

„Hilfe für Helfer“ in Eschede

Ein Projekt mit langfristigen Folgen

Von Dr. Jutta Helmerichs, BBK, zum 10. Jahrestag des ICE-Unglücks

Für die Überlebenden, Angehörigen und Hinterbliebenen eines Unglücks ist diese Art der Betrachtung zusätzlich schmerzlich, für viele Außenstehende irritierend, im Katastrophenschutz aber gängig: Jeder Großschadensfall oder jede Katastrophe gibt wichtige Impulse für die fachliche Weiterentwicklung der Hilfeleistung im Katastrophenschutz. Durch das ICE-Unglück in Eschede wurde die „Hilfe für Helfer“ in Deutschland etabliert.

Vor 10 Jahren, am 3. Juni 1998, entgleiste der ICE „Conrad Wilhelm Röntgen“ auf seinem Weg von München nach Hamburg nördlich von Hannover in der Ortschaft Eschede. 99 Reisende und zwei Gleisarbeiter starben, 123 Reisende wurden zum Teil schwer verletzt und Hunderte von Angehörigen und Hinterbliebenen waren plötzlich konfrontiert mit Verlust, Trauer und Verzweiflung. Die Ursache für dieses schwerste Eisenbahnunglück in der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland war ein gebrochener Radreifen. Fast eine Woche dauerten die Bergungs- und Aufräumarbeiten vor Ort. Eingesetzt waren dabei Kräfte der Feuerwehren, des Deutschen Roten Kreuzes, des Malteser Hilfsdienstes, der Johanniter-Unfall-Hilfe, des Arbeiter-Samariter-Bundes, der Polizeien, privater Rettungsdienste, des Technischen Hilfswerks, der Bundeswehr, der Bundespolizei und der regional stationierten englischen Armee. Viele der insgesamt etwa 2000 Helfer, die im Umkreis von 200 km alarmiert worden waren, waren ehrenamtlich tätig.

Erstmals nach einem Großschadensereignis wurde in Eschede ein umfangreiches und dauerhaftes Unterstützungsangebot für Einsatzkräfte etabliert. Mit Mitteln des Bundes und des Landes Niedersach-

sen und später auch der Deutschen Bahn AG konnte eine „Koordinierungsstelle Einsatznachsorge“ eingerichtet werden, die anderthalb Jahre hindurch für die Helfer und ihre Angehörigen Informationen, Einzelgespräche oder Gespräche in Gruppen anbot oder – bei Bedarf – Kontakte zu Traumaexperten herstellte. Parallel dazu wurde auf der Grundlage der Erfahrungsauswertung ein Konzept zur Implementierung der psychosozialen Nachsorge in die Katastrophenschutzstrukturen entwickelt und zum Projektabschluss Ende 1999 dem niedersächsischen Innenministerium als Empfehlung übergeben.

Die Einsatznachsorge wurde breit akzeptiert, etwa ein Drittel der in Eschede eingesetzten Helfer hat nach Einsatzende eine psychosoziale Beratung in Anspruch genommen. Gleichzeitig wurde von Experten, insbesondere aus den Fachgesellschaften der Psychologie und Psychiatrie und den Psychologischen Instituten der Universitäten kritisch angemerkt, dass die vor Ort eingesetzte Helfernachsorge noch keine fundierte wissenschaftliche Absicherung habe.

Daraufhin reagierte das Bundesministerium des Innern, nicht zuletzt in Verantwortung für seine Bundeseinsatzkräfte, und initiierte 2002 über das heutige Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) ein umfassendes Forschungsprogramm zur psychosozialen Prävention, Vernetzung und Qualitätssicherung im Einsatzwesen.

Die Ergebnisse der ersten Forschungsarbeiten, an der sich insgesamt weit über 4.000 Einsatzkräfte aus Rettungsdienst, Feuerwehr, THW, Polizei, Bundeswehr und Katastrophenschutz aus dem gesamten Bundesgebiet beteiligten und die von der Hochschule Magdeburg-Stendal (Projektleitung: Frau Prof. Beerlage) und der Ludwig-Maximilians-Universität

München (Projektleitung: Herr Prof. Butollo und Frau Dr. Krüsmann) durchgeführt wurden, liegen inzwischen vor und sind, auch als Zusammenfassung, im Internet verfügbar (www.einsatzkraft.de; www.psychosoziale-Notfallversorgung.de; www.gesundheit-im-einsatzwesen.de).



Der Intercity-Express „Wilhelm Conrad Röntgen“ von München nach Hamburg war entgleist und mit etwa 200 km/h gegen eine Brücke geprallt. ((c) dpa-Fotoreport)

parallel zu den Forschungsaktivitäten bundesweit Nachsorgeteams gebildet. Sie orientierten sich fachlich am schon in Eschede eingesetzten Critical Incident Stress Management (CISM)-Konzept von J.T. Mitchell & G. Everly aus den USA. Mittlerweile verfügt jede der etablierten Einsatzorganisationen in Deutschland

über Peers (speziell ausgebildete Kollegen bzw. Kameraden) und einsatznachsorgebezogen ausgebildete psychosoziale Fachkräfte. Größere Einsätze in Deutschland mit Bedarf an „Hilfe für Helfer“ wie z.B. beim Amoklauf in Erfurt (2002), nach der Flugzeugkollision in Überlingen (2002), dem Transrapid-Unglück im Emsland (2006) oder nach dem Einsturz der Eissporthalle in Bad Reichenhall (2006) zeigten, dass hinreichend Kräfte in angemessener Zeit verfügbar sind.

Auch bei weniger spektakulären Unfällen oder Unglücken im Einsatzalltag, die für die Einsatzkräfte psychisch genauso belastend sein können wie Katastropheneinsätze, ist die „Hilfe für Helfer“ in der Regel unproblematisch alarmier- und einsetzbar.

Seit einiger Zeit ist eine wichtige Umorientierung in der „Hilfe für Helfer“ erkennbar. Bestehende Nachsorgeteams richten sich stärker in Richtung „kontinuierliche soziale An-

sprechpartner“ aus und konzentrieren sich eher auf die psychosoziale Einsatzvorbereitung als auf die Nachsorge. Damit wird die im Einsatzwesen verbrei-

te Nachsorge. Damit wird die im Einsatzwesen verbrei-

tete Auffassung, es reiche aus, nach einem belastenden Einsatz den eingesetzten Helfern Nachsorgeteams zur „psychologischen Brandbekämpfung“ per Gruppengespräch zu schicken, zu Recht aufgegeben. Die aktuellen Forschungsergebnisse zeigen, dass psychosoziale Prävention im Einsatzwesen deutlich umfassender ist.

Eine weitere Entwicklung der vergangenen Jahre im Einsatzwesen ist die stärkere Berücksichtigung von Themen wie „psychische Belastung und Belastungsbewältigung“ in der Aus- und Fortbildung von Einsatzkräften, wenn auch die Ausbildungsinhalte dazu zur Zeit noch heterogen sind und die Qualifizierung der eingesetzten Dozenten sehr unterschiedlich und somit noch kein bundesweit einheitlicher Qualitätsstandard zu gewährleisten ist.

Die Aufgabe, bundeseinheitliche Qualitätsstandards zu definieren, bezieht sich darüber hinaus auch auf alle anderen Aspekte der psychosozialen Prävention im Einsatzwesen (und der psychosozialen Akuthilfe für Verletzte, Zeugen, Angehörige, Hinterbliebene etc.). Daneben ist noch offen, wie die Qualitätssicherung in diesem neuen Arbeitsfeld wirksam gestaltet werden soll. Wie soll sichergestellt werden, dass die festgelegten Standards eingehalten werden? Wer überprüft das Einhalten mit welcher Zuständigkeit? Wie wird sichergestellt, dass neue wissenschaftliche Erkenntnisse in den Einsatzorganisationen berücksichtigt werden und in die praktische Arbeit eingehen?

Um dieses und vergleichbare Probleme langfristig zu lösen, bereitet das BBK zur Zeit mit Behörden auf Bundes- und Landesebene, Hilfsorganisationen, Feuerwehren, Kirchen, Fachgesellschaften der Psychologie und Psychiatrie, Kammern, Universitäten und Hochschulen sowie Unfallkassen und anderen Kooperationspartnern einen Katalog von Leitlinien und Empfehlungen zur Psychosozialen Notfallversorgung vor, die im Herbst dieses Jahres auf einer so genannten Konsensus-Konferenz verabschiedet werden und denen dann in Form einer freiwilligen Selbstverpflichtung der Beteiligten gefolgt werden soll.

Die Eschede-Einsatznachsorge konnte innerhalb kürzester Zeit vor Ort „aus dem Nichts“ aufgebaut werden. Die wesentlichen Gründe für das Gelingen liegen in der guten Zusammenarbeit aller Beteiligten unter Zurückstellung persönlicher Interessen, der Bereitschaft, organisationsübergreifend zu

denken und zu handeln, im hohen persönlichen Einsatz Einzelner sowie in der guten Kooperation mit Vertretern der Gemeinde Eschede und des zuständigen Landkreises Celle und der Kirchen, mit den Führungskräften der Einsatzgruppen und den regionalen Beratungseinrichtungen. Diese positiven Erfahrungen sind nicht zwangsläufig auf andere Großschadensereignisse übertragbar. Deshalb wurden in den anschließenden Jahren, auf der Grundlage der Erfahrungen und Lehren aus der Eschede-Einsatznachsorge und als Ergebnis aus dem vom BBK initiierten Forschungsprojekt der Hochschule Magdeburg-Stendal, Empfehlungen und Strategien zur strukturellen Einbindung der psychosozialen Notfallversorgung in die traditionellen Strukturen der Gefahrenabwehr entwickelt. Wesentlicher Vorschlag dabei war, das psychosoziale Katastrophenmanagement stärker zu beachten. Dazu gehören die Ausbildung und der Einsatz von Fachberatern für psychosoziale Notfallversorgung in den Krisenstäben sowie von (Abschnitts-) Leitern für psychosoziale Notfallversorgung an der Unglücksstelle. Aufgenommen und erfolgreich umgesetzt wurde diese Empfehlung bereits bei der Vorbereitung der FIFA Weltmeisterschaft 2006. In Kooperation mit allen zwölf Spielstädten bildete das BBK insgesamt 160 Führungskräfte für das psychosoziale Katastrophenmanagement aus.

Der erste Tag: Mittwoch, 3. Juni 1998

10:59 Uhr, der ICE 884 „Wilhelm Conrad Röntgen“ entgleist in Höhe der niedersächsischen Ortschaft Eschede und prallt gegen eine Brücke. Anwohner aus Eschede eilen zur Unglücksstelle und beginnen mit der Rettungsaktion.

11:00 Uhr, die erste Notrufmeldung geht bei der Polizei ein. Feuerwehr, Rettungsdienst, Bundespolizei und THW werden alarmiert – der größte Rettungs- und Bergungseinsatz der neueren deutschen Geschichte beginnt.

13:15 Uhr, alle Verletzten sind abtransportiert, die medizinische Versorgung ist fast abgeschlossen. 87 Verletzte werden auf 23 Kliniken in Norddeutschland verteilt, 27 davon auf dem Luftweg.

18:20 Uhr, Eine Betreuungsstelle für Angehörige von Zuginsassen wird in zwei Hallen in Eschede eingerichtet. Seelsorger aus den umliegenden Gemeinden kümmern sich rund um die Uhr um die eintreffenden Angehörigen.

19:00 Uhr, Bestattungsunternehmer, Bundeswehr und THW beginnen mit dem Abtransport der Leichen zur Identifizierung in die Medizinische Hochschule Hannover. Die Bergungsarbeiten gehen nachts weiter.

Die ersten Wochen:

Donnerstag, 4. Juni bis Sonntag, 21. Juni 1998

Die Koordinierungsstelle Einsatznachsorge nimmt am 2. Tag nach dem Unglück ihre Arbeit auf. Erste Nachsorgegespräche mit Helfern werden geführt.

Die Bergungsarbeiten werden mit unvermindertem Einsatz fortgeführt. Bis zum 5. Tag nach dem Unglück werden Leichen und Leichenteile gefunden. Insgesamt sind 96 Menschen an der Unglückstelle verstorben, fünf weitere in Kliniken.

Das Medieninteresse wächst unaufhaltsam. Bundeskanzler Helmut Kohl und Niedersachsens Ministerpräsident Gerhard Schröder und weitere führende Politiker sowie der Vorstand der Deutschen Bahn AG besuchen die Unfallstelle.

Vielorts finden ökumenische Gottesdienste und Benefizveranstaltungen statt. Der niedersächsische Landtag und der Deutsche Bundestag gedenken der Opfer des Zugunglücks.

Die Akutphase der „Hilfe für Helfer“ ist abgeschlossen. Insgesamt haben etwa ein Drittel der Eschede-Einsatzkräfte ein Nachsorgegespräch angenommen. Das niedersächsische Sozialministerium bewilligt ein längerfristiges Nachsorgeprogramm.

Am 21. Juni 1998 findet ein Staatsakt und eine zentrale Trauerfeier in der Celler Stadtkirche statt. Bundespräsident Roman Herzog dankt den Einwohnern von Eschede und allen Helfern. Nach seinen Worten ist Eschede zum Vorbild für das ganze Land geworden.

Die Deutsche Bahn AG benennt den Vizepräsidenten des Bundessozialgerichts a.D., Prof. Otto Ernst Krasney, zum Ombudsmann für die Angehörigen und Verletzten des Zugunglücks.

Die ersten Monate: Juli bis Dezember 1998

Die Landesregierung sendet Dankurkunden an alle Einsatzkräfte, in Eschede gehen zahlreiche Erholungsangebote und Einladungen für die Helfer ein. Ebenso werden zahlreiche Ehrungen und Preise an die Helfer verliehen.

Ein Mitarbeiter der Koordinierungsstelle Einsatznachsorge besucht kontinuierlich die Eschede-Helfer in ihren Wachen und Wehren und führt Gespräche. Auch Gesprächskreise für Familienangehörige der Helfer werden angenommen.

Der Ort Eschede wird zu einem allgemeinen Ausflugsziel für Katastrophentouristen, die Einwohner kommen nicht zur Ruhe.

Im November wird in Celle ein Symposium mehr als 1.200 Teilnehmer aus der ganzen Welt zu den Erfahrungen und Lehren des ICE-Unglücks veranstaltet.

Das erste Jahr: Januar bis Dezember 1999

Die Ermittlungen der Staatsanwaltschaft Lüneburg ziehen sich bis in das Jahr 1999 hinein. Auch Monate nach dem Unglück können noch keine Verantwortlichen benannt werden.

Ein Teil der Angehörigen Verstorbener gründet eine vom Unterstützungangebot der Deutschen Bahn AG unabhängige „Selbsthilfe Eschede“.

Zum ersten Jahrestag am 3. Juni 1999 sind zahlreiche Angehörige, beim Zugunglück Verletzte, Einsatzkräfte, Politiker und Vorstandsmitglieder der Deutschen Bahn AG in Eschede vor Ort und nehmen an den Jahrestagsfeierlichkeiten teil. Zahlreiche Medienvertreter berichten.

Die Koordinierungsstelle Einsatznachsorge veranstaltet eine Feier zum Abschied aus der Region und übergibt dabei dem niedersächsischen Innenministerium Empfehlungen zur Integration von psychosozialen Nachsorgeangeboten in die Katastrophenschutzpläne.

Später, 11.05.2001, die Gedenkstätte Eschede wird feierlich eingeweiht.

„Der Eschede-Einsatz hat Spuren hinterlassen“

Dr. Jutta Helmerichs im Gespräch

Ein Drittel der Helfer von Eschede haben nach Einsatzende „Hilfe für Helfer“ in Anspruch genommen. War eine so hohe Helferzahl traumatisiert?

Nein. Das oft gezeichnete Bild, dass der Einsatz bei schweren Unglücksfällen und Katastrophen alle Helfer traumatisiert, ist ein Mythos und durch die Medien hervorgerufen. Tatsächlich war es so, dass die meisten Helfer den Kontakt zu uns suchten, um vom Einsatz zu erzählen und sich damit zu entlasten. Sie hatten hohen Gesprächsbedarf, der Eschede-Einsatz hatte bei allen Spuren hinterlassen. Vor allem nach einigen Wochen, wenn Familienangehörige und Freunde sich zurückzogen, weil sie das Thema nicht mehr hören konnten, kamen die Helfer zu uns, um zu reden und damit zu verarbeiten.

Welche Themen bewegten die Helfer?

Viele Einsatzkräfte konnten ihre Empfindungen nach dem Eschede-Einsatz zunächst nicht einschätzen, denn vor 10 Jahren war sehr viel weniger über Belastungsreaktionen im Einsatzwesen bekannt als heute. Sie waren beunruhigt und sich selbst fremd. Ein Großteil litt unter Schlafstörungen und Konzentrationsproblemen, einige fühlten sich sehr bedrückt und niedergeschlagen, andere wiederum waren aggressiv oder geplagt von Alpträumen. Allein unsere Erklärung, dass es sich um normale und angemessene Reaktionen auf ein völlig unnormales Ereignis handelt, war sehr entlastend.

Viele Eschede-Helfer beschäftigten sich mit der Frage, ob sie anderes hätten handeln können. Zentrales Thema war die Ohnmacht und Hilflosigkeit angesichts der vielen Toten. Immer wieder sprachen wir mit den Helfern über die furchtbaren Eindrücke, die Sie vor Ort aufgenommen hatten. Auch der für die meisten Helfer sehr problematische Kontakt zu Hinterbliebenen, die an die Unglückstelle kamen und gerne mit Helfern sprechen wollten, um sich zu be-

danken oder um etwas über die geborgenen Angehörigen zu erfahren, wurde thematisiert.

Warum wurde die „Hilfe für Helfer“ über einen Zeitraum von anderthalb Jahren angeboten?

Schwerwiegende Belastungsfolgen nach Einsätzen zeigen sich nicht in den ersten Stunden und Tagen, sondern Wochen oder Monate nach dem Ereignis. Deshalb ist es sinnvoll, über einen längeren Zeitraum psychosoziale Ansprechpartner zur Verfügung zu stellen. Die aktuellen Forschungsergebnisse zur psychosozialen Prävention im Einsatzwesen bestätigen dieses Vorgehen. Nicht das einmalige Nachsorgegespräch ist wirksam, sondern die kontinuierliche Bereitstellung von fachlich kompetenten und vertrauensvollen Ansprechpartnern.

Gab es auch schwerwiegende Belastungen unter den Eschede-Einsatzkräften?

Ja, einige Einsatzkräfte, etwa 100 der insgesamt 2000 Helfer, hatten gravierende und dauerhafte Probleme. Dazu gehörten länger anhaltende, schwerwiegende Krisen in der Partnerschaft und Familie oder auch im Beruf, bei einzelnen wurde sogar eine Berufsunfähigkeit attestiert.

Ein Eschede-Helfer hat wenige Monate nach dem Einsatz versucht, sich das Leben zu nehmen, kurz vor dem 6. Jahrestag des Unglücks, also 2004, hat er dann sein Leben durch Suizid beendet. Bei all diesen schwerwiegenden Auswirkungen ist allerdings davon auszugehen, dass der Eschede-Einsatz nicht die alleinige Ursache war.

Welche Erfahrungen oder Erkenntnisse haben Sie aus der Arbeit in Eschede mitgenommen und wie wirkt sich dies auf ihre heutige Arbeit aus?

Ganz zentral war die Erfahrung, welche unterschiedlichen Bedürfnisse die Betroffenen und die Einsatzkräfte bei einem solchen Unglück haben. Überlebende und Angehörige suchen am Unglücksort nach Orientierung und Informationen in einer für sie plötzlich chaotischen Welt. Die Einsatzkräfte hingegen blenden während der Dauer des Einsatzes ihre Gefühle aus, damit sie ihre Arbeit professionell leisten können und sind erst später nach abgeschlos-

senem Einsatz bereit für Gespräche. Kräfte der psychosozialen Akuthilfe wie Notfallseelsorger, Kriseninterventionsteammitarbeiter, Notfallpsychologen müssen diese Anforderungen und ebenso die Strukturen der Gefahrenabwehr gut kennen und sich nahtlos einfügen, damit sie gute Arbeit leisten und die Abläufe nicht stören.

Außerdem haben wir festgestellt, wie wichtig im Arbeitsfeld der psychosozialen Akuthilfe und der „Hilfe für Helfer“ die Qualitätssicherung durch wissenschaftliche Grundlagenforschung und bundeseinheitliche Standards ist. Ein nächster Schritt ist die Konsensus-Konferenz für Psychosoziale Notfallversorgung 2008. Längerfristig ist eine bundeseinheitliche Zertifizierung wichtig, aber dieses Ziel liegt noch weiter in der Zukunft.

Dr. Jutta Helmerichs, Jahrgang 1955, Referatsleiterin für Psychosoziale Notfallversorgung im Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK), war Leiterin der Koordinierungsstelle Einsatznachsorge in Eschede, die am zweiten Tag nach dem Unglück eingerichtet wurde und anderthalb Jahre hindurch Ansprechstelle für die Helfer war.

„Das Debriefing wird deutlich überschätzt“

Dr. Marion Krüsmann zu Nachsorgemethoden

In den ersten 3 Wochen nach dem ICE-Unglück in Eschede wurden erstmals in Deutschland in großem Umfang Einsatznachsorgegespräche in Gruppen, so genannte Debriefings, durchgeführt. Ziel war es, damit die psychosozialen Belastungen unter den Eschede-Helfern so gering wie möglich zu halten.

Das Debriefing wurde von den Helfern sehr gut angenommen und positiv bewertet, etwa 700 Einsatzkräfte nahmen an einem Debriefing teil. Gleichzeitig wurden unter Fachleuten kritische Stimmen zur Wirksamkeit des Debriefing laut. Gefordert wurde, zu klären, ob diese Methode nutzt oder schadet.

Die Ergebnisse der daraufhin vom Bund in Auftrag gegebenen Studie zur Prävention im Einsatzwesen liegen inzwischen vor (www.einsatzkraft.de).

Das Debriefing ist unter Helfern sehr bekannt und verbreitet. Wieso ist diese Nachsorgemethode so populär?



Dr. Marion Krüsmann, Jahrgang 1963, Diplompsychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Ludwig-Maximilians-Universität München, leitete die 2003 bis 2006 durchgeführte Studie zu Belastung und Bewältigung im Einsatzwesen und zur Effektivität von Nachsorgemaßnahmen, die das Bundesministerium des Innern und das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe in Auftrag gaben und an der sich mehr als 4.000 Einsatzkräfte aus verschiedenen Bundesländern beteiligten. (Foto: privat)

Sie entspricht dem Denken und Handeln von Einsatzkräften. Viele Helfer stellen sich vor, dass man nach einem belastenden Einsatz die Methode „Debriefing“ als eine Art „psychologische Feuerwehr“ einsetzen und Belastungen dadurch sofort beseitigen kann. Tatsächlich stimmt das aber nicht. Prävention im Einsatzwesen ist umfassender. Ein ein-

zelnes Gespräch zu zweit oder in Gruppen nach einem belastenden Einsatz hilft nicht, schwerwiegende Belastungsfolgen oder gar Erkrankungen zu vermeiden. Debriefing ist nicht als Standardmethode nach einem belastenden Einsatz geeignet.

Hilft das Debriefing, eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTB) zu verhindern?

Nein.

Ist das Debriefing eine zusätzliche Belastung?

Das kommt auf die Umstände an. Wenn Einsatzkräfte zum nachsorge gespräch gezwungen werden zum Beispiel, kann das Debriefing als Belastung empfunden werden.

Sollte man das Debriefing verbieten?

Nein, denn Gruppennachsorgegespräche sind sinnvoll und hilfreich beispielsweise als Ausdruck von Wertschätzung und soziale Anerkennung der Arbeit aber auch als wichtige Chance zur Vermittlung weiterer Unterstützungsangebote. Wirksame Prävention psychischer Belastungen im Einsatzwesen bedeutet allerdings die Umsetzung eines Maßnahmenpaketes mit vielen verschiedenen Komponenten.

Kann man schon in den ersten Stunden und Tagen nach einem belastenden Einsatz vorhersagen, ob eine Einsatzkraft später Probleme bei der Verarbeitung haben wird? Lassen sich Risikogruppen erkennen?

Eher nicht. Deshalb ist es wichtig, dass die Einsatzkräfte sich und ihre eigenen Reaktionen und die Reaktionen ihrer Kolleginnen und Kollegen nach belastenden Einsätzen gut kennen und einschätzen können. Sie müssen eine achtsame Haltung gegenüber der eigenen körperlichen und psychischen Gesundheit entwickeln und ihre Schutzfaktoren und persönlichen Bewältigungsformen kennen. Auch die Führungskräfte sind an dieser Stelle gefordert. Sie kennen ihre Einsatzkräfte in der Regel gut, und beob-

achten Verhaltensänderungen. Wenn sie dann offen mit dem Thema psychische Belastungen umgehen, können sie im Einzelfall sehr hilfreich sein und Vorbild für wertschätzenden Umgang mit der eigenen Gesundheit

Welche Tipps geben Sie?

- kontinuierliche und ereignisunabhängige Beschäftigung mit dem Thema psychosoziale Belastungen und Wohlbefinden – ohne zu dramatisieren,
- Benennung von fachkundigen psychosozialen Ansprechpartnern in den Wachen und Wehren,
- arbeitnehmerfreundliche Arbeits- und Organisationsstrukturen,
- regelmäßige Berücksichtigung von psychosozialen Themen in der Ausbildung, z.B. feste Verankerung von Schulungen zu Stress- und Stressbewältigung in der Grundausbildung
- Verfügbarkeit von qualifizierter Einsatznachsorge in Gruppen und für Einzelne.

Literaturhinweise:

1. Beerlage I, Hering Th, Nörenberg L (2006a): Entwicklung von Standards und Empfehlungen für ein Netzwerk zur bundesweiten Strukturierung und Organisation psychosozialer Notfallversorgung. Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe im Auftrag des BMI (Hrsg.) Schriftreihe der Schutzkommission beim Bundesminister des Innern, Neue Folge Band 57, Bonn
2. Beerlage I, Hering Th, Springer S, Arndt D, Nörenberg L (2006b): Entwicklung von Rahmenplänen zur Umsetzung von Leitlinien und Standards zur Sicherstellung, Vernetzung und strukturellen Einbindung Psychosozialer Notfallversorgung für Einsatzkräfte der polizeilichen und nicht polizeilichen Gefahrenabwehr. Forschungsprojekt im Auftrag des Bundesministeriums des Innern. Endbericht, Bonn.
3. Bengel J (2001) Psychologische Maßnahmen für Einsatzkräfte bei Katastrophen. Das Zugunglück von Eschede. In: Maercker A, Ehlerlert U (Hrsg.) Psychotraumatologie, Göttingen: Hofgrefe: 186-200
4. Butollo W, Schmelzer M, Kruesmann M, Karl R, Müller-Cyran A (2006a) Entwicklung eines praxisnahen, zielgruppenorientierten Anti-Stress-Trainingsprogramms zur primären Prävention einsatzbedingter Belastungsreaktionen und -störungen auf der Grundlage einer systematischen Untersuchung der Wirksamkeit vorhandener Trainingskonzepte. Forschungsprojekt im Auftrag des Bundesministeriums des Innern. Endbericht, Bonn.
5. Butollo W, Schmelzer M, Kruesmann M, Karl R, Müller-Cyran A (2006b) Untersuchung bestehender Maßnahmen zur sekundären Prävention (Intervention/Nachsorge) und Entwicklung einer Methodik und eines zielgruppenorientierten Programms zur effektiven sekundären Prävention einsatzbedingter Belastungsreaktionen und -störungen. Forschungsprojekt im Auftrag des Bundesministeriums des Innern. Endbericht, Bonn.
6. Helmerichs J, Bengel J, Leonhardt K (1999) Einsatznachsorge beim ICE-Unglück in Eschede. In: Notfall- und Rettungsmedizin 2: 362–366.
7. Helmerichs J, Marx J, Treunert R. (2002): Hilfe für die im Einsatz. Nachsorge für Polizeikräfte – Erfahrungen aus Erfurt. In: Deutsche Polizei 7: 6–14
8. Helmerichs J (2003): Nachsorge für Einsatzkräfte beim ICE-Unglück in Eschede. In: Zielke M, Meermann R, Hackhausen W.(Hrsg.) Das Ende der Geborgenheit. Lengerich: Pabst: 97–115.
9. Hüls E, Oestern H-J (1999) Die ICE-Katastrophe von Eschede. Erfahrungen und Lehren – eine interdisziplinäre Analyse. Berlin, Heidelberg, New York: Springer
10. Koordinierungsstelle Einsatznachsorge (Hrsg.) (2002): Hilfe für Helfer. Dokumentation der Einsatznachsorge beim ICE-Unglück in Eschede. In: Eigendruck DRK-Landesverband Niedersachsen: Hannover