

# Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe

## Empfehlungen zur Prävention im Einsatzwesen

Aufgrund der der aktuellen Forschungsergebnisse der Ludwig-Maximilians-Universität München veröffentlicht das BBK die folgenden Ergebnisse und Schlussfolgerungen:

1. Ehrenamtliche Einsatzkräfte haben ein dreimal höheres Risiko, an einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTB) zu erkranken, als der Durchschnitt der Bevölkerung.

2. Ältere Einsatzkräfte und Kräfte gehobener Dienstgrade haben ein höheres Risiko, eine psychische Erkrankung aufgrund von Einsatzbelastungen zu entwickeln als jüngere und operative Kräfte sowie Führungskräfte mit starkem Mannschaftsbezug.

3. Die Auftretenshäufigkeit einer PTB („Vollbild“) ist mit 2,32 % unter den Einsatzkräften freiwilliger Feuerwehren geringer als erwartet.

4. Sehr ernst zu nehmen ist der Befund der relativ hohe Prävalenz-Rate von 8,2% von Erkrankungen mit zumeist klinischer Auffälligkeit wie Angstproblematiken und psychosomatischen Erkrankungen unter Einsatzkräften.

5. Der Vergleich von vier Nachsorgemethoden einschließlich „klassischem“ Debriefing nach Mitchell und Everly ergab, dass weder positive noch negative Effekte bezogen auf die posttraumatische Symptomatik festzustellen waren.

6. Von Gruppennachsorge ist deshalb zwar nicht grundsätzlich abzuraten, denn sie hat viele positive Wirkungen (Wertschätzung, Gruppenzusammenhalt, etc.). Ein einmaliges ereignisbezogenes Angebot einer Nachsorge reicht allerdings keinesfalls aus, um das Auf-

treten von einsatzbedingter posttraumatischer Belastung zu reduzieren.

7. Erforderlich ist die kontinuierliche und ereignisunabhängige Beschäftigung mit den Themen Belastung und Bewältigung im Einsatzwesen.

Die Verfügbarkeit von psychosozialer Unterstützung sowie die Förderung eines Klimas der sozialen Anerkennung auf den Wehren und Wachen und in den Einsatzorganisationen sowie die Entwicklung einer achtsamen fürsorglichen Haltung der Einsatzkräfte gegenüber ihrer eigenen körperlichen und psychischen Gesundheit ist wichtig.

8. Die Feuerwehrleute selbst brachten zum Ausdruck, dass psychosoziale Prävention und Nachsorge für sie von großer Bedeutung sind und als soziale Anerkennung und Wertschätzung ihrer Arbeit gewertet werden. Sie wünschten sich noch mehr Informationen, Beratung und Ansprechpartnerinnen und -partner zu diesen Themen. Bei der Verarbeitung einsatzbezogener Belastungen sollen ihnen geschulte Kameradinnen und Kameraden (Peers) zur Seite stehen, gefolgt von Seelsorgerinnen bzw. Seelsorgern sowie Psychologinnen bzw. Psychologen.

9. Führungskräfte sind stärker als bisher in die Ausbildung im Umgang mit Belastung und Bewältigung im Einsatzwesen einzubeziehen, da sie einerseits selbst als Hochrisikogruppe für die Entwicklung einsatzbedingter psychischer Erkrankungen gelten, andererseits als Vorbilder im wertschätzenden Umgang mit der eigenen Gesundheit wirken.

## Vorschläge für Führungskräfte

### **Die Prävention im Einsatzwesen ist Arbeitsschutz.**

■ Wirken Sie darauf hin, dass die psychosoziale Einsatzvorbereitung, -begleitung und Nachsorge selbstverständliches Element und strukturell gut verankert ist in Ihrer Einsatzorganisation, um die Rate psychischer Belastungen und Erkrankungen unter Einsatzkräften möglichst gering zu halten.

### **Einsatznachsorge wirkt nur als dauerhaft angelegtes Maßnahmenprogramm, nicht als einmalige und anlassbezogene Maßnahme.**

■ Sorgen Sie dafür, dass ein ereignisbezogenes, zeitnah durchgeführtes Gruppennachsorgegespräche ergänzt wird durch weitere Nachsorgeangebote.

Nehmen Sie dazu nach ca. vier Wochen erneut Kontakt zu den Einsatzkräften auf. Nennen sie den Einsatzkräften qualifizierte und feldkompetente Ansprechpartner.

■ Veranlassen Sie, dass Gruppennachsorgegespräche nicht (nur) ereignisbezogen durchgeführt werden, sondern dass regelmäßig und auch außerhalb einer akuten Belastungssituation Veranstaltungen zu Einsatzbelastungen und Bewältigung durchgeführt werden (zum Beispiel als Jahresrückblickveranstaltung oder als einmal jährlich stattfindende psychosoziale Unterweisung)

■ Helfen Sie mit, dass psychosoziale Themen im Einsatzwesen aus dem Tabubereich herausgeführt werden, aber achten Sie gleichzeitig darauf, dass diese Themen nicht dramatisiert werden.

### **Professionelles Handeln im Einsatzwesen schließt den sorgsamem Umgang mit körperlicher und psychischer Gesundheit ein.**

■ Sorgen Sie für ein Klima der sozialen Anerkennung und Wertschätzung der Arbeit.

■ Achten Sie darauf, dass psychosoziale Ansprechpartner und Angebote innerhalb und außerhalb ihrer Organisationen für die Einsatzkräfte verfügbar sind.

■ Verbreiten Sie die Grundhaltung, dass eine Einsatzkraft, die auf ihre körperliche und psychische Gesundheit achtet, professionell handelt.

### **Führungskräfte nehmen bei der Prävention im Einsatzwesen eine Schlüsselrolle ein.**

■ Sorgen Sie dafür, dass Führungskräfte stärker als bisher in die psychosoziale Einsatzvorbereitung (Ausbildung, Fortbildung) einbezogen werden und noch mehr Verantwortung bei der Implementierung der Einsatznachsorge im Einsatzwesen übernehmen.

### **Kollegenhilfe ist Gold wert.**

■ Fördern Sie das Peerkonzept im Einsatzwesen und stellen Sie den geschulten Kamerad/innen qualifizierte und feldkompetente psychosoziale Fachkräfte zur Seite (z.B. Feuerwehrseelsorger/innen, Psycholog/innen, Sozialarbeiter/innen u.ä.).

### **Psychosoziale Einsatzvorbereitung ist genauso wichtig wie Nachsorge.**

■ Sorgen Sie dafür, dass Einsatzkräfte umfassende und aktuelle Informationen zum Thema Belastungen und Bewältigung erhalten.

■ Passen Sie die Ausbildung den spezifischen Anforderungen und Belastungen Ihrer Einsatzorganisation an.