch eine Wahrnehmung, die unbewusst an das traumatische Ereignis erinnert („Trigger“).

Weitere Traumafolgestörungen können sein:

- Depressionen,
- Angst- und Panikstörungen,
- Suchterkrankungen,
- sexuelle Störungen.

Diese Traumafolgestörungen bedürfen einer spezifischen Therapie durch ausgebildete und erfahrene Traumatherapeuten bzw. Psychiater.

Um einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) vorzubeugen, hat sich die **Critical Incident Stress Management (CISM)** Methode, mit der unsere PSNV Gruppe arbeitet, als sehr wirkungsvoll erwiesen.

Mit Hilfe der CISM Methode ist es möglich, rasch und wirksam Einsatzstress zu vermindern und so eine schnelle Wiederherstellung von Stabilität und Einsatzfähigkeit zu fördern, aber auch zu erkennen, wer weitergehende therapeutische Hilfe braucht.

Vieles heilt von alleine und es ist erstaunlich, was Menschen bei Einsätzen erlebt haben und womit sie alleine fertig geworden sind. Aber auch das ist wahr: Auch Einsatzkräfte sind verwundbar. Und geschulte Kräfte erkennen die Zeichen, die auf eine schwere Belastung hinweisen (siehe oben: Akute Belastungsreaktionen).

Nicht bewältigte traumatische Erinnerungen bleiben frisch und können durch bestimmte Auslöser jederzeit aktiviert werden und massiv stören bzw. krank machen, im Gegensatz zu den bewältigten Erlebnissen, an die man denken kann, aber nicht muss.

Bei **Rettungsdienst und Militär** gibt es seit Jahren neben der klassischen Seelsorge Bewältigungsangebote nach Mitchell (CISM). Auch die **Polizei** hat ein engmaschiges System der Bewältigung aufgebaut. Nach einer Amokübung bei der Polizei werden z. B. die Beamten einzeln gefragt: „Bist Du OK?“ „Was brauchst Du jetzt?“

Bei einigen **Feuerwehren** ist es indessen ebenfalls Standard, dass im Sinne eines Netzwerkes für Bewältigung präventiv („wise before the event“) Kameraden als Peers geschult werden und zusammen mit Psychosozialen Fachleuten Übungen und Einsätze vorbereiten, begleiten und nachbereiten.

Manche Wehren und Einrichtungen wurden für diese Thematik erst wach, als sie unvorbereitet von einem großen Unglücksfall (wie z. B. einem Busunglück mit mehreren Toten) ereilt wurden. Das Gerede von „Weicheiern“, die das „Psychogelabere“ bräuchten, wird allmählich leiser und bei immer mehr Führungskräften reift die Einsicht, dass es zu den Kernaufgaben einer Führung gehört, kompetente Ansprechpartner für Bewältigung heranzubilden und bei größeren Übungen und Einsätzen einzubeziehen.

Seit über 3 Jahren übt in der Feuerwehr Neckarsulm eine PSNV Gruppe von Feuerwehrleuten, Rettungsdienstmitarbeitern, Seelsorgern, Notärzten und Angehörigen anderer Berufe für folgende Aufgaben:

1. Prätherapeutische Einsatzkräftebetreuung,
2. Verstärkung der Akutbetreuung durch Notfallseelsorge bzw. NND bei größeren Schadenslagen,
3. Betreuung von Personen oder Gruppen, die Tage oder Wochen nach der Akutbetreuung durch Notfallseelsorge oder NND weitere psychische Hilfe brauchen.
4. Betreuung von Betriebsunfällen, wenn viele Menschen betroffen sind.
5. Information und Weiterbildung.

Ziel:

Stärkung oder Wiederherstellung von Lebensfähigkeit, Beziehungsfähigkeit und Arbeitsfähigkeit.

Unsere PSNV Gruppe...

ist CISM zertifiziert und tätig unter dem Dach des ASB Heilbronn.

Wir üben und arbeiten nach der CISM Methode von Mitchell, einer bewährten Vorgehensweise nach stark belastenden Ereignissen – ergänzt und modifiziert durch Impulse von der Psychiaterin Perren-Klingler, einer Traumaexpertin, die international hoch geachtet ist.

Indessen haben wir reiche Einsatzerfahrungen gesammelt durch Betreuung von Menschen in Feuerwehren, Rettungsdiensten, Polizei, Kliniken und Betrieben.

Nachstehend eine Übersicht über die derzeitige Zusammensetzung unserer Gruppe (Stand Juli 2012):

Seelsorger bzw. Psychosoziale Fachkräfte

Bruno Streibel

Klinikseelsorger i. R.

Ltd. Notfallseelsorger

Seelsorger für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst im Nebenamt, Neckarsulm

CISM Fachkraft

NLP Master (zertifiziert)

Leiter der PSNV Gruppe Heilbronn-Franken

Jochen Zimmermann

Gemeindepfarrer

Feuerwehrseelsorger, Gundelsheim

Ltd. Notfallseelsorger

CISM Fachkraft (zertifiziert) mit reicher Einsatzerfahrung.

NLP Practitioner (zertifiziert)

Co-Leiter der PSNV Gruppe Heilbronn-Franken

Bernhard Auer

Diakon,

Notfallseelsorger,

Mitglied der PSNV Gruppe

Josef Sturm

Langjährige Erfahrung als Seelsorger in Gemeinde, Klinik und in der Hospizarbeit

sowie als Mitglied des Notfallnachsorgeteams,

Führungskraft des Einsatznachsorgeteams des DRK Heilbronn

TÜV (zertifiziert)

Joe Ade

Mitglied der PSNV Gruppe Heilbronn Franken mit CISM Ausbildung

Peers aus verschiedenen Bereichen:

Roland Schmitt

Langjährige reiche Erfahrung im Sanitäts- und Rettungsdienst.

Sanitäts- und Kindernotfallausbilder / Mentor im ASB

CISM Peer (zertifiziert)

Mitglied der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Karin Laible

Stellvertretende Bereitschaftsleiterin des DRK,

Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Eva-Maria Sturm
Mitarbeiterin im DRK
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Astrid Wehr
Rettungsdienst (ASB und Johanniter)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Peers aus Feuerwehren:

Karin Rauh
Ausgebildetes aktives Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr Neckarsulm
CISM Peer (zertifiziert)
Debriefing Ausbildung bei Perren-Klingler
Langjährige Erfahrung bei der Betreuung stark belasteter Personen und Gruppen.
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Dr. med. Martin Fink
Ausgebildetes aktives Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr Neckarsulm
CISM Peer (zertifiziert)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Torsten Hartmann
Stellvertretender Kommandant der Feuerwehr Gundelsheim
CISM Peer (zertifiziert)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Götz Hofacker
Ausgebildetes aktives Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr Neckarsulm
CISM Peer (zertifiziert)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Dr. sc. hum. Christian Kohl
Ausgebildetes aktives Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr Neckarsulm
CISM Peer (zertifiziert)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Gregor Pietsch
Feuerwehrkommandant
CISM Peer (zertifiziert)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

Andreas Volpp
Ausgebildetes aktives Mitglied der Freiwilligen Feuerwehr Neckarsulm
CISM Peer (zertifiziert)
Mitglied in der PSNV Gruppe Heilbronn Franken

PSNV Ansprechpartner:

Bruno Streibel	0163 30 11 19 4	Bruno.Streibel@t-online.de
Jochen Zimmermann	0151 19 12 284 8	bejo.zimmermann@web.de
Roland Schmitt	0179 39 20 26 8	r.schmitt@asb-heilbronn.de
Karin Rauh	0170 91 53 87 1	karin.rauh@arcor.de

Erreichbar auch über die Integrierte Leitstelle Heilbronn (Funkmelder).