



Psychische Resilienz

Einsatzkräfte und die Bevölkerung seelisch
fit machen für die Katastrophen von morgen

Dr. Robert Steinhauser

Akademischer Rat
Notfallpsychologe (BDP)
L-/FB-PSNV

Die Statistik

Prävalenz

0%

50%

100%

Vergewaltigungsoffer: PTBS

56%

Zeugen von Unfällen: PTBS

7%

RD: PTBS

11%

RD: Depression

15%

RD: Angststörung

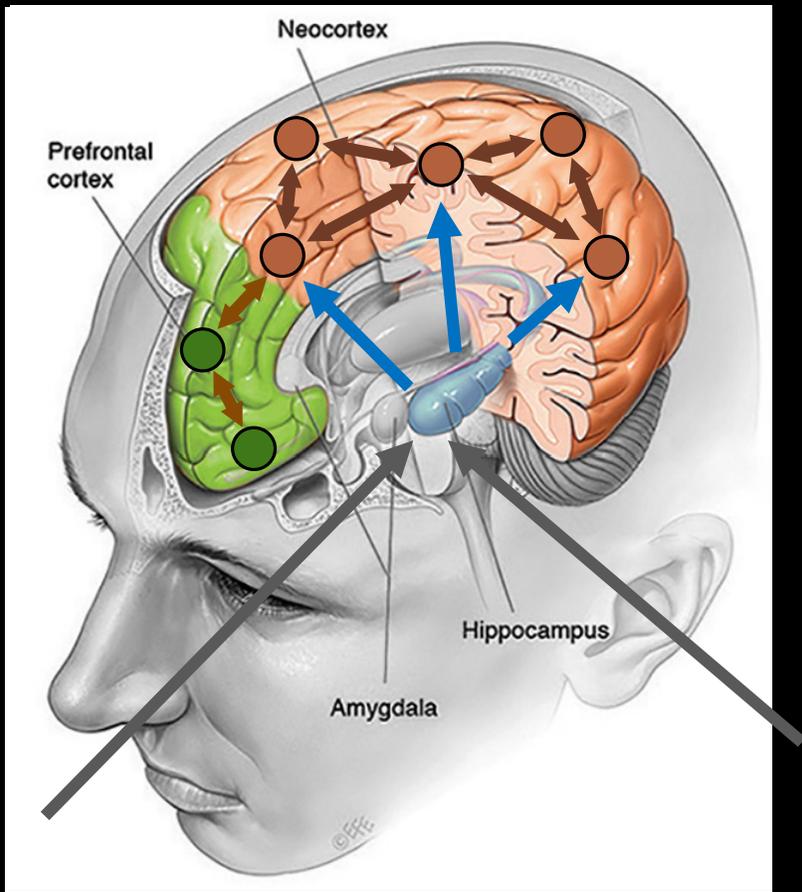
15%

TRAUMA

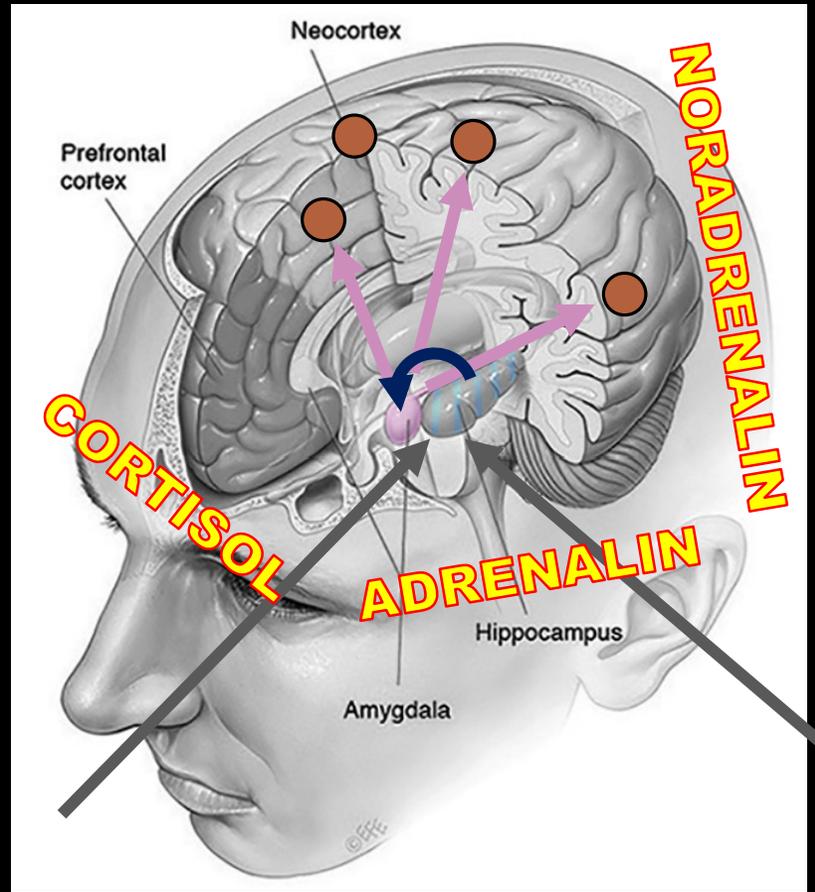
...der Horror-Begriff

TRAUMA

Gesunde Erinnerungsbildung



Traumatische Erinnerungsbildung



TRAUMA

Psychische

~~Erkrankung?~~

Verletzung!

SPEZIFISCHE PHOBIEN

ESSSTÖRUNGEN

ZWANGSSTÖRUNGEN

**GENERALISIERTE
ANGSTSTÖRUNG**

**SOMATOFORME
SCHMERZSTÖRUNG**

AGORAPHOBIE

**ALKOHOL-/DROGEN-
ABHÄNGIGKEIT**

PTBS

DEPRESSION

**ANHALTENDE
TRAUERSTÖRUNG**

kPTBS

SUIZIDALITÄT

**MEDIKAMENTEN-
MISSBRAUCH**

**BORDERLINE-
PERSÖNLICH-
KEITSSTÖRUNG**

**SOMATOFORME
VERDAUUNGS-
STÖRUNG**

**DISSOZIATIVE
IDENTITÄTSSTÖRUNG**

TRAUMA

**ALKOHOL-/DROGEN-
ABHÄNGIGKEIT**
PTBS **SOMATOFORME
VERDAUUNGS-
STÖRUNG**
DEPRESSION ■■■

←--WOCHEN / MONATE / JAHRE--→

↑
**PRIMÄRE
PRÄVENTION**

↑
**SEKUNDÄRE
PRÄVENTION**







RESILIENZ

Die fünf Prinzipien nach Hobfoll



MHPSS-Richtlinien der WHO



Bevölkerung

Einsatzkräfte



Trauma-Psychotherapie

KIT / NFS (PSNV-B)

ENS (PSNV-E)

- Familienzusammenführungen
- Massenkommunikation
- Kinderbetreuung
- Soziale Angebote
- Trauerfeiern
- Zeremonien
- ...

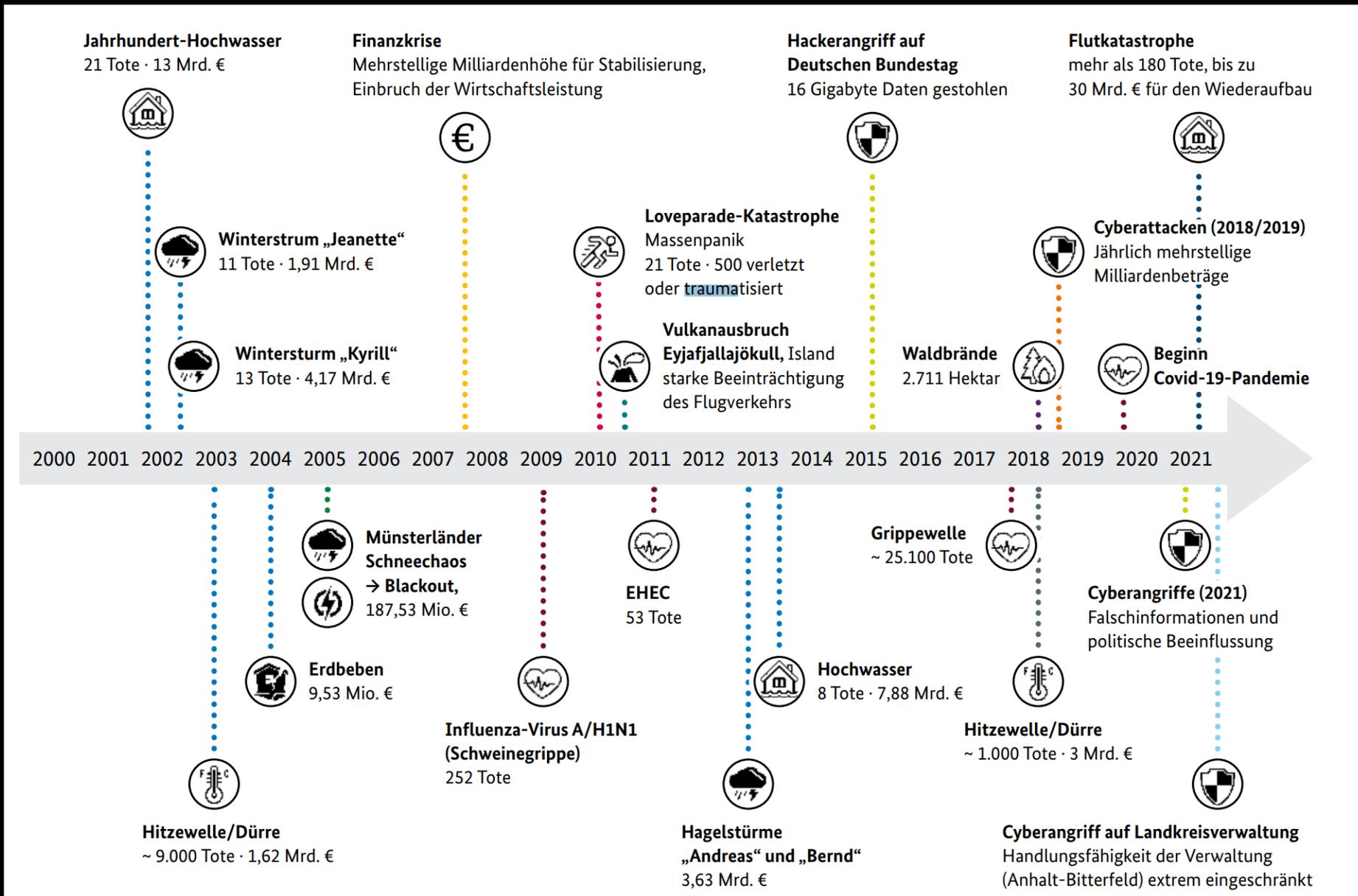
- Teambuilding
- Taktische Einsatznachbesprechungen
- Gruppenrituale
- ...

- Informationen
- Rückzugsorte
- Ablenkungsangebote
- Gefühlte Sicherheit
- ...

- „In den Einsatz dürfen“
- ...
- Bereitstellungsraum: Positionierung, Ruhephasen, Rückzugsräume
- Führungsstil: Transparenz, Offenheit für Psyche

...mal so nebenbei:





3.2. Gesundheit

- ▶ die **Schulung der (älteren) Bevölkerung in neuen Technologien** fördern, um den krisenbedingten Ausfall von lebensqualitätsrelevanten Angeboten und Aktivitäten vorübergehend mittels digitaler Medien ausgleichen zu können, wofür Konzepte der Gesundheitsförderung und Prävention für alle Gesundheitsdimensionen (physische, **psychische** und kognitive Funktionen) benötigt werden,

4.4. Die Notfallplanung weiterentwickeln

- ▶ **psychologische Fragen** hinsichtlich der Betreuung von Notfallopfern und Angehörigen sowie der Nachsorge von Einsatzkräften in der Notfallplanung mitdenken, die **psychosoziale** Notfallversorgung langfristig zu einem leistungsfähigen integralen Bestandteil nichtpolizeilicher Gefahrenabwehr weiterentwickeln und dabei auch eine entsprechende Qualitätssicherung, Forschung, die regionale und überregionale Vernetzung sowie Schulungsangebote berücksichtigen.

Literaturverzeichnis

Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (o. A.): Qualitätssicherung der **Psychosozialen** Notfallversorgung (PSNV). https://www.bbk.bund.de/DE/Themen/Krisenmanagement/Mensch-und-Gesellschaft/psnv-qualitaetssicherung/psnv-qualitaetssicherung_node.html [letzter Abruf: 12.10.2020].

1 Die ganze Pyramide ■ in den Blick nehmen



2. Überleitung in die Regelversorgung besser koordinieren

Psychische
Erste Hilfe

Psycho-
soziale
Akuthilfe

Nachsorge

Trauma-
psycho-
therapie

2. Überleitung in die Regelversorgung besser koordinieren

Psychische
Erste Hilfe

Psycho-
soziale
Akuthilfe

Nachsorge

Trauma-
psycho-
therapie

3 ■ Psychologen in die Gefahrenabwehr bringen



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Dr. Robert Steinhauser

Akademischer Rat
Notfallpsychologe (BDP)
L-/FB-PSNV

robert.steinhauser@ku.de