

Einsatznachsorge für Führungskräfte

Im Rahmen von Einsätzen können unsere Einsatzkräfte potenziell belastenden Ereignissen ausgesetzt werden. Um die psychischen und sozialen Auswirkungen solcher Ereignisse zu minimieren, sind erste Maßnahmen durch Führungskräfte sinnvoll.

Besondere psychische Belastungen können für Einsatzkräfte unter anderem entstehen bei

- persönlichem Bezug
- (subjektiver) eigener Gefährdung
- Großschadenslagen
- wenig Erfahrung
- Selbstvorwürfen | Schuldgefühlen

Diese Handreichung soll dabei als Orientierung und Hilfestellung dienen.

Was kannst Du tun?



Beobachtung der Mannschaft

Kenne deine Mannschaft - achte auf dein Team und sein Verhalten.
Wisse um mögliche Belastungsreaktionen.



Einsatzabschluss

Bespreche am Ende des Einsatzes das Geschehen sachlich und wertneutral. Vermittle deiner Mannschaft Hintergrundwissen über mögliche Belastungsreaktionen.
Findet einen gemeinsamen Abschluss.



Einbeziehung der Einsatznachsorgeteams

Beziehe die Einsatznachsorgeteams deines Landesverbandes ein.
Sie sind integraler, niedrigschwelliger Bestandteil des Einsatzabschlusses bei potenziell belastenden Einsätzen.



Kennen & Hinzuziehung geeigneter Unterstützungsangebote (-> proaktiv & frühzeitig)

Einsatznachsorgeteams | Ärzte | Psychotherapeuten oder weitere Hilfsangebote



Dokumentation

Nach einem belastenden Einsatz ist die Dokumentation sowie die Erstellung einer „BG“ | „DGUV“-Meldung dringend erforderlich.
Hier sollte auf den Vermerk „Psychotrauma“ geachtet werden, denn auch die ggf. nötige weiterführende Nachsorge ist in der Regel durch die „BG | DGUV“ versichert.

Einsatzabschluss - wie geht das?



Einen gemeinsamen Informationsstand schaffen

Am einfachsten gelingt dies durch ein wertungsfreies und sachliches Durchsprechen des Einsatzablaufs.

Dadurch werden Gerüchte vermieden und Lücken in der Rekonstruktion des Einsatzes geschlossen. Dies erzeugt Sicherheit und Klarheit. Zusätzlich hilft es bei der Einordnung des Erlebten, was Belastungsreaktionen vorbeugt.



Hinweis auf mögliche Reaktionen (-> Psychoedukation)

Die Information über mögliche psychische und körperliche Reaktionen auf den Einsatz macht diese für die Einsatzkraft verständlich und nachvollziehbar.

Dadurch vermindert sich die Wahrscheinlichkeit einer langfristigen Belastungsreaktion.



Perspektive aufzeigen

Am Ende der Einsatznachbesprechung sollten weiterführende Angebote aufgezeigt werden.

Zum Beispiel:

- Wie erreiche ich bei Bedarf weitere Unterstützung?
 - Peers
 - psychosoziale Fachkräfte
 - Beratungsstellen
 - ...

Für weitere Informationen und Unterstützung kannst Du jederzeit Kontakt mit uns aufnehmen.
Wir sind für dich da und behandeln alle Anfragen vertraulich.

Kontakt

E-Mail: psnv@bayern.dlrg.de

Hotline: 09181 3201-333