

## HILFE FÜR HELFERINNEN

Feuerwehreinsatzkräfte werden fast täglich mit Leid und Not von Menschen konfrontiert. Um anderen zu helfen, begeben sie sich manchmal selber in Gefahr. Sie erleben viel mehr belastende Situationen als die meisten anderen Menschen.

Durch zunehmende Lebens- und Einsatzerfahrung entwickeln sie individuelle Bewältigungsstrategien, welche es ihnen ermöglichen, mit Einsatzstress und Einsatzerlebnissen besser umgehen zu können. Es gibt aber Einsätze, die persönlich betroffen machen und das Maß der psychischen Belastungsfähigkeit übersteigen.

Hier bedarf es einer kompetenten Unterstützung bei der Einordnung und Verarbeitung der aufgetretenen Stressreaktionen. Hier können unsere SvE-Teams professionelle Unterstützung anbieten.

In den vergangenen Jahren ist das Bewusstsein sehr gewachsen, dass Feuerwehrleute auch mit ihren seelischen Bedürfnissen kompetent und verantwortungsvoll umgehen müssen um voll einsatztauglich zu bleiben. Einsatztauglichkeit bedeutet die volle Verfügbarkeit der physischen und psychischen Funktionen und Kräfte.

Die Bezirks-SvE-Teams der Oö. Feuerwehr bestehen aus FeuerwehrseelsorgerInnen und feuerwehreigenen Peers, die speziell für die Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen ausgebildet und qualifiziert wurden. Sie bieten strukturierte Einsatznachbesprechungen oder auch Einzelberatungen an und helfen bei der Vermittlung von weiterer Unterstützung.

## WAS WILL DIE BEGLEITUNG?

- Milderung der Wirkung des Ereignisses
- Rückführung von der Stresssituation zur Normalität
- Stabilisierung
- Die betroffene Einsatzkraft / Mannschaft wieder fit machen für die nächsten Einsätze und
- die Einsatzfreude und Lebensqualität erhalten

## WAS WILL SIE NICHT?

- Kritik des Einsatzes
- Therapie
- Supervision von Routine-Einsätzen

## INTERVENTIONSARTEN?

- Einsatzbegleitende Angebote
- Kurzbesprechung unmittelbar nach einem belastenden Einsatz und
- ausführliche Nachbesprechung bei Bedarf
- Einzelgespräche
- Spezielle Betreuungsangebote für Betroffene

## PRÄVENTIVE MASSNAHME?

Möglichkeit zur Information und Schulung zu diesem Themenbereich innerhalb der Feuerwehren durch Mitglieder des zuständigen SvE-Teams.

**Wenn Sie Fragen haben oder Unterstützung wünschen, kontaktieren Sie den SvE-Verantwortlichen Ihres Bezirkes oder den gewünschten PEER direkt bzw. über den zuständigen FeuerwehrkommandantenInnen oder fordern Sie Unterstützung über die Landeswarnzentrale (Notruf 122 oder 130) an.**

## IMPRESSUM:

Eigentümer, Herausgeber und Verleger:  
Oö. Landes-Feuerwehrverband, 4021 Linz, Petzoldstraße 43  
Fotos: Hermann Kollinger, Sabine Stroblmair, Mario Kienberger

# BEGLEITUNG NACH BELASTENDEN EINSÄTZEN



- ANZEICHEN
- VERARBEITUNG
- PRÄVENTION
- HILFE

## BEISPIELE BESONDERS BELASTENDER EREIGNISSE FÜR EINSATZKRÄFTE:

- Tod oder schwere Verletzung eines Kameraden im Einsatz
- Suizid eines Kollegen
- Tod von Kindern
- Aggression gegen Einsatzkräfte
- Bergung von Toten
- Große Anzahl Schwerverletzter
- Persönlich bekannte Opfer
- Starkes Medieninteresse
- Todesangst/Angst wegen eigener Lebensbedrohung
- Jedes andere Ereignis, das eine ungewöhnliche belastende Wirkung hat
- Erlebte Hilflosigkeit im Einsatz



## EINE BESONDERE HILFE FÜR FEUERWEHR- LEUTE IN BESONDEREN SITUATION

Die Hilfe kommt aus den eigenen Reihen. Das heißt, die erste psychologische Betreuung erfolgt durch geschulte Vertrauenspersonen aus der Feuerwehr.

Ziel: Wiederherstellung der Einsatztauglichkeit und Verhinderung einer Traumatisierung.



## BEGLEITUNG NACH BELASTENDEN EINSÄTZEN

Ein „belastender“ Einsatz ist jede Situation, die bei Feuerwehrleuten ungewöhnlich starke Reaktionen hervorruft. Die Handlungsfähigkeit kann dadurch akut herabgesetzt sein und die Gefahr einer Traumatisierung bestehen.

## MÖGLICHE ANZEICHEN DAFÜR SIND:

- Sich immer wieder aufdrängende Bilder
- Quälende Erinnerungen
- Gefühlsschwankungen
- Schlafstörungen
- verminderte Stresstoleranz / Belastbarkeit
- Handlungsunfähigkeit
- Trauer
- Angst und Hilflosigkeit
- Hoffnungslosigkeit



Diese Reaktionen sind unmittelbar nach einem belastenden Einsatz völlig normal und dürfen mit abnehmender Anzahl und Intensität bis zu vier Wochen andauern. Trotzdem ist es empfehlenswert Unterstützung und Begleitung anzunehmen, insbesondere, wenn die Reaktionen nach zwei Wochen unvermindert fortbestehen.