

## **Die neue Ausbildungsorganisation in der psychologischen Nothilfe**

Stefan Trachsel, Chef Geschäftsstelle Koordinierter Sanitätsdienst (KSD), Worbentalstrasse 36, 3063 Ittigen und Pascal Aebischer, Redaktor der Zeitschrift Bevölkerungsschutz.

**Bei der Bewältigung von traumatisierenden Ereignissen und Notlagen ist eine kompetente psychische Betreuung von Betroffenen, Einsatzkräften und Helfern zentral. Für diese belastende Aufgabe werden Care- und Peer-Teams in psychologischer Nothilfe auf ihre Einsätze vorbereitet und geschult.**

Unfälle, Gewalteinwirkungen oder Katastrophen können bei Betroffenen, Einsatzkräften und Helfern zu extremen Belastungen, psychischen Reaktionen und seelischen Überlastungen führen. Diese können sich auf die Handlungs- und Leistungsfähigkeit von Betroffenen auswirken und deren Gesundheit belasten.

### **Rund um die Uhr erreichbar**

Zur Unterstützung bei der Bewältigung von ausserordentlichen Ereignissen stehen den Blaulichtorganisationen in den Kantonen rund um die Uhr Einsatzkräfte der Care- und Peer-Teams zur Verfügung (siehe Kasten). Diese unterstützen und begleiten Betroffene in der Akutphase eines Ereignisses im Sinne der psychologischen Nothilfe. Ihre Intervention soll helfen, traumatisierende Ereignisse bestmöglich zu verarbeiten und mögliche Spätfolgen bei Betroffenen zu verhindern.

Um in Notlagen und bei traumatisierenden Ereignissen professionell zu handeln und zu unterstützen, werden Care-Givers und Peers seit eineinhalb Jahrzehnten fundiert aus- und weitergebildet. «Bereits in den Anfangsjahren durfte ich die Care-Kurse besuchen und habe diese positiv erlebt. Wertvolle Kontakte von damals sind bis heute geblieben. Dieses Netzwerk ist aus meiner Sicht der grosse Mehrwert bei einem gesamtschweizerischen Kursangebot», sagt Jürg Mayer, Mitglied Leitung Care Team Grischun.

### **Unter neuer Federführung ...**

Anfang 2017 ist die Federführung bei der Care-Ausbildung auf Stufe Bund vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz (BABS) an den Koordinierten Sanitätsdienst (KSD) übergegangen. Für Dr. med Andreas Stettbacher, Beauftragter des Bundesrates für den KSD, ist die psychologische Nothilfe ein wichtiges Element in der Schadensbewältigung. Zusammen mit dem Verein notfallpsychologie.ch und der Stiftung CareLink sowie mit Unterstützung des BABS wurde das Ausbildungsformat überarbeitet. Heute wird es als «care&peer practice» angeboten.

### **... aber mit Kontinuität**

Die Übergabe der Ausbildung verlief ideal: Hans Gonseth, der bis 2016 beim BABS für die Care-Ausbildung zuständig war, spielt auch bei «care&peer practice» eine tragende Rolle. Jürg Mayer bestätigt: «Die Weiterführung der Ausbildung der psychologischen Nothilfe durch *care&peer practice* mit den gleichen Dozenten und gleichem Konzept unter dem Dach des KSD bedeutet für das Care-Team Grischun eine wertvolle Kontinuität.» Die Suche nach neuen Angeboten ist für den Bündner nicht nötig: «Das Amt für Militär und Zivilschutz schätzt die hohe Ausbildungskompetenz und schickt seine *Steinböcke* mit gutem Gewissen auf die Reise nach Schwarzenburg. Bis jetzt hat sich die Reise gelohnt.»

### **Erfahrungsaustausch**

Hans Gonseth schätzt es, wenn die Gruppe der Kursteilnehmenden eine bunte Mischung darstellt: «Im Einführungskurs beispielsweise geht es nicht nur darum, einen generellen Überblick über die psychologische Nothilfe zu erhalten. Die Teilnehmenden können Erfahrungen austauschen und bekommen einen Einblick in andere Aufgabenbereiche.»

Vor Kursbeginn macht sich der Ausbilder jeweils so seine Gedanken: Welchen Gewinn werden die Teilnehmenden aus dem Kurs ziehen? Werden sie den Respekt vor den Rollen spielen überwinden? Sind sie bereit, sich mit sich selbst auseinander zu setzen?

Gerade die Auseinandersetzung mit sich selbst ist ein zentraler und nachhaltiger Bestandteil des Kurses. Rollenspiele, die mit Video dokumentiert und besprochen werden, verunsichern viele zu Beginn. Die Erfahrung zeigt aber, dass Hemmungen schnell abgelegt werden und oft sogar insgeheim Begeisterung aufkommt.

### **Selbstreflexion und Feedback**

Anhand von Selbstreflexion und von Feedback sowie in der Auseinandersetzung mit Themen wie Umgang mit Stress, Tod und Sterben und Abgrenzung gewinnen die Teilnehmenden Erkenntnisse zur eigenen Person. Einsteigende erkennen ihre Eignung als Care-Giver oder Peer, Erfahreneren hilft die Vertiefung in diese Themen bei einem späteren Einsatz und gibt Selbstvertrauen und Zuversicht in eigene Fähigkeiten und Ressourcen. Die intensive Beschäftigung mit diesen Themen anhand von konkreten Beispielen schafft ein gutes Fundament im Umgang mit Menschen, die von einem belastenden Ereignis betroffen sind.

Oft werden die Teilnehmenden zu einer verschworenen Gemeinschaft. Hans Gonseth: «Für mich ist wichtig, dass es in der Runde Platz hat für Berichte von eigenen Einsätzen und persönlichen Erlebnissen. Dabei gilt die Abmachung, dass Persönliches innerhalb der Klasse bleibt und nicht nach aussen getragen wird. Für Aussenstehende bleibt die Zimmertüre geschlossen.»

### **Care-Givers und Peers**

Care-Givers sind in psychologischer Nothilfe ausgebildete, nicht professionelle Helfer, die in einer organisierten Struktur Opfern von traumatisierenden Ereignissen sowie deren Angehörigen, Zeugen, Spontanhelfern emotionale und praktische Betreuung anbieten und bei Bedarf professionelle Hilfsangebote vermitteln.

Peers sind in psychologischer Nothilfe ausgebildete Angehörige von Einsatzkräften und bestimmten Berufsgruppen. Sie informieren ihre Kolleginnen und Kollegen über mögliche Folgen von traumatisierenden Ereignissen und zeigen ihnen Methoden und Techniken der Stressbewältigung auf. Während und nach traumatisierenden Ereignissen tragen sie zur Erhaltung oder Wiederherstellung der Einsatzfähigkeit ihrer Kolleginnen und Kollegen bei.

### **Ausbildung 2018**

Care- und Peer-Kurse werden von speziell ausgebildeten Notfallpsychologinnen und Notfallpsychologen zusammen mit erfahrenen Dozierenden des BABS geleitet. Die Kurse werden im Eidgenössischen Ausbildungszentrum Schwarzenburg (EAZS) oder vor Ort bei der jeweiligen Betreuungsorganisation durchgeführt. Die Administration der Kurse wird über die Stiftung CareLink abgewickelt.

Nachdem im Übergangsjahr vor allem die Grundausbildung angeboten wurde, bestehend aus dem Einführungskurs in die psychologische Nothilfe und dem Fachkurs Einzelbetreuung für Care Givers und Peers, liegt der Fokus 2018 auf den Weiterbildungskursen. Zusätzlich werden in Zusammenarbeit mit der Stiftung CareLink neu auch Übungen für Care Teams angeboten.

Für Informationen zum Kursangebot 2018: [www.careandpeer.ch](http://www.careandpeer.ch)