

---

# Extremer Einsatz, Alltagsstress und Dauerbelastungen – Hilfe für Helfer im Wandel

IX. Symposium zur Psychosozialen Notfallversorgung  
Wir brauchen keine Helden! Welche Hilfen brauchen Helfer?  
DRK Kreisverband Bremen, 19.11.2016

Irmtraud Beerlage  
Hochschule Magdeburg-Stendal

---

## Agenda

---

- Was brauchen Einsatzkräfte
  - im Zusammenhang mit extrem belastenden Einsätzen
  - im Zusammenhang mit Alltagsdramen
  - im Einsatzalltag
- Was brauchen Peers?

# Einsatzkräfte brauchen differenzierte Angebote im Kontext extrem belastender Einsätze

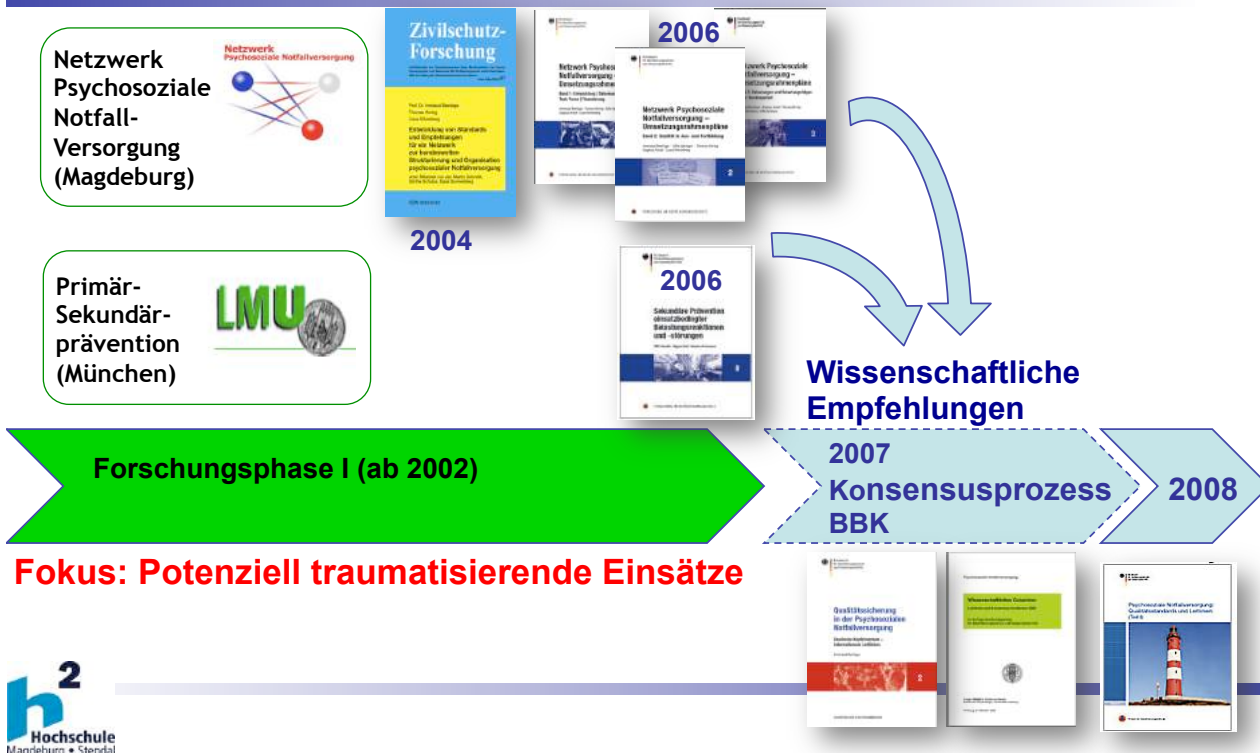


## Entwicklung der Konzepte zur PSNV für Einsatzkräfte (PSNV-E)



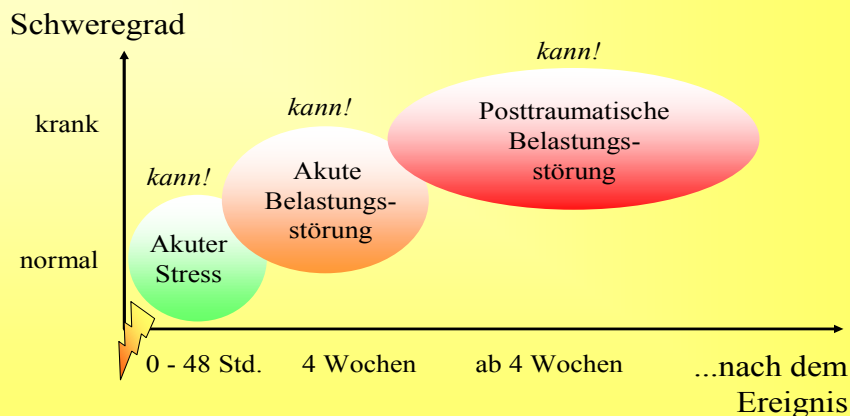
**Auf- und Ausbau von Einsatznachsorge (und Krisenintervention)  
Fachliche Kontroversen & Probleme in der Kooperation im Einsatz**

# Forschungsergebnisse und Empfehlungen Basis des Konsensusprozesses

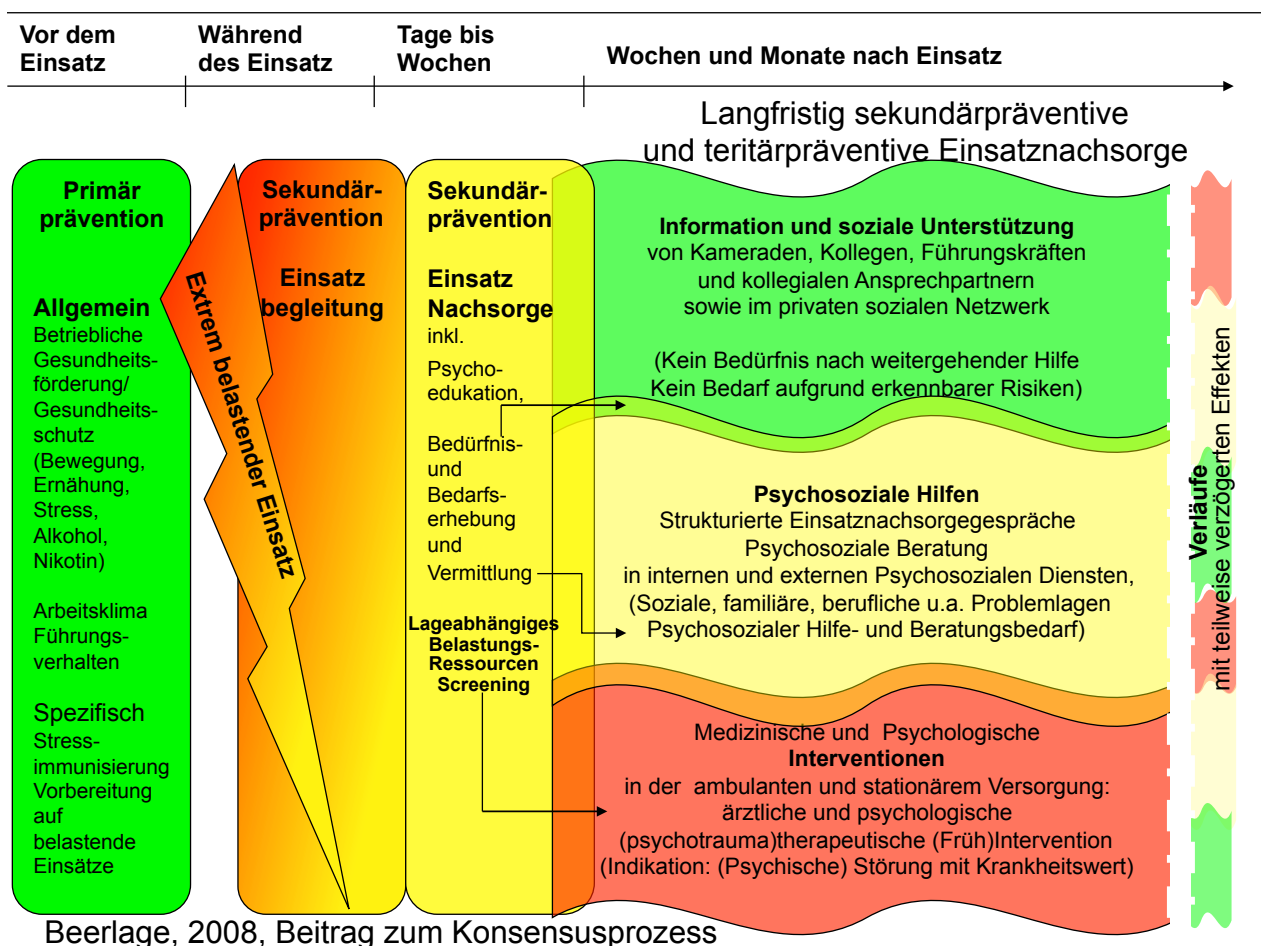
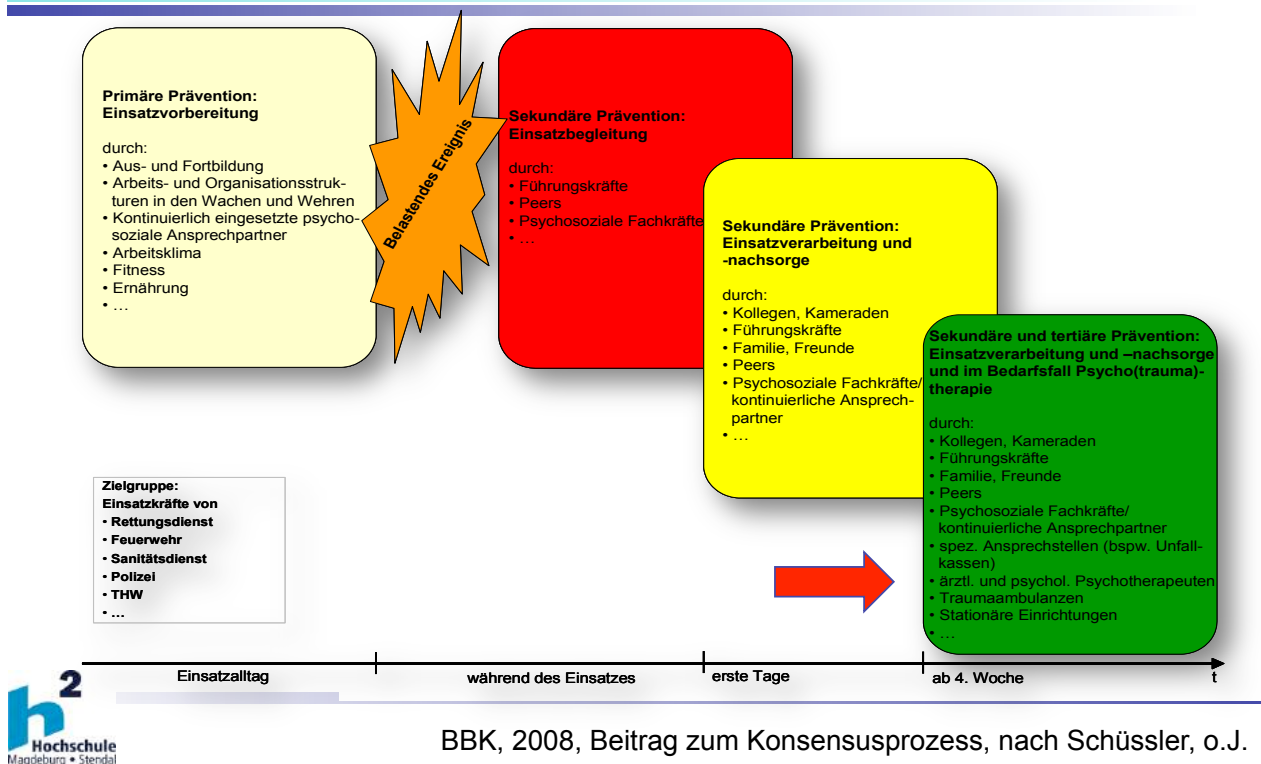


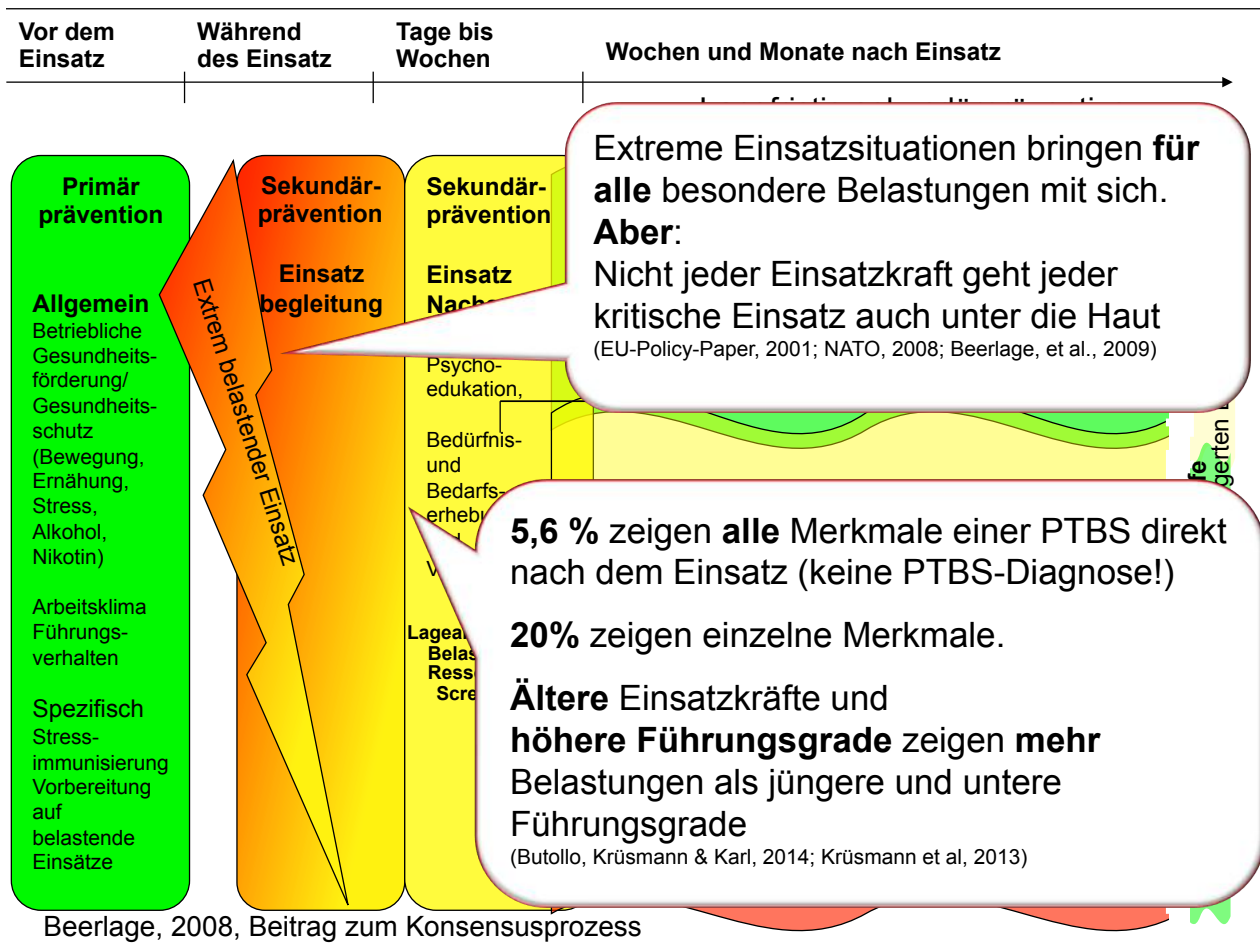
## Rückschau: Ein gemeinsames „Bild“ der Belastungen der Einsatzkräfte?

Wie können sich außergewöhnliche Belastungen auswirken?



# Rückschau: Ein gemeinsames "Bild" der Hilfen für Helfer?

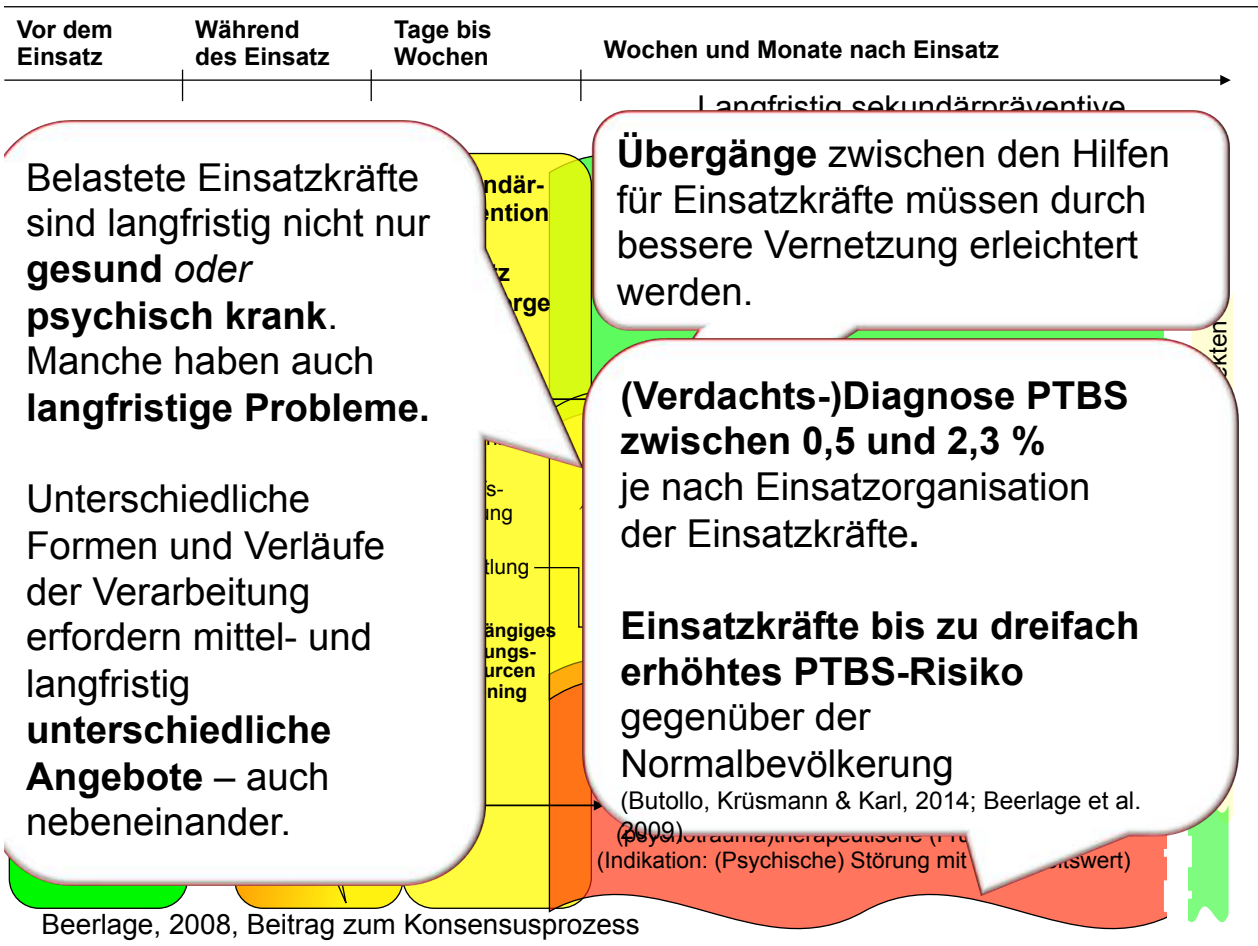




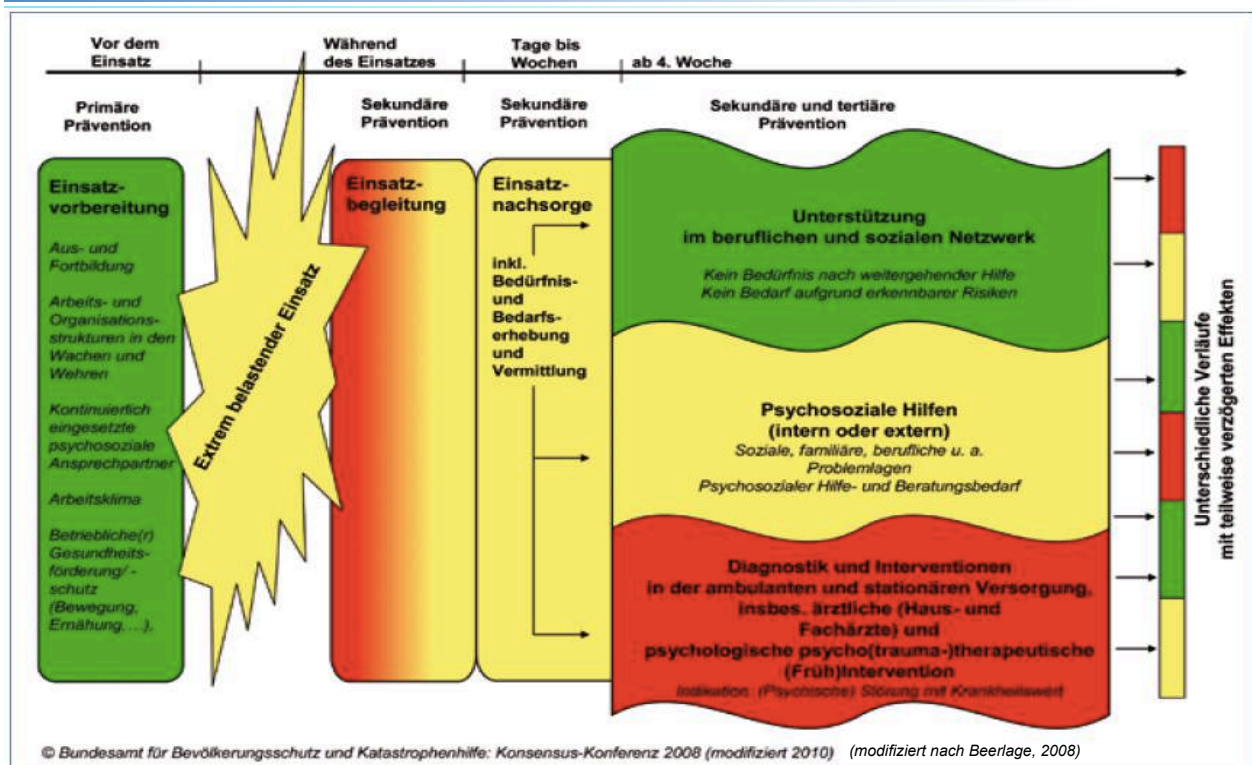
## Häufigkeit potenziell traumatisierender Erfahrungen

- Jemals einen Einsatz mit Angst, Schrecken, Hilflosigkeit, Ekel oder Entsetzen erlebt (potenziell traumatisierende Erfahrung) haben
  - 68,0 % Berufsfeuerwehr (N = 344)
  - 63,6 % Landespolizei (N = 2.495)
  - 50,8% Bundespolizei (N = 1.160)
  - 61,7 % Rettungsdienst-HA (N = 316)
  - 40,4% Freiwillige Feuerwehr (N = 1.154)
  - 21,5 % THW Ehrenamt (N = 1.417)

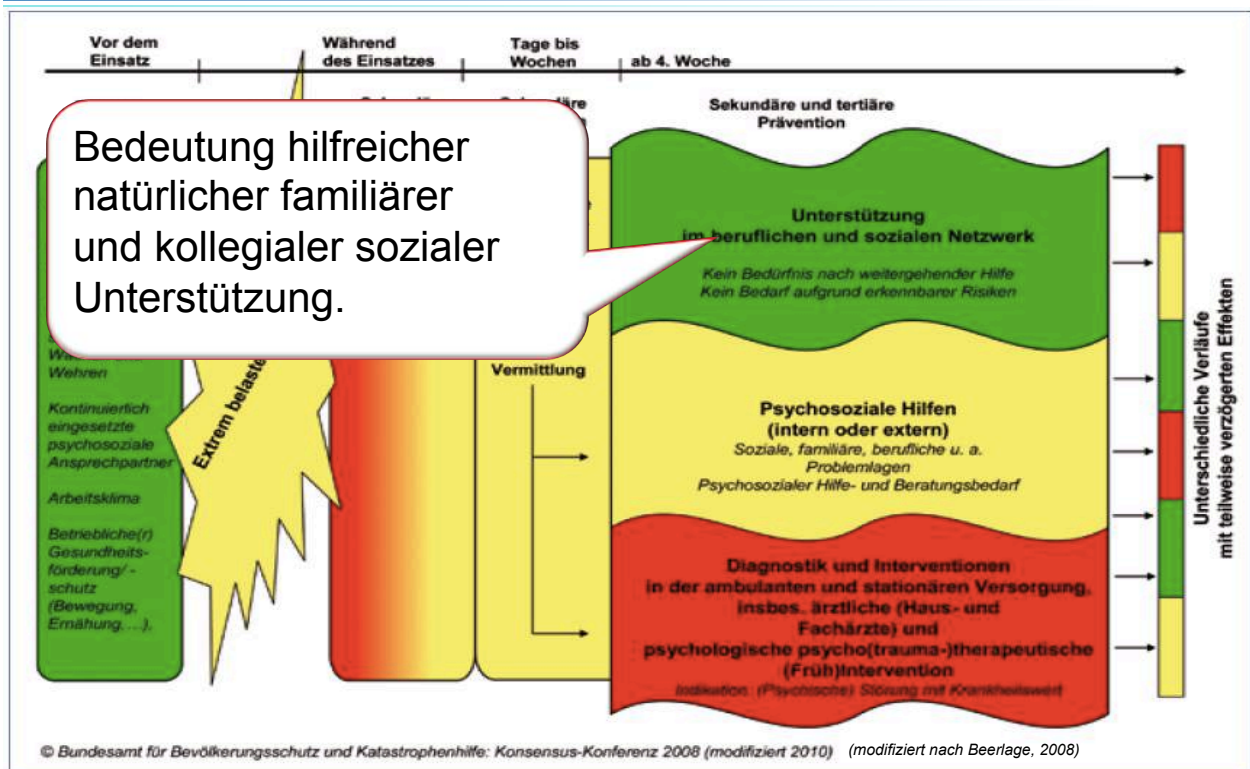




## Ein gemeinsames Modell der Angebote: Ergebnis des Konsensusprozesses



# Ein gemeinsames Modell der Angebote: Ergebnis des Konsensprozesses



## Erste Ansprechpartner

Ansprechpartner: Wie leicht würde es Ihnen fallen, mit einer der folgenden Personen nach einem belastenden Einsatz zu sprechen?		% fällt mir leicht	
		FFw	BF
→ Kollege/Kamerad beteiligt am Einsatz		94	96
→ Partner		94	89
→ Freunde in der Feuerwehr		95	88
→ Familienangehörige		85	65
→ Peer aus eigener Feuerwehr		86	58
Freunde außerhalb der Feuerwehr		66	66
Psychosoz.-Fachkraft in der Feuerwehr		65	61
Psychosoz.-Fachkraft von außen mit Feldkompetenz		63	63
Personen aus anderen BOS m. Feldkompetenz		60	54
Peer aus Region, fremde Feuerwehr		64	49
Peer anderer Regionen		59	52
→ Psychosoziale Fachkraft ohne Einsatzerfahrung		55	47
Sonstige		65	32

# Männliches und weibliches Selbstbild als Einflussfaktor auf die Selbstöffnung?

- **Annahme:**  
Rollenstereotype als Teil des Selbstbildes
- **Instrument Bem-Sex-Role-Inventory**
  - **Expressive** /früher „weibliche“ Eigenschaften:  
warmherzig, feinfühlig, empfindsam, selbstaufopfernd...
  - **Instrumentelle**/früher „männliche“ Eigenschaften:  
sachlich, unerschrocken, furchtlos, konsequent...
  - **Androgyne Eigenschaften:**  
sowohl stark ausgeprägte expressive als auch instrumen-  
telle Eigenschaften, situationsangepasstes Handeln

Instrumentell	Tendenziell instrumentell	Androgyn	Tendenziell expressiv	Expressiv
---------------	---------------------------	----------	-----------------------	-----------

## Geschlechtsrollenbezogene Selbstkonzepte

	Gesamt N= 364	Männer N=341	Frauen N=17
<b>Expressiv</b>	5,3	4,1	29,4
<b>Tendenziell Expressiv</b>	5,6	4,4	29,4
<b>Androgyn</b>	40,2	41,6	11,8
<b>Tendenziell Instrumentell</b>	27,9	28,4	17,6
<b>Instrumentell</b>	20,9	21,4	11,8

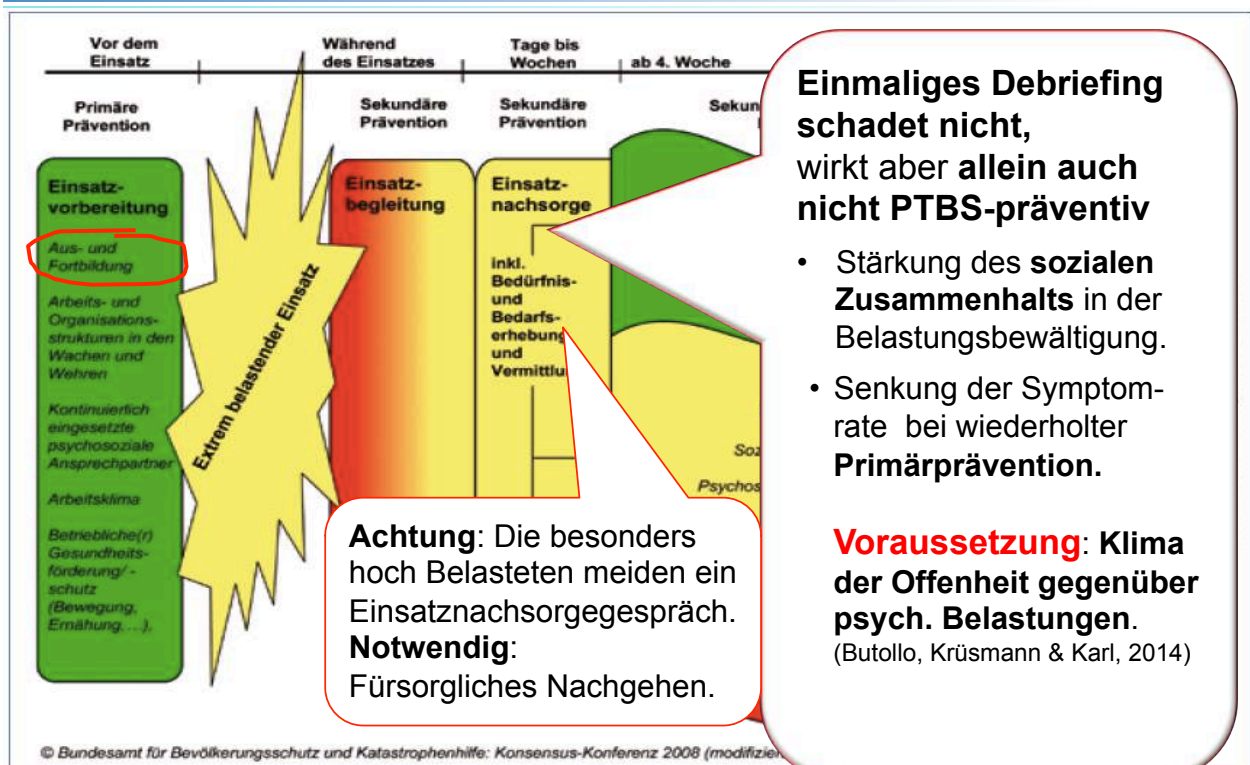
Schulze & Beerlage, 2004 (unveröff.)



# Geschlechtsrollenbezogenes Selbstkonzept und soziale Unterstützung

- (Tendenziell) „Expressive“
  - Höhere Bereitschaft, ein Problem zu „bekennen“ insbesondere gegenüber Kollegen aus dem kritischen Einsatz
  - Höhere Wahrnehmung sozialer Unterstützungspotenziale durch Kollegen/Kameraden
- „Androgyne“
  - Höhere Wahrnehmung sozialer Unterstützungspotenziale durch Kollegen/Kameraden.
  - Vertrauen sich insgesamt mehr Menschen nach einem kritischen Einsatz an (auch deutlich mehr spezifisch Ausgebildeten, Peers)
  - Nach Extremeinsätzen aktiver Suche nach Hilfe.
- „Instrumentelle“
  - Insgesamt geringere Veröffentlichungsbereitschaft
  - Vertrauen sich nach einem Kritischen Einsatz nur wenigen an.

## Ein gemeinsames Modell der Angebote: Ergebnis des Konsensprozesses



## Fazit (1)

---

### ■ Einsatzkräfte brauchen

1. ressourcenergänzende, vernetzte, gestufte und interdisziplinäre, kurz-, mittel- und langfristige psychosoziale Angebote nach kritischen Einsätzen, die ihre individuellen und sozialen Selbsthilfe-Kompetenzen respektieren.
2. Kollegen/Kameraden und Vorgesetzte als Bewältigungsressource – und ein Selbstbild, diese auch nutzen zu „dürfen“.
3. eine regelmäßige, von Vorgesetzten geförderte Reflexion psychischer Belastungen in der Ausbildung und Einsatzvorbereitung.

---

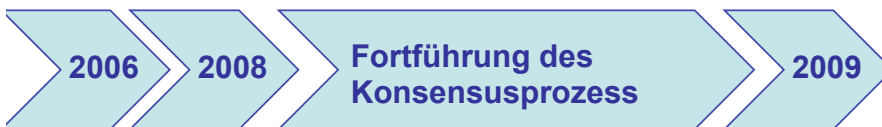
Einsatzkräfte brauchen einen  
erweiterten Blick auf  
belastende Situationen  
und psychische Probleme.

Organisationsprofile,  
Gesundheit und Engagement  
im Einsatzwesen  
(Magdeburg)



**Forschungsphase II (2006 – 2009)**

**Fokus: Alltagsbelastungen und breites  
Spektrum von psychischen Beeinträchtigungen**



## Psychische Grundbelastungen

Einsatzkräfte sind im Durchschnitt  
psychisch gesünder als die  
Allgemeinbevölkerung.

Aber ein Teil von ihnen hat erhebliche  
Probleme.

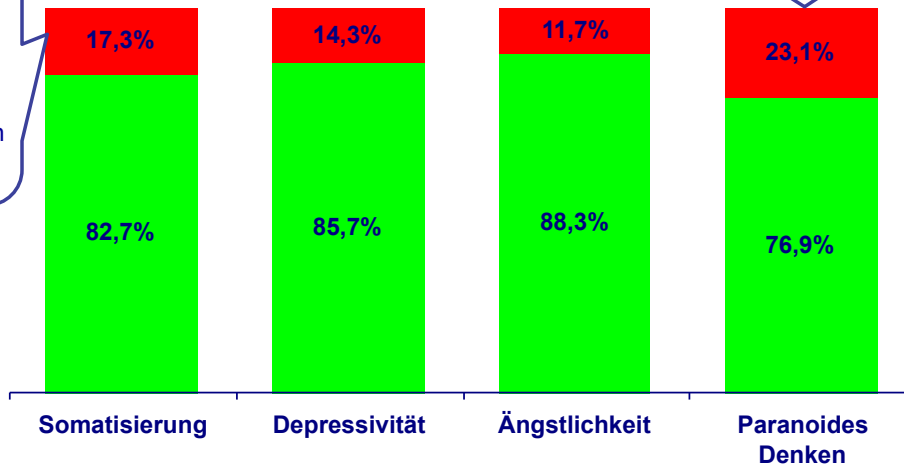
# Psychische Grundbelastungen

Alle Merkmale höher ausgeprägt

1. bei Einsatzkräften mit Erfahrung „kritischen Erfahrungen“
2. Männlichen Einsatzkräften

■ wenig auffällig ■ auffällig

Gedanken, ausgenutzt zu werden, anderen nicht zu trauen, von anderen beobachtet und bewertet zu werden.

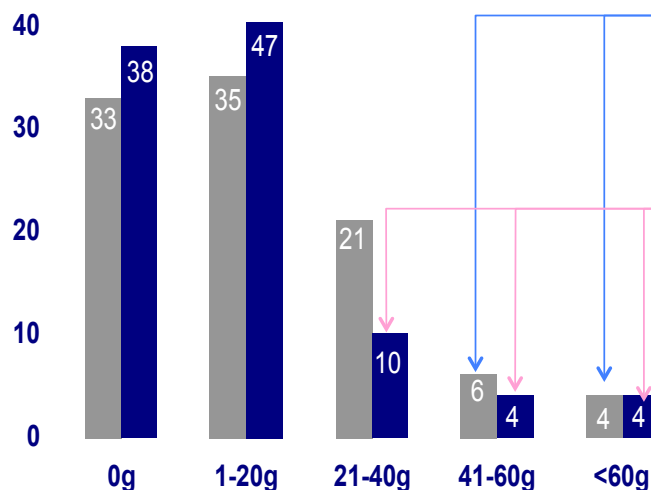


# Riskanter Alkoholkonsum (Bundespolizei)

■ Männer ■ Frauen

Riskanter Konsum in der Allgemeinbevölkerung  
33% Männer  
20% Frauen  
(RKI, GEDA, 2010)

Angaben in Prozent



10% Riskanter Alkoholkonsum Männer (>40 g täglich)

18% Riskanter Alkoholkonsum Frauen (>20 g täglich)

40 g ≈ 2 Flaschen Bier (0,5l)  
20 g ≈ 1 Glas Wein (0,2l)

# Politischer Rückenwind

---









## ■ Präventionsgesetz – (PrävG)

(Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention)  
vom 17. Juli 2015)

- §20 SGB V: **Verhaltensprävention**  
(z.B. Stressimmunisierung / Einsatzvorbereitung, Bewegung, Ernährung)
- § 20a SGB V, Absatz 1: : **Verhältnisprävention**  
(Aufbau und Stärkung gesundheitsförderlicher Strukturen in Settings (z.B. Polizei, Rettungsdienst, Feuerwehr) ... und Lebenswelten (z.B. Vereinen) gemeinsam und **unter maßgeblicher Steuerung durch ihre Mitglieder**
- §20b SGB V: Herausgehobenes **Setting: Betriebe**

## Art der genannten **potenziell** **traumatisierenden** Erfahrung


---

-  Großschadenslagen
-  Einsätze mit hoher persönlicher Beteiligung
-  Einsätze mit toten Erwachsenen
-  Einsätze mit toten Kindern
-  Einsätze mit schwer verletzten Erwachsenen
-  Einsätze mit schwer verletzten Kindern
-   Ereignisse jenseits klassischer extremer Einsatzsituationen (Non-Incidents)

Fälle, die in der Frage 216, IES-R, ein belastendes berufliches Ereignis nannten

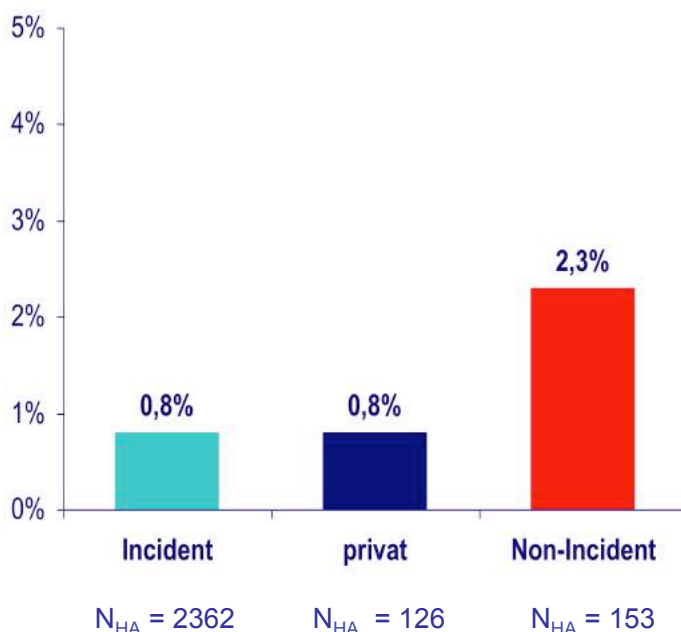


# Potenziell traumatisierende Einsätze



- **Berufs-, einsatztypische Aufgaben mit herausforderndem Charakter**  
(z.B. Festnahme, Großveranstaltungen, Weltjugendtag)
- **Soziale Konflikte** mit Vorgesetzten und Kollegen  
(z.B. Mobbing, Disziplinarverfahren)
- **Moralische Konflikte**  
(z.B. falsche Entscheidung, Fehler von Kollegen gedeckt)
- **Sozio-emotionale Herausforderungen**  
(z.B. verwahlte Kinder, Betreuung Angehöriger an der Einsatzstelle)
- Ereignisqualität unklar  
(z.B. Frühschicht, Umorganisation)

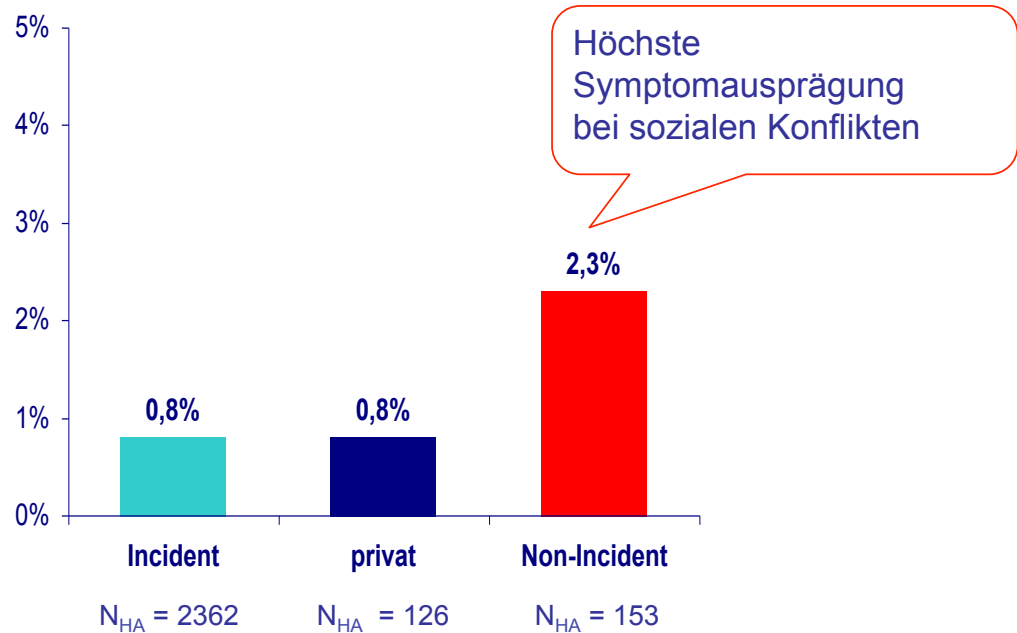
## PTBS Verdachtsdiagnose nach unterschiedlichen Ereignisarten



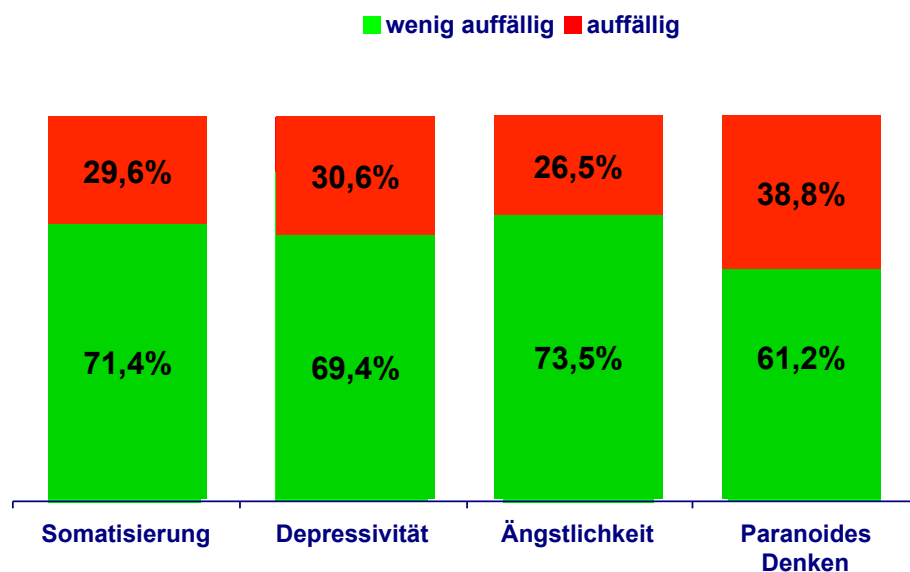
**PTBS-Verdacht (%)** nach „klassischen“ beruflichen Ereignissen (Incidents) > 4 Wo

Landespolizei (n = 1.434)	0,5%
Bundespolizei (n = 518)	1,2%
Rettungsdienst (n = 178)	1,7%
Berufsfeuerwehr (n = 223)	1,3%
THW	-
(FFw)	2,3 %*)
Gesamt (n = 2362)	0,8%

# PTBS Verdachtsdiagnose nach unterschiedlichen Ereignisarten



## Erhöhte Psychische Beeinträchtigungen nach Non-Incidents



# Burnout

## Hoch ausgebrannt (in Prozent):

*Erschöpfung, Zynische Distanzierung zu den Menschen und der Aufgabe, Geringes Erleben von Professioneller Effizienz*

Einsatzorganisation	2007	2008
Landespolizei	11,7	10,0
Bundespolizei	15,0	25,4
Berufsfeuerwehr	5,8	9,3
Rettungsdienst	5,2	5,6
Freiwillige Feuerwehr	0,4	0,3
THW Ehrenamt	3,6	6,1

## Eingeschränktes Wohlbefinden

Rate der Einsatzkräfte mit geringem Wohlbefinden (= unter dem Durchschnitt der Normstichprobe) getrennt nach Komponenten des Wohlbefindens und Diensten<sup>1</sup> (in %);  
(Querschnittsstichproben: keine Verlaufsaussagen möglich t1, t2 gesamt)

Dienst	Belastbarkeit		Vitalität		Genussfähigkeit		Innere Ruhe	
	2007	2008	2007	2008	2007	2008	2007	2008
Landespolizei	26,1	25,8	67,7	66,2	64,2	60,8	55,5	57,3
Bundespolizei	27,9	26,6	73,3	79,9	66,6	70,3	57,9	63,8
Rettungsdienst	6,5	9,6	31,8	37,7	18,3	27,4	17,9	24,7
Berufsfeuerwehr	4,3	8,2	31,5	47,9	24,5	27,9	22,0	26,7
Freiwillige Feuerwehr	22,5	27,3	51,3	53,3	61,1	58,0	47,7	43,4
THW-Ehrenamt	33,1	32,8	59,1	59,6	64,4	58,7	49,9	49,3

\* Bemerkung: Antwortformat:

0= trifft überhaupt nicht zu; 1= trifft kaum zu; 2= trifft eher nicht zu;  
3= trifft eher zu; 4= trifft überwiegend zu; 5= trifft voll und ganz zu

## Fazit (2)

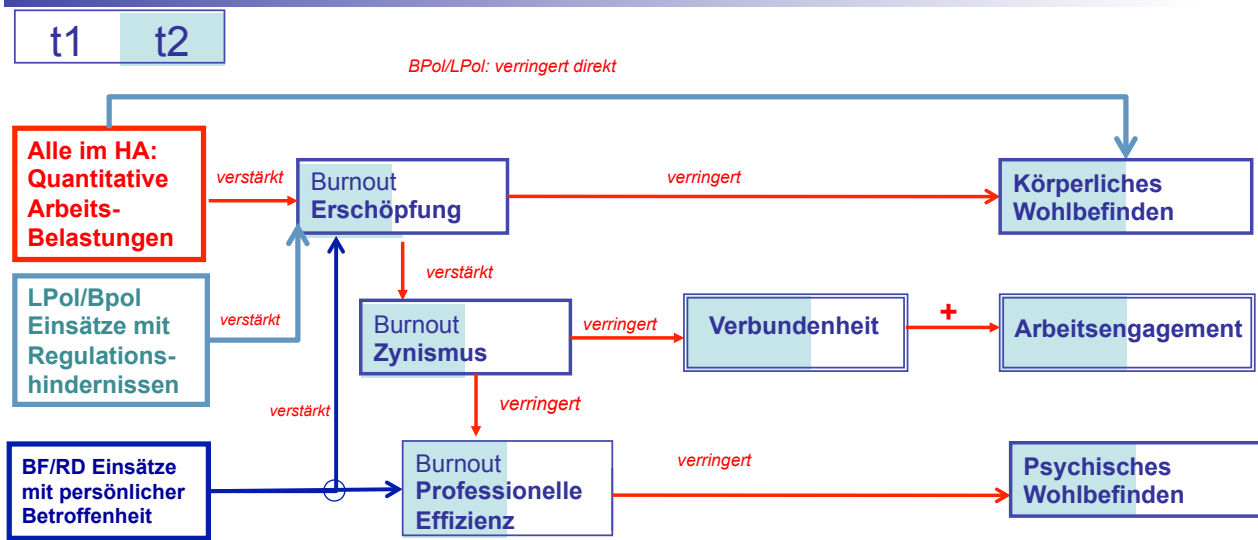
---

- Einsatzkräfte brauchen
  4. einen umfassenden Blick auf psychische Beeinträchtigungen und psychische Folgen extremer Einsätze.
  5. Führungskräfte, psychosoziale Fachkräfte und Peers, die auch für psychische Folgen von „Alltagsdramen“ sensibilisiert sind.
  6. eine regelmäßige, umfassende Gesundheitsberichterstattung inkl. eines breiten Spektrums psychischer Beeinträchtigungen.

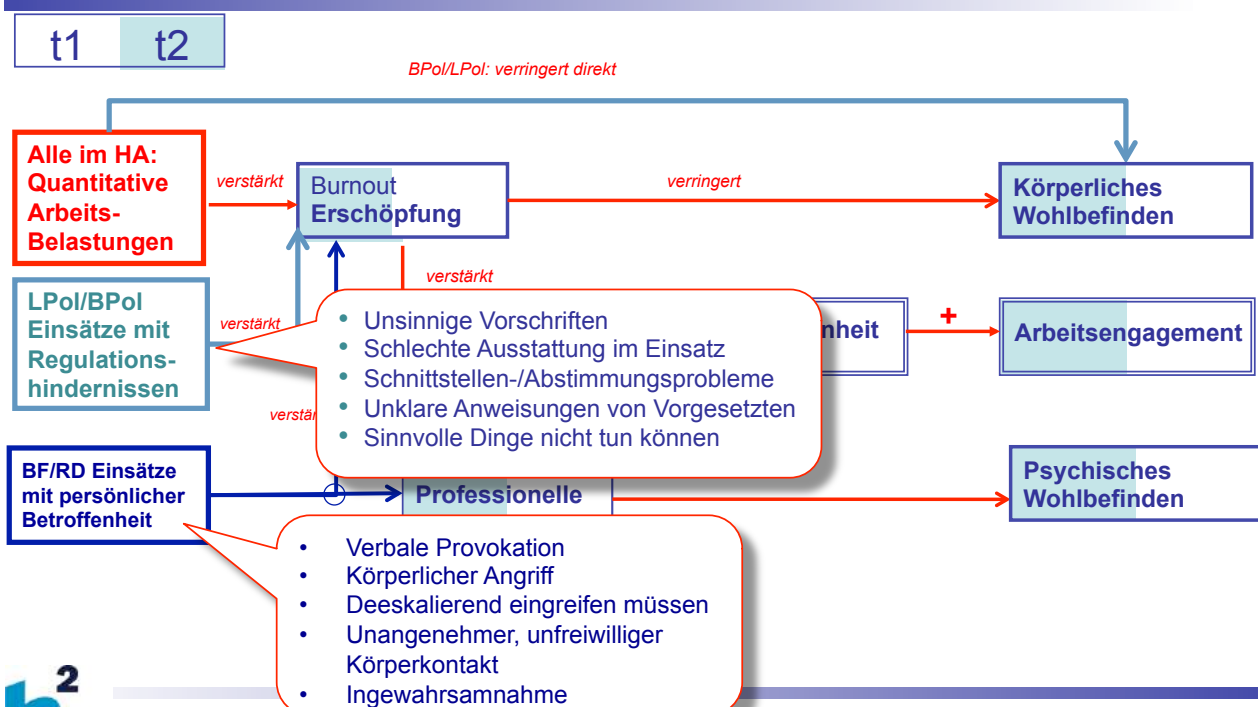
---

Einsatzkräfte brauchen  
einen gesunden  
Einsatz- und Wachalltag.

# Alltägliche Einsatzbelastungen, Burnout, Gesundheit in LPol u. BPol, Berufsfeuerwehr u. Rettungsdienst



# Alltägliche Einsatzbelastungen, Burnout, Gesundheit in LPol u. BPol, Berufsfeuerwehr u. Rettungsdienst





# Wir wissen aktuell nicht...

...wie sich das veränderte Einsatzspektrum auswirkt.

- Interkultureller Einsatzstress
- Dauereinsätze im Kontext von Massenmigration
- Zunehmende Gewalt gegenüber Einsatzkräften
  - Einsätze bei Terrorgefahren und terroristisch motivierten Angriffen
  - Einsätze bei Großdemonstrationen
  - Einsätze bei Großveranstaltungen



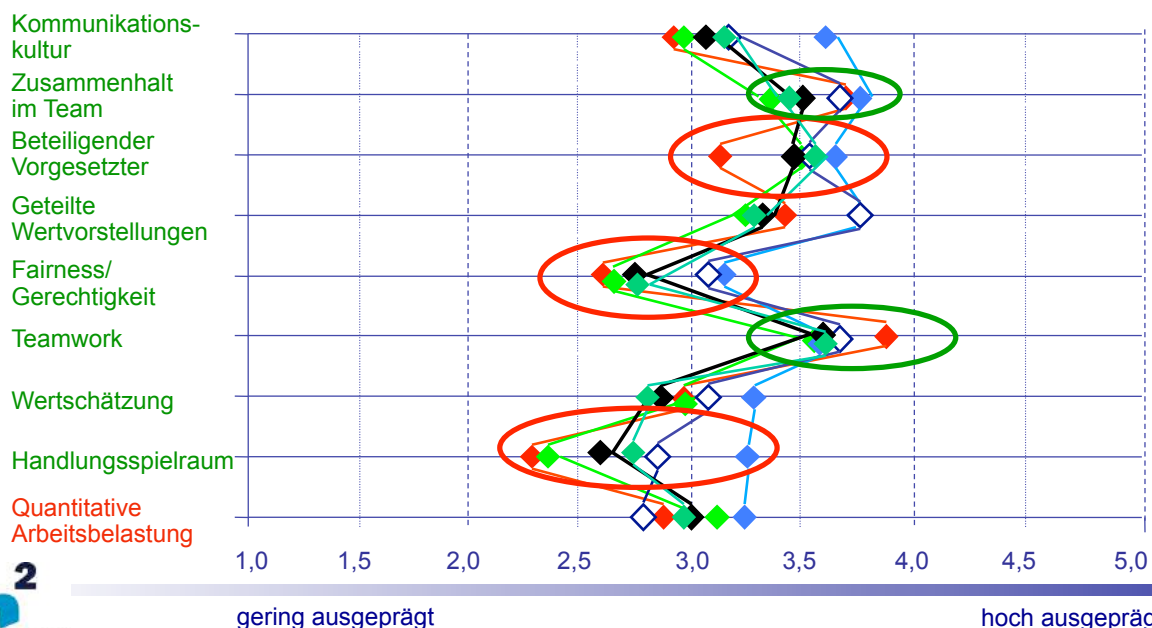
br.de

(Schmidt, Hannig, Kietzmann, & Kehl, 2013., Bröstlere, 2016)

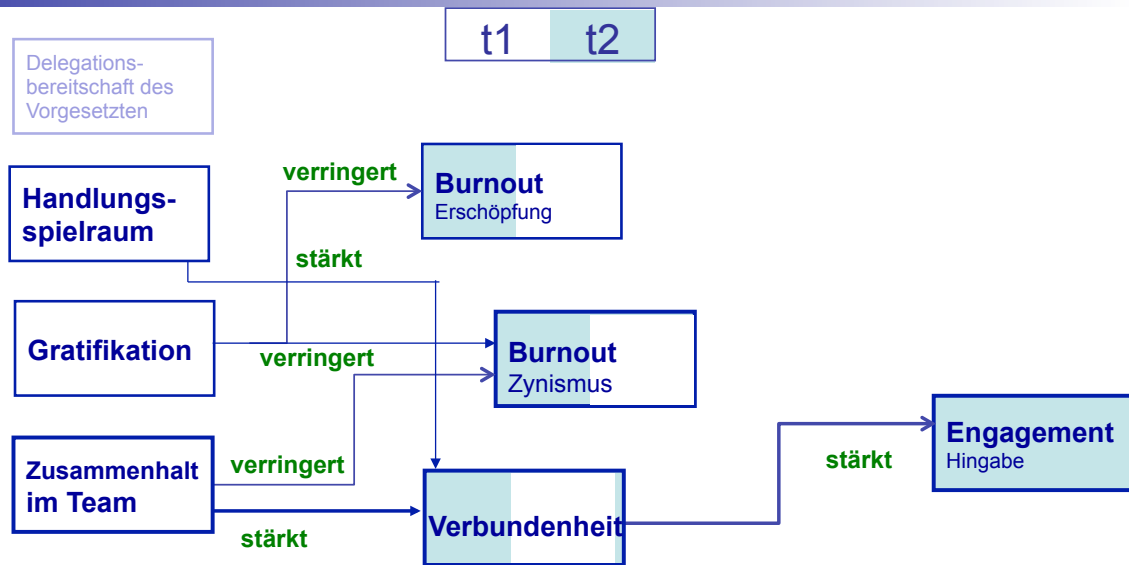
## Organisationsklima

### Polizeiliche und nicht-polizeiliche Gefahrenabwehr

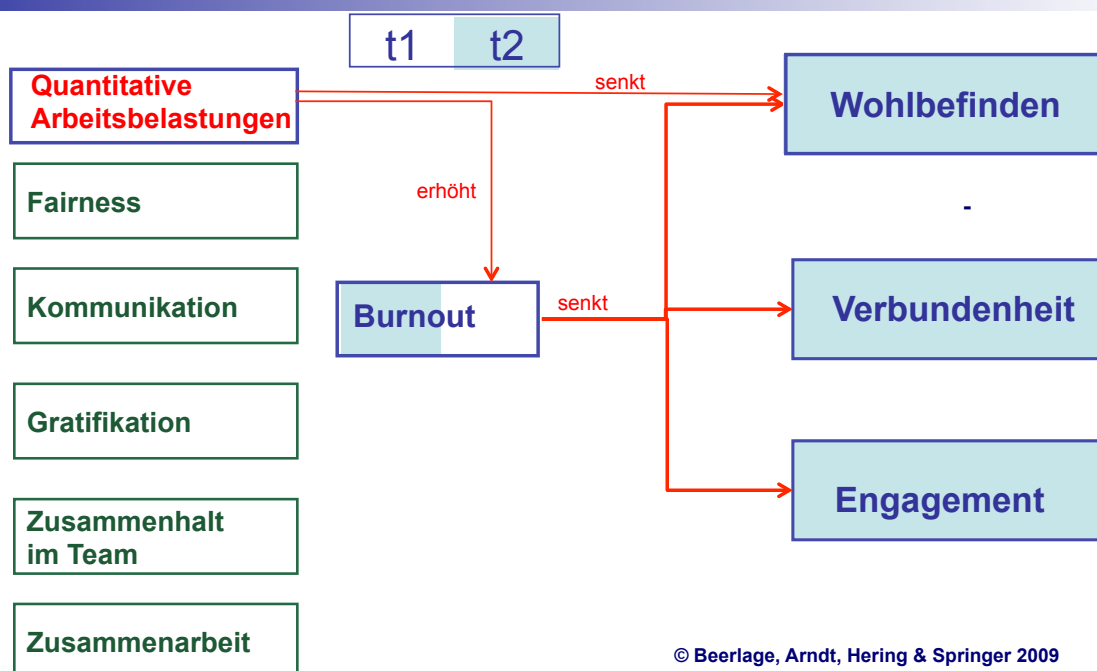
◆ Hauptamt-gesamt    ◇ Rettungsdienst    ◆ Berufsfeuerwehr    ◆ THW-Hauptamt    ◆ Landespolizei    ◆ Bundespolizei



# Ressourcen und Gesundheit Berufsfeuerwehr und Rettungsdienst

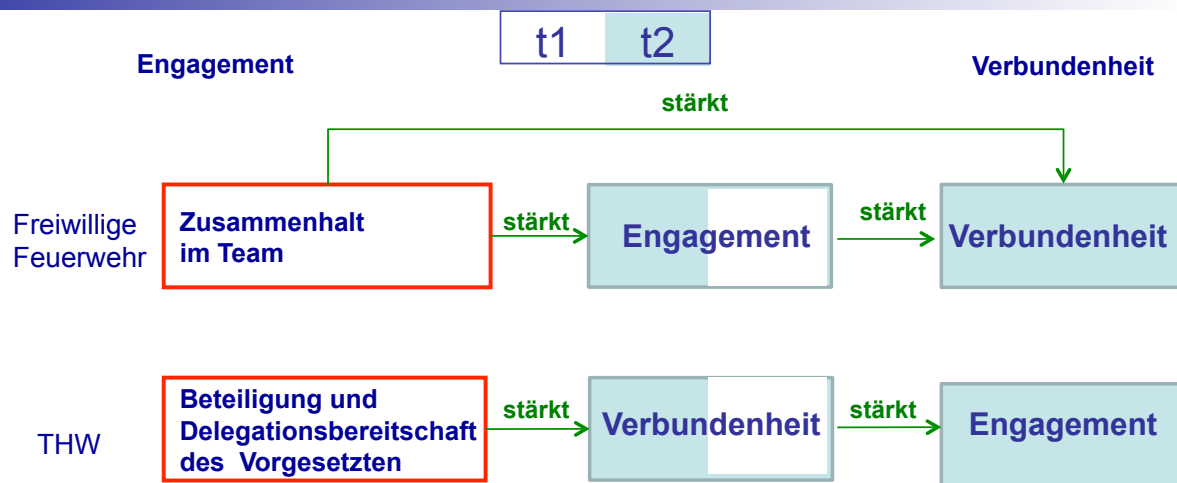


# Ressourcen und Gesundheit in Landes- und Bundespolizei



# Ressourcen und Gesundheit

## Freiwillige Feuerwehr und THW



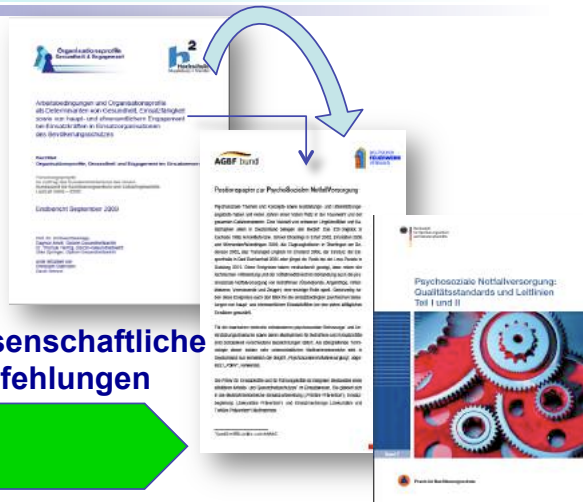
©Beerlage, Arndt, Hering, Springer, 2009

## Fazit (3)

### ■ Einsatzkräfte brauchen

7. behörden/organisationsspezifische Maßnahmen der Verhaltensprävention (Einsatzvorbereitung) und Verhältnisprävention (Gestaltung gesunder Organisationen).
8. ein integriertes Gesundheitsmanagement, d.h. eine umfassende psychosoziale Gesundheitsförderung und Prävention im Einsatz- und Wachalltag und im Kontext kritischer Einsatzsituationen – inkl. einer regelmäßigen Psychische Gefährdungsanalyse (§ 5 (3), Satz 6 ArbSchG).
9. Führungskräfte, die für eine gesundheitsförderliche Gestaltung des Einsatzalltages befähigt wurden.

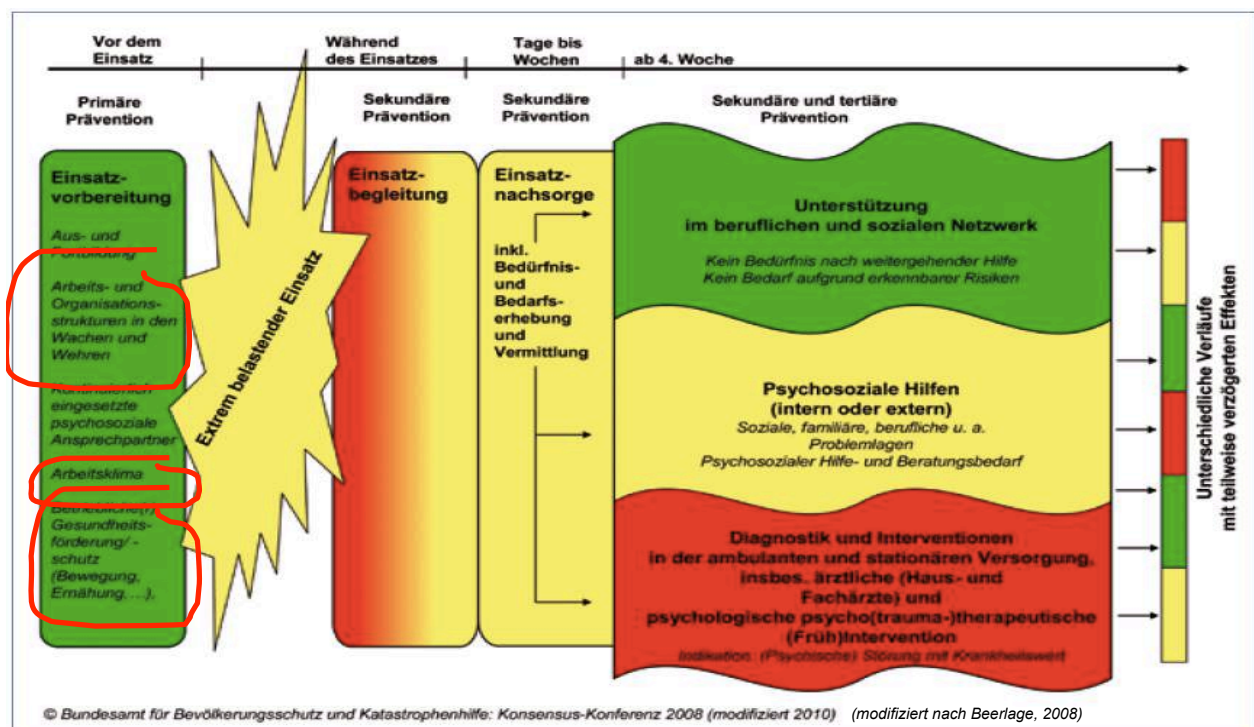
## Organisationsprofile, Gesundheit und Engagement im Einsatzwesen (Magdeburg)



**Fokus: Alltagsbelastungen und Spektrum von Beeinträchtigungen**

**Wissenschaftliche Empfehlungen**

**Forschungsphase II (2006 – 2009)**



# Anwendungsorientiert aufbereitet



BKB.bund.de



drk-stolberg.de

## Und was brauchen die Peers?



# Veränderte Aufgaben der PSNV für Einsatzkräfte?

---

Oliver Gegenbach, SbE e.V. (2014):

- Qualifizierte Einsatzvorbereitung und -nachsorge,
- aber auch
  - sorgfältige eigene Vorbereitung auf belastende Einsätze
  - Berücksichtigung anderer Problemlagen
  - Veränderung der gesamten „Kultur“ im Umgang mit psychischen Belastungen
  - Reduzierung allgemeiner Stressbelastungen
  - Reduzierung normaler Einsatzbelastungen (Quantität, Einsatzmittel, Ausbildung...)
  - Langfristige umfassende Fürsorge und Bewältigungsverlaufsbeobachtungen

## Rolle der Peers/PSNV-E-Teams

---

**...in einem umfassenden System der psychosozialen Gesundheitsförderung?**

- „Kollegiale Experten für die gesamte psychosoziale Stressbelastung“  
oder  
„kollegiale Experten für potenziell traumatisierende Einsätze“?
- „Spezialisierte Akteure in einem Gesamtsystem psychosozialer Gesundheitsförderung“  
oder  
„Alleskönner“?

## Fazit (4)

---

### ■ Mitglieder von PSNV-E-Teams brauchen

11. klar definierte und kommunizierte Aufgabenprofile im Rahmen einer umfassend verstandenen psychosozialen Prävention und Gesundheitsförderung in der Behörde/Organisation.

und

Anerkennung für ihr ehrenamtliches Engagement unter den sich verändernden gesamtgesellschaftlichen Rahmenbedingungen und Belastungsprofilen.

---

**Herzlichen Dank für Ihre Interesse.  
Fragen und Diskussionsbeiträge  
sind willkommen.**

**Kontaktadresse:**

Prof. Dr. Irmtraud Beerlage, Dipl.-Psychologin  
Fachbereich Soziale Arbeit, Gesundheit und Medien  
Hochschule Magdeburg-Stendal  
Breitscheidstr. 2, Haus 1, Raum 1.31  
D-39114 Magdeburg

E-Mail: [Irmtraud.Beerlage@hs-magdeburg.de](mailto:Irmtraud.Beerlage@hs-magdeburg.de)  
[www.gesundheit-im-einsatzwesen.de](http://www.gesundheit-im-einsatzwesen.de)  
[www.psychosoziale-notfallversorgung.de](http://www.psychosoziale-notfallversorgung.de)

---

Die komplette Literaturliste kann gern angefordert werden.

Zum Nachlesen empfohlen:

- Beerlage, I. (2017). Prävention und Gesundheitsförderung bei Einsatzkräften. In Karutz, H., Geier, W. & Mitschke, T. (Hrsg.), *Bevölkerungsschutz. Notfallvorsorge und Krisenmanagement in Theorie und Praxis* (S. 188-178). Berlin, Heidelberg: Springer.
- Helmerichs, J., Karutz, H., Gengenbach & Richwin, R. (2016). *Psychosoziale Herausforderungen im Feuerwehrdienst. Belastungen senken – Schutz stärken*. Bonn: BBK.