



Thema

Physische und psychische Belastungen im Einsatz

Gliederung

- Ursachen von Belastungen
- Klärung der Begrifflichkeiten Stress und Trauma
- Risikoeinschätzung und Auslöser
- Auswirkungen
- Möglichkeiten der Bewältigung

Lernziele

Die Teilnehmer sollen nach diesem Ausbildungsabschnitt folgende Kenntnisse besitzen

- Wissen über Stress und außergewöhnliche, „traumatische“ Erfahrungen (Auslöser, Risikoeinschätzung, Auswirkungen, Bewältigung)
- Die Bedeutung erkennen, die Bewältigung selbst zu unterstützen
- Einen angemessenen Umgang mit Belastungen pflegen – keine Tabu, keine Dramatisierung

Lerninhalte

- Ursachen von seelischen Belastungen und deren Anhäufung
- Risikoeinschätzung aufgrund außergewöhnlich belastender Einsätze und Parallele zu anderen Gefahren der Einsatzstelle
- Auslöser von Traumatisierungen und deren Hauptmerkmale
- Auswirkungen von akutem Stress als normale Reaktion, Auswirkung der akuten Belastungsstörung als angemessene Reaktion und die Auswirkungen der Posttraumatischen Belastungsstörung als Krankheit und deren Symptomaten
- Bewältigungsmöglichkeiten und -strategien als Hilfe zur Selbsthilfe und Kameradenhilfe bis zu professioneller Unterstützung

Ausbilderunterlagen

- Schulung „Außergewöhnliche seelische Belastungen im Einsatz & Was man dagegen tun kann“, erstellt von der LMU München – Department Psychologie im Auftrag des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe



Lernhilfen

- a) Hilfsmittel für den Ausbilder
 - Schulungs-CD mit Powerpoint-Präsentation
 - Konzept zur persönlichen Einarbeitung in die Schulung
- b) Hilfsmittel für die Teilnehmer
 - Evtl. Teilnehmerunterlagen

Vorbereitungen

- Beamer vorbereiten
- evtl. Flipchart oder Tafel

Anmerkungen

- Das Themengebiet „Physische und psychische Belastungen im Einsatz“ halten ausgebildete Peers (Helfer zur Belastungsbewältigung) und Fachberater PSNV Feuerwehr oder Fachberater Seelsorge.
- In einer Multiplikatoren-Schulung werden die Peers (Helfer zur Belastungsbewältigung) und Fachberater in die Schulung „Außergewöhnliche seelische Belastungen im Einsatz & Was man dagegen tun kann“ eingewiesen und erhalten die Schulungsunterlagen.
- Die Ausbildung erfolgt in der Regel an der SFS in Geretsried.

Sicherheitsmaßnahmen

- Keine besondere Sicherheitsmaßnahmen erforderlich

Hinweis:

Eine Schreibweise, die beiden Geschlechtern gleichermaßen gerecht wird, wäre sehr angenehm. Da aber entsprechende neuere Schreibweisen in der Regel zu großen Einschränkungen der Lesbarkeit führen, wurde darauf verzichtet. So gilt für die gesamte Ausbildungsunterlage, dass die maskuline Form, wenn nicht ausdrücklich anders benannt, für beide Geschlechter gilt. Auch die Funktionsbezeichnungen gelten sowohl für weibliche als auch für männliche Feuerwehrdienstleistende.

2 Unterrichtseinheiten