



# Was passiert, wenn der Helfer selbst Hilfe braucht?



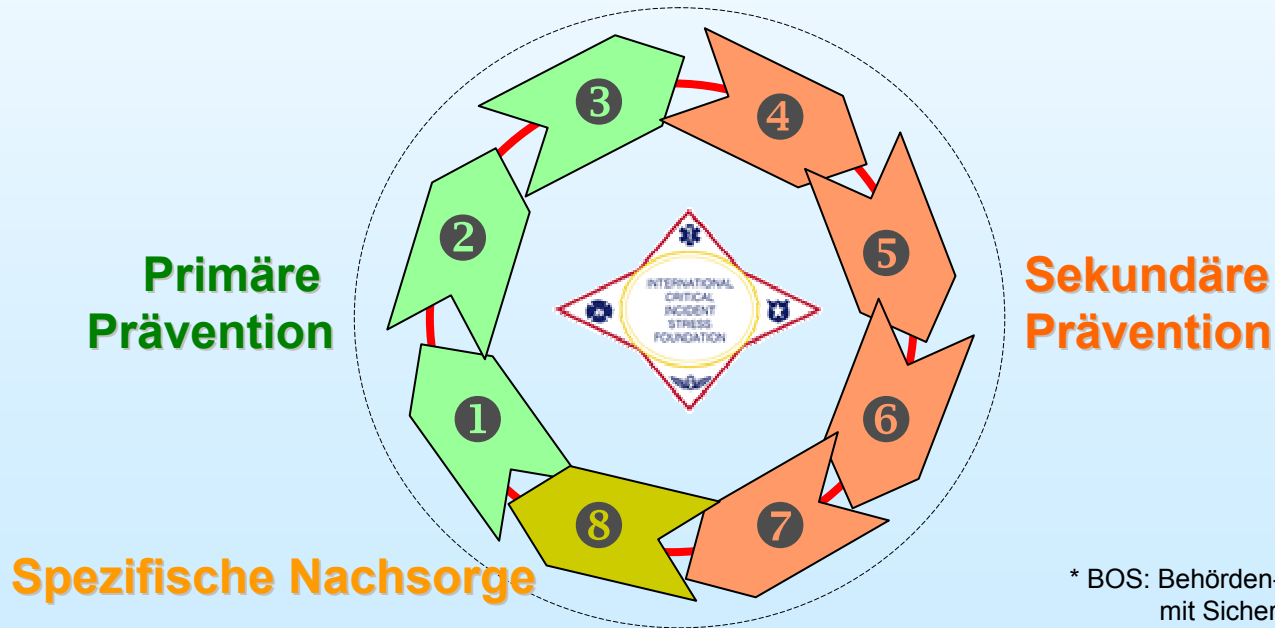


**Benötigt der Helfer  
überhaupt Selbst-Hilfe ?**

Abbildung: Mit freundlicher Empfehlung aus dem BRK Kreisverband Berchtesgadener Land



# Das Critical Incident Stress Management (CISM) ist ein langjährig bewährtes Konzept zur tätigkeitsspezifischen Stressprävention und -nachsorge am BOS\*-Arbeitsplatz



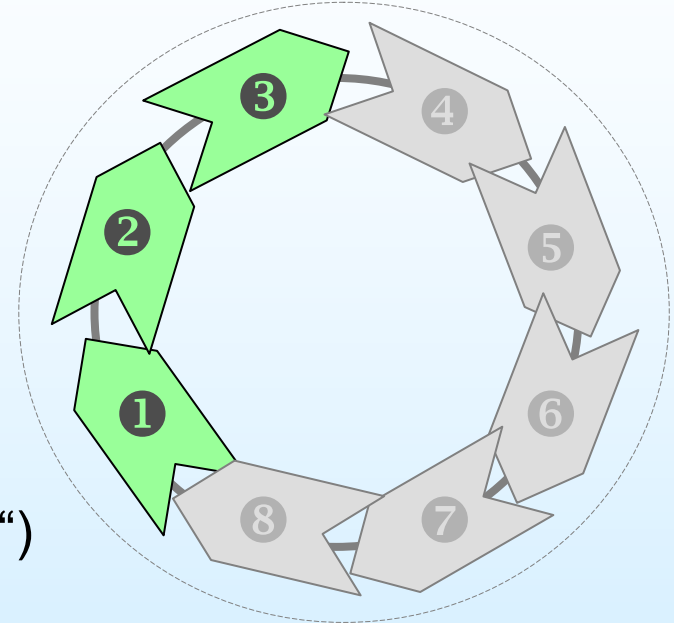
\* BOS: Behörden- und Organisationen mit Sicherheitsaufgaben



## CISM Konzept <sup>1</sup>

### Primäre Prävention

- ➊ Information zum Konzept und zur Erreichbarkeit der Angebote
- ➋ Ausbildung von Kollegen zu 'Stresspräventionsberatern' (vgl. „Peer“)
- ➌ Schulungsangebote zu allgemeiner Stressprävention und Psychoedukation für BOS-Einsatzkräfte

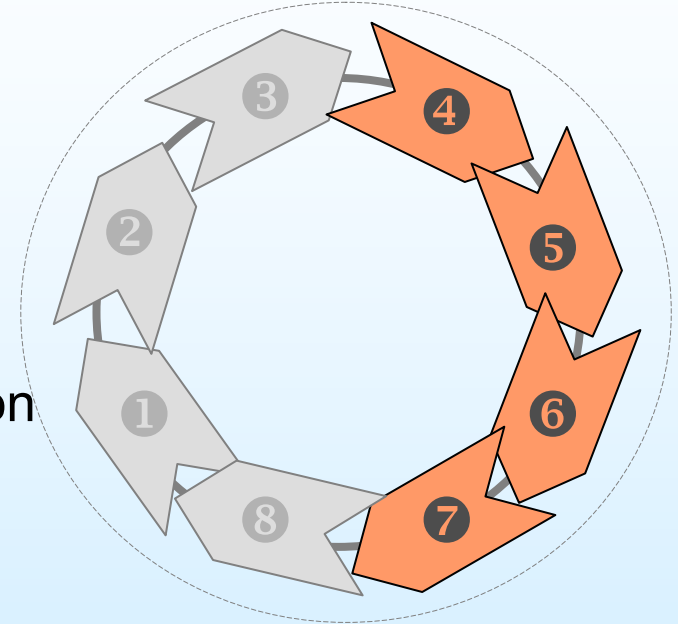




## CISM Konzept<sup>2</sup>

### Sekundäre Prävention

- ④ **Persönliches Einzelgespräch (1:1)**
- ⑤ **De-Mobilisation** bzw. Gruppeninformation
- ⑥ **Einsatz-Entschärfung**  
(„Kurzbesprechung“ / engl.: „Defusing“)
- ⑦ **Einsatzbesprechung**  
(„Nachbesprechung“ / engl.: „Debriefing“)



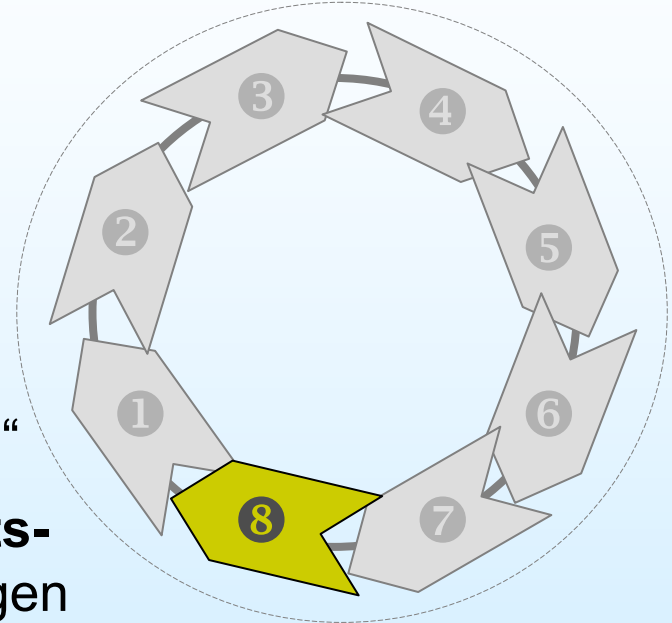


## CISM Konzept<sup>3</sup>

### Spezifische Nachsorge

#### ⑧ Nachfassen („Follow-up“) und weitergehende fallspezifische Hilfen:

- ↳ kollegialer Anrufkontakt „...wie geht's?“
- ↳ *Frühzeitige Dokumentation* des **Arbeitsunfalls** und Meldung an den zuständigen Unfallversicherungsträger
- ↳ Vermittlung professioneller (therapeutischer) Hilfe
- ↳ Vermittlung spiritueller Unterstützung auf Wunsch
- ↳ Ggf. adaptierte Familiennachsorge in besonderen Fällen

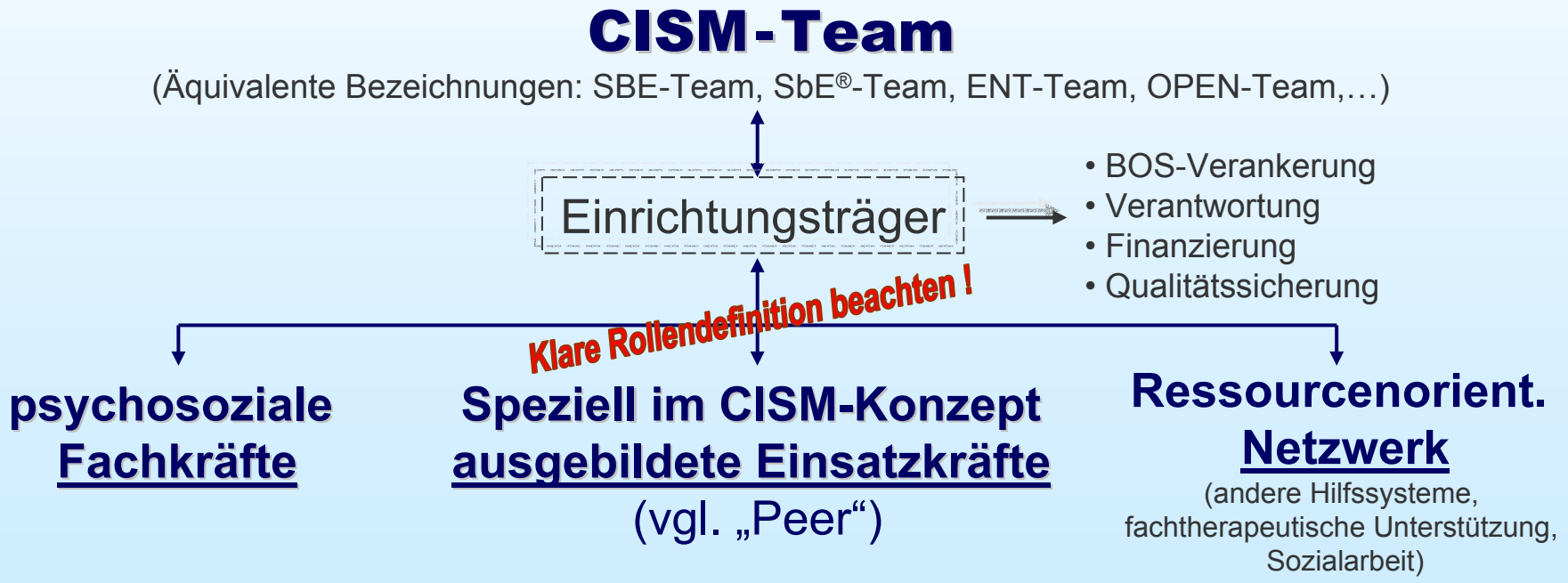






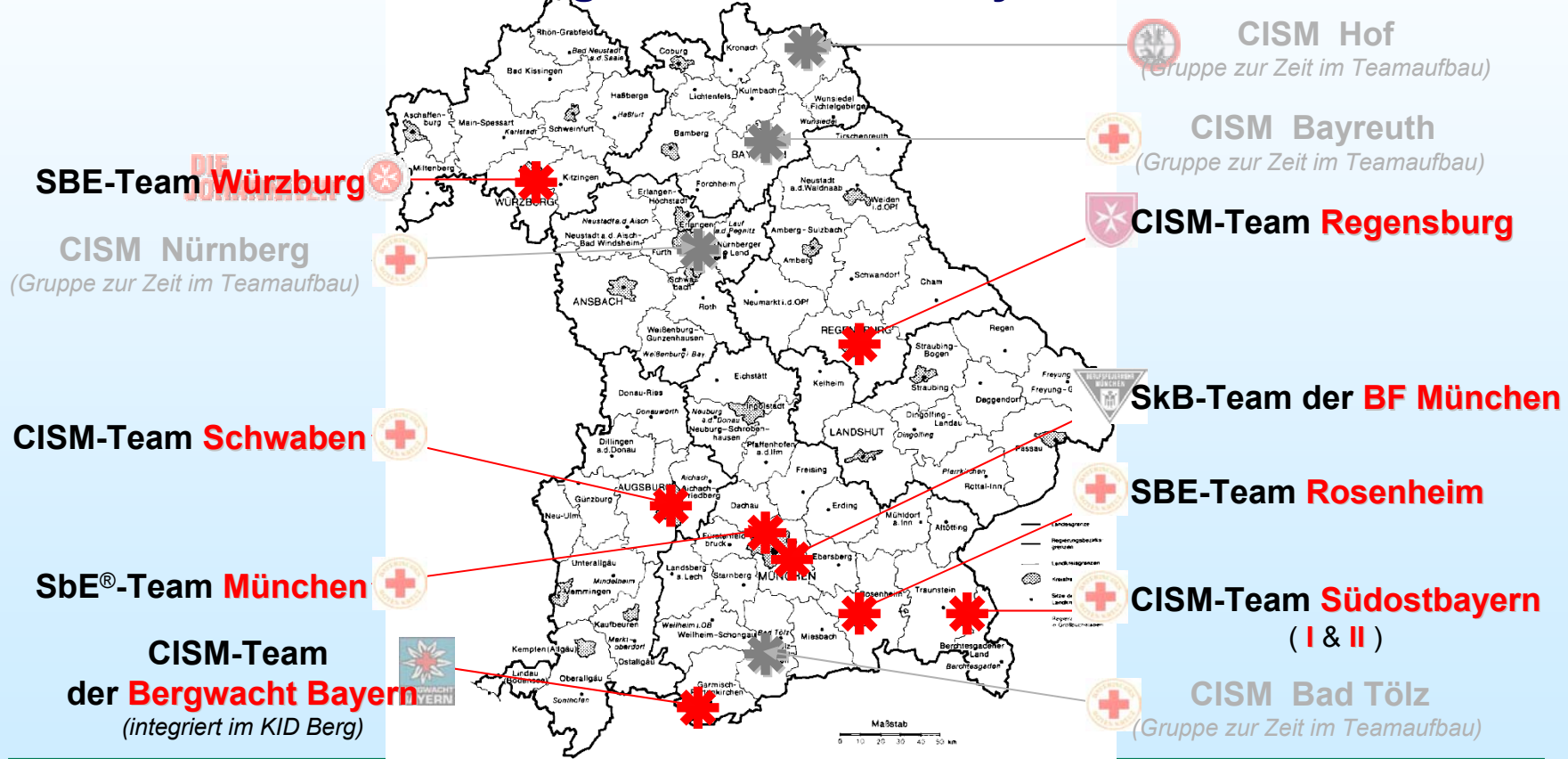
## CISM Konzept<sup>4</sup>

### Wer bietet diese Angebote an?





## CISM Team's der Hilfsorganisationen in Bayern (Stand: Sommer 2005)







## Fallbeispiel

### Vorfall:



Schwerer VU mit Notsectio unter schwierigen Begleitumständen auf einer Bundesstrasse. Mehrere involvierte Rettungskräfte. Begleitender KID-Einsatz für die unverletzten Beteiligten. OrgL läßt zum absehbaren Einsatzende über die RLST das zuständige CISM-Team alarmieren. *Grund u.a.:* 2 RD-Mitarbeiter artikulieren, dass sie sich nach diesem Einsatz aus der laufenden Dienstschicht auslösen lassen möchten.

### Massnahmen:



„Peer vom Dienst“ (CISM-HOTLINE) rückt mit weiterem Kollegen zu zwei getrennt liegenden Rettungswachen aus. **Lageüberblick** und **Demobilisation** des beteiligten RD-Personals. Info an LRD zum gewünschten vorzeitigen Schichtende 2er RD-Mitarbeiter. Co-Organisation **soziale Ressourcen** und Schichtauslösung.



## Fallbeispiel

### Folge- woche(n):



Auf Wunsch der beteiligten Einsatzkräfte wurde ca. 5 Tage später eine **Einsatzbesprechung** durchgeführt. Teilnehmerzahl circa 15 Personen aus RD, Fw, POL, B-POL, RTH (mit vorhergehender Begrüßung durch KGF = **Wertschätzung des Personals!**). 2 Kollegen wünschten weiteren CISM-Kontakt. Bei diesen wurde in der Folge eine D-Arzt Vorstellung mit **Unfallanzeige** veranlaßt.

### Entwicklung:



Ein Kollege war **nach kurzer Beratungszeit wieder voll einsatzfähig**. Der zweite Kollege, ein Ende 30 Jahre alter RettAss., wurde in **fachtherapeutische Hilfe** überwiesen. In der Folge war er dann, mit Unterbrechungen, ca. 1 ½ Jahre dienstunfähig.

### Derzeitiger Sachstand:

Der betroffene RettAss. durchlief ein komplexes berufsgenossenschaftliches **Heil- und Rehabilitationsverfahren**. Er ist heute für den RD nicht mehr diensttauglich und wird gerade **umgeschult**.



## Erfahrungsberichte <sup>1</sup>

### Spontaninterview von zwei Leitern Rettungsdienst aus zwei größeren BRK-Kreisverbänden mit der Fragestellung:

Sie arbeiten nun schon über 5 Jahre mit einem regionalen CISM-Team zusammen.

- **Welche Erfahrungen haben Sie rückblickend gemacht?**
- **Welche Vorteile sehen Sie in der Berücksichtigung von 'CISM' im regulären BOS-Dienstbetrieb im Haupt- und Ehrenamt?**



## Erfahrungsberichte <sup>2</sup>

**Antwort eines Leiter Rettungsdienst, 36 Jahre, seit 15 J. hauptamtlich tätig, verantwortlich für 61 ha. Mitarbeiter im Fahrdienst (1e RW und 2 Stellplätze):**

- ✱ Die bisherigen CISM-Erfahrungen nach Bedarfsfällen können mit den Schlagworten **Zuverlässigkeit**, **Verbindlichkeit** und **Vertrauen** gut umschrieben werden.
- ✱ Gutes „**Backstage-Management**“ wahrgenommen. Selbst 2x der Initiator von angeforderter CISM-Nachsorge für hauptamtliche Mitarbeiter gewesen.
- ✱ Als wichtiges Kriterium kompetenter CISM-Angebote erachte ich das **nicht zwanghafte Überstülpen irgendwelcher Massnahmen**, sondern die gegebene **Freiwilligkeit zur Angebotswahrnehmung** und die gewährte **Anonymität** auf Wunsch des Betroffenen.



## Erfahrungsberichte<sup>3</sup>

**Antwort eines Leiter Rettungsdienst**, 48 Jahre, seit 15 J. hauptamtlich tätig, verantwortlich für 62 ha. Mitarbeiter im Fahrdienst (7 RW mit 3 NEF-Standorten):

- ✱ Der „Peer-vom-Dienst“ ist immer ein guter **Ansprechpartner vor Ort** gewesen und war vor allem **in kürzester Zeit verfügbar**.
- ✱ Bisher nur **sehr gutes Fallmanagement** wahrgenommen (= Mitarbeiter-Feedback) im Hinblick der **psychosozialen** und **versicherungsrechtlichen Belange**.
- ✱ **Temporäre Dienstauslösung** im „schlimmst anzunehmenden Fall“ hat sich gut bewährt.
- ✱ **Deutlich reduzierte Personalausfallzeiten** im Hauptamt (incl. ZDL) registriert!
- ✱ Der diensthabende CISM-Kollege „**kommt von ausserhalb des Dienstbetriebes**“ und ist ggf. auch initial Ansprechpartner der RLST.





Copyright 2002 by Randy Glasbergen.  
[www.glasbergen.com](http://www.glasbergen.com)



**Der Stress am Arbeitsplatz hat einen kritischen Punkt erreicht.  
Morgen ist deshalb der „Bring-Deinen-Therapeuten-mit-in-die-Arbeit-Tag“.**





*Besten Dank für Ihre Aufmerksamkeit!*