



Primäre und sekundäre Prävention

Konsequenzen aus der aktuellen
Forschungslage für die Einsatznachsorge

Oliver Gengenbach

SbE-Jahrestagung Witten 26. April 2008

Gliederung:

1. Die sog. „Debriefingsdebatte“
 - Überblick Ergebnisse
2. Deutschland: Die LMU-Studie
3. Weitere Herausforderungen

1. Die sog. „Debriefing-Debatte“

Überblick USA/ Australien/ GB/ Skandinavien

- Studien vor CISM
- CISM-Studien
- CISM-kritische Studien

Die sog. Debriefing-Debatte

- Kritische Studien, die die Effektivität von „Debriefings“ messen wollen
 - Keine Studie, die Schädlichkeit misst
 - Studien, die keinen Effekt messen
 - Einige wenige, die mehr Auftreten von PTSD messen

Die sog. Debriefing-Debatte

- Kritische Studien methodisch fragwürdig
 - Interventionen nicht standardisiert
 - Untersuchte Gruppen unscharf
 - Fehlende Kontrollgruppe
 - Kleine Fallzahlen
 - Kein Pre-Test
 - Qualifikation des Leiters unklar
 - u.a.
 - Alleiniges Kriterium: Auftreten von PTSD
- Vieles standespolitisch zu verstehen
- Weitreichende und undifferenzierte Folgerungen

Die sog. Debriefing-Debatte

- Unbestritten höchste Akzeptanz bei den Teilnehmenden
- Keine Kausalität Debriefing-PTSD nachweisbar!
- Hauptproblem: alleiniges Kriterium PTSD

„Was erlauben Strunz?“

- Mode ist nicht das „Debriefing“
- Mode ist die Infragestellung der Einsatznachsorge
 - Dumme Artikel
 - Äpfel und Birnen
 - Schreibtisch-Könner
- Ergebnis 1: Verunsicherung
- Ergebnis 2: gute Ausrede



Ernstzunehmende Fragen für die weitere Einsatznachsorge:

- Debriefing als Allheilmittel?
- Retraumatisierung/ Sekundäre Traumatisierung
- Frühdiagnostik
- Persönlichkeitstypen/ Copingstile
- Einbeziehung von „Stressimpfung“ und Entspannungsverfahren
- Genügende Einbeziehung alltäglicher Belastungen?
- Einbettung in längerfristiges Unterstützungssystem

2. Wissenschaftliche Begleitung der Einsatznachsorge in Deutschland

- November 2000: SbE-Anregungen für Forschung
auf BMI-Workshop in Ahrweiler
- 2002: Auftrag des BMI an die LMU
- 2003-2006: Durchführung der Studie
unter aktiver Mitarbeit der SbE-Bundesvereinigung
und des SbE-Teams Nordhessen
- 2007: Veröffentlichung der Ergebnisse

Erwartungen der SbE-Bundesvereinigung an die Forschung:

- Untersuchung von Fragestellungen,
die sich in der Praxis ergeben (haben)
- Beteiligung der SbE-Bundesvereinigung in
Planungs- und Durchführungsphase
- Klare Definition des Untersuchungsgegenstandes
(Standardisierte Nachsorge-Maßnahmen)
- Klare Abgrenzung der Untersuchungsgruppe
(Einsatzkräfte)

Thematische Anregungen :

- Charakteristika der verschiedenen Phasen
(prätraumatisch, akut, peri- und posttraumatisch)
- (Früh-)Diagnostik
- Peer-Prinzip
- Effizienz/Problematik von Gruppengesprächen
- Retraumatisierung

Angebote zur Kooperation:

- Mitwirkung bei der Evaluierung zurückliegender und/oder künftiger SbE-Interventionen
- Vermittlung von Kontakten zu den SbE-Teams im deutschsprachigen Raum
- Mitwirkung an der Planung von Forschungsvorhaben (Vorbereitung für Ereignisfall)
- Mitwirkung bei der Erstellung von Ausbildungsunterlagen

Wissenschaftliche Begleitung in Deutschland: Die LMU-Studie

- SbE November 2000: Anregungen für Forschung
- 2002: Auftrag des BMI an die LMU
- 2003-2006: Durchführung der Studie
unter aktiver Mitarbeit der SbE-Bundesvereinigung
und des SbE-Teams Nordhessen
- 2007: Veröffentlichung der
Ergebnisse



LMU-Studie: Studiendesign

- Breit angelegtes Studiendesign, dennoch:
- Begrenzung auf das „Debriefing“
- Begrenzung auf PTSD-Kriterium
- Andere Effekte wurden nicht gemessen
- Grenze: Biographische Vorprägungen (Einsatz, privat) gegenüber belastendem Ereignis zu bedeutsam für messbare Ergebnisse
- Deutungen z.T. weitergehend als Ergebnisse
- Wünschenswert:
 - Hinzufügung eines späteren Messpunktes
 - Nutzung der Daten für weitere Forschung
 - Anschließende Kohortenstudie



LMU-Studie

Ergebnisse

Ergebnis 1

**Einsatzkräfte sind
stärker psychisch belastet als der
Durchschnitt der Bevölkerung.**

- FF um 25 Jahre: **3 x höheres Risiko**, an einer PTBS zu erkranken als Durchschnitt der Bevölkerung
- Ältere FF stärker belastet als jüngere
- 3,7 % leiden vermutlich seit mehr als acht Jahren an PTBS oder posttraumatischen Symptomen
- Höheres Risiko für höhere Führungsdienstgrade ohne Mannschaftsbezug

Ergebnis 2

**Schwerwiegende Erkrankungen
infolge belastender Einsätze wie
Posttraumatische
Belastungsstörungen (PTB) sind
seltener als bisher angenommen.**

- Nach schlimmstem Ereignis „zum jetzigen Zeitpunkt:
- 2,32 % Vollbild PTBS
- 2,95 % PTBS subsyndromal
- 1,95 % PTB Symptomkriterien
- 26,90 % Intrusionen
- geringer als in anderen Studien (6%-36%), in denen Hauptamtliche untersucht wurden

Ergebnis 3

**Auf psychosoziale
Einsatzvorbereitung und
Nachsorge kann man trotz
festgestellter niedriger Rate an
posttraumatischen
Belastungsstörungen nicht
verzichten.**

- Auch geringe Erkrankungsrate sind Grund genug
- Hohe Erwartungen an Prävention und Nachsorge bei Feuerwehrleuten selbst
- Hohe Prävalenzrate anderer Beschwerden und Erkrankungen

Zu den Ergebnissen 1-3

- Bedeutung der Einsatznachsorge durch SbE in Deutschland angestoßen und verbreitet
- Freude und Stolz, dass sich das mehr und mehr durchsetzt
- Bedenke: Ziele der Einsatznachsorge insgesamt und des Debriefings ist nicht nur die PTBS-Prävention!

Ergebnis 4

Prävention vor einem belastenden Einsatz ist genauso wichtig wie Nachsorge.

Zu Ergebnis 4

- Wird in SbE-Kursen seit Jahren betont!
 - Kultur wichtig
- Große Chance des Peer-Prinzips: Beteiligung an interner Fortbildung

Konsequenzen aus Ergebnis 4

- Stärkere Orientierung der SbE-Teams auf den Ausbildungssektor
- Nicht auf Debriefings warten, sondern:
- Mehr Aufmerksamkeit für die interne Fortbildung
- Nutzung vorhandener Schulungsunterlagen
- Entwicklung von neuen Schulungsunterlagen, an Zielgruppen angepasst

Vorhandene Schulungsunterlagen

z.B.

- *LMU*
- *Feuerwehr NRW*
- *SbE Sigmaringen*
- *SbE Ruhr*

Prävention im Einsatzwesen

Außergewöhnliche seelische Belastungen
im Einsatz &
was man dagegen tun kann

Schulung für die
Berufsfeuerwehr

2006 © Prävention im Einsatzwesen, LMU München, in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe

Grundinformation zur psychosozialen Unterstützung (PSU) für Einsatzkräfte



Arbeitskreis psychosoziale Unterstützung AK – PSU NRW



Das SbE-Team Sigmaringen

ein Team im Netzwerk der Bundesvereinigung SbE e.V.

Ausbildungsinhalte

Vorstellung des Teams
als Sektion der AG Notfallseelsorge im Landkreis Sigmaringen

Einsatzindikation

besonders belastende Einsätze

Methoden und Angebote

Kriterien

Vorstellung der
Gesichter im Landkreis

Folgen



© AG Notfallseelsorge im Landkreis Sigmaringen

SbE-Team Ruhr Präsentation für Führungskräfte

Mitglied in

Bundesvereinigung für Stressbearbeitung
nach belastenden Ereignissen e.V.
www.sbe-ev.de

ICISF
International Critical Incident
Stress Foundation
www.icisf.org



© SbE e.V. © Gengenbach - Folienatz Präsentation SbE-Team Ruhr

Ergebnis 5

**Auf die Frage nach der
Wirksamkeit des Debriefing gibt
es Teilantworten.**

**Auf die Frage nach der
Wirksamkeit des Debriefing gibt
es Teilantworten.**

Ergebnis 5.1

Empirisch gesicherte Schlussfolgerungen:

ad 1.) Die im Rahmen der Studie untersuchten Nachsorgemethoden haben - verglichen mit der Kontrollgruppe und den Nichtteilnehmer - weder einen nachweisbaren positiven noch einen negativen Einfluss auf die Entwicklung posttraumatischer Belastung. Von der Durchführung von Gruppennachsorge muss also nicht abgeraten werden, zu beachten ist aber, dass ein einmaliges Angebot einer Nachsorge keinesfalls ausreicht, um das Auftreten von einsatzbedingter posttraumatischer Belastung zu reduzieren.

**Auf die Frage nach der
Wirksamkeit des Debriefing gibt
es Teilantworten.**

Ergebnis 5.1

- „Ein einmaliges Gruppengespräch nach einem belastenden Ereignis hat keinen Einfluss auf die Entwicklung oder Verhinderung einer Posttraumatischen Belastungsstörung.“ (Empfehlungen BBK)

Zu Ergebnis 5.1

- Die ICISF hat PTSD-Prävention lange behauptet,
- inzwischen vorsichtiger:
- „Frühe psychologische Intervention sollte nicht ausschließlich als ein Mittel zur Verhinderung von PTSD angewendet werden; sondern sich eher als eine Plattform verstehen zur Erfassung, Reduzierung von akutem Distress, Förderung des Gemeinschaftsgefühls, Bereitstellung von Informationen und vorausschauender Fürsorge.“

(Litz, et al., 2002, Clin Psychol; Everly & Langlieb, 2003, IJEMH; Arendt & Elklit, 2001, Acta Psyc Scand)

Zu Ergebnis 5.1

- SbE stellt diese Behauptung seit Jahren nicht mehr auf, sondern weist auf andere Begründung für Debriefings hin.

Ziele der SbE-Nachbesprechung

- Austausch in der Gruppe
- Information über Traumastreß
- Vorbereitung auf mögliche Streßsymptome
- Beruhigung
Streßreaktionen sind kontrollierbar
Erholung davon ist wahrscheinlich
- „Du bist nicht der einzige!“
- „Du bist normal!“
- Stärkung des Gruppenzusammenhalts
- Positiver Kontakt mit Fachleuten
- Organisationsübergreifende Zusammenarbeit
- Sichtung, wer u.U. zusätzliche therapeutische Hilfe braucht
- Vermittlung von Beratung/ Seelsorge/ anderer Hilfe, wenn nötig

Zu Ergebnis 5.1

- Achtung: Nicht-Messbarkeit der PTBS-Prävention
 - methodisch schwierig
- heißt nicht: unwirksam!
 - Alleiniges PTBS-Kriterium unsachgemäß
 - Andere Effekte werden nicht gemessen (auch nicht in LMU-Studie)
 - Siehe andere Ziele!
- Hohe Plausibilität des Nutzens!
- Akzeptanz bei Einsatzkräften!
- Keine Schädlichkeit nachgewiesen!

Konsequenzen aus Ergebnis 5.1

- Debriefing als ein Angebot (unter vielen anderen) beibehalten!
- Respekt vor der Retraumatisierungsgefahr und entsprechende Absicherung

Retraumatisierung/ sekundäre (vicarious) Traumatisierung

- Gefahr ernstnehmen!
- Deshalb: Timing und Kontext beachten!
 - Einsatz muß beendet sein
 - Homogene Gruppe
 - nicht Einsatzkräfte und Betroffene mischen
 - Ungefähr gleicher Belastungsgrad
 - Sehr stark Betroffene: Einzelgespräch, Teilnahme an Gruppe?? (Zielkonflikt!)
- Nicht tiefen!
- Nicht in „Trauma-Film“ rutschen lassen!
- Nicht auf die Frage nach dem „Belastendsten“ verzichten, sondern:
- Klare Grenze (ein)halten: Benennen ja - Durchleben nein

**Auf die Frage nach der
Wirksamkeit des Debriefing gibt
es Teilantworten.**

Ergebnis 5.2

ad 2.) Für die Konzeption von effektiven Nachsorgemaßnahmen ist das Ausmaß der traumabedingten Symptomatik sechs Monate nach dem Ereignis über alle Gruppen hinweg relevant. Zum dritten Messzeitpunkt erhalten nach der Regressionsgleichung 18 Teilnehmer die Diagnose einer Posttraumatischen Belastungsstörung, das entspricht einer PTB- Rate von 7.0 %. **Man kann also davon ausgehen, dass trotz erfolgter Nachsorge ein beträchtlicher Teil der Einsatzkräfte langfristig unter traumabedingten Symptomen leidet, die im Rahmen der derzeit praktizierten Nachsorge wenig zusätzliche Unterstützungsangebote erhalten.**

Zu Ergebnis 5.2

- CISM versteht sich als „umfassende, einheitliche, mehrteilige Methode der Krisenintervention“ (Everly & Mitchell, 1999)
- SbE weist seit Jahren auf Notwendigkeit der Einbettung des Debriefings in umfassendere Unterstützungssysteme hin

Einbettung in längerfristiges Unterstützungssystem

- SbE = Unterstützung der Organisation zur Wahrnehmung ihrer eigenen Fürsorgepflicht
- Konzentration auf präventive Schulung
- Stärke des Peer-Systems: „Kultur“
- Fragebogen nach Interventionen und
- Nachtreffen
- Folgemaßnahmen

Die Stärke des Peer-Systems:



Ansprechpartner	% fällt mir leicht	
	FFw	BF
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 mit Einsatzerfahrung*	63	63
Personen aus anderen BOS m. Einsatzerfahrung	60	54
Peer aus Region fremder Feuerwehr	64	49
Peer anderer Regionen	59	52
Psychosoziale Fachkraft ohne Einsatzerfahrung	55	47
Sonstige	65	32

Wie leicht würde es Ihnen fallen, mit einer der folgenden Personen nach einem belastenden Einsatz zu sprechen?

- Die Ergebnisse weisen hin auf die gesundheitliche Relevanz unterstützender Arbeitsbedingungen (Rückmeldung, Unterstützung, Wertschätzung, Belohnung...)
- Unterstützung durch **Kameraden** scheint hilfreich bei Belastungserleben.
- Niedrigschwellige **Peer-Angebote** könnten dazu beitragen, die **günstigen Einflüsse** kameradschaftlicher Unterstützung stärker **zu nutzen** (z.B. auch für weitere Probleme – Sucht, Familienprobleme, finanzielle Probleme...).
- Auch für den Bereich PSNV erscheint der Rückgriff auf Ressourcen von Kollegen/Kameraden sinnvoll.

Die Antworten von Einsatzkräften der Feuerwehr auf die Frage:
„Mit welchen Personen fällt es Ihnen am leichtesten nach belastenden Einsätzen zu sprechen?“

ergab folgende Rangfolge (Prozentangaben, Mehrfachnennungen):

1. **Kamerad**, der mit im Einsatz war (95%)
2. **Freunde**, die auch **in der Feuerwehr** sind gleichauf mit „**Partnern**“ (92%)
3. **Familienangehörige** (75%)



Fragebogen und Nachfolgegespräch

(Dipl.Psych. Gerd Holobar)

Fragebogen zur Verarbeitung von Belastungen nach extremen Ereignissen

Erfassung der Stressfolgen, Stressbewältigung und Befindlichkeit

Vortrag SbE e.V. Jahrestagung am 26. 4. 2008

Hans-Gerd Holobar, Dipl. Psych.

4. Es wird empfohlen eine zweiten Termin anzusetzen, dieser sollte ca. drei Wochen nach der Nachsorgemaßnahme stattfinden, da sich zu diesem Zeitpunkt das Auftreten posttraumatischer Symptome deutlicher zeigt und erkannt werden kann und gegebenenfalls gezielt zu einer therapeutischen Maßnahme geraten werden kann

LMU-Studie Abschlussbericht S. 286

Oliver Gengenbach SbE-Jahrestagung 26.4.2008

**Auf die Frage nach der
Wirksamkeit des Debriefing gibt
es Teilantworten.**

Ergebnis 5.3

- Kein Unterschied gemessen hinsichtlich der PTBS-Häufigkeit nach verschiedenen Gruppeninterventionen
 - CISM-Debriefing
 - Kognitives Debriefing
 - „Wurst- und Semmeltreffen“

Konsequenzen aus Ergebnis 5.3

- SbE-Nachbesprechungen nicht schädlich
- Verzicht auf „Emotionen-Phase“ nicht zwingend
- Trotzdem:
- Gefahr der Retraumatisierung ernstnehmen!
- Schulung in Verhinderung von und Umgang mit Dissoziation

Weitere LMU-Ergebnisse bzw. Empfehlungen:

5. Durchführung von psychosozialen „Jahresrückblicken“ in allen Wehren und/oder Standorten als regelmäßige Übung (Themenabend), vergleichbar z.B. mit regelmäßig stattfindenden Übungen zum Atemschutz
6. Im Rahmen von Nachsorge sollten speziell die Führungskräfte hinsichtlich der Thematik beraten und unterstützt werden, der Umgang der Führungskraft mit dem Thema stellt einen wichtigen Schutzfaktor für alle Mitglieder der Wehr sowie für die Führungskraft selbst dar.

Weitere LMU-Ergebnisse bzw. Empfehlungen:

Diagnose und Personenmerkmale - Relevanz weiterer Einflussgrößen auf die Entwicklung einer PTB nach belastenden Einsätzen

Die Frage, weshalb nur ein geringer Teil der Betroffenen eine Symptomatik ausbildet, lässt sich durch die Ermittlung relevanter Risiko- bzw. Schutzfaktoren weiter eingrenzen. In der Querschnittsuntersuchung wurden dazu soziodemografische Daten, Suchtverhalten, Bewältigungsstrategien und Kognitionen erhoben.

- Alter und Dienstalter zeigen einen signifikanten Zusammenhang mit Belastung. Die PTB-Rate ist in der Gruppe der 50-60 Jährigen am höchsten, während die Symptombelastung bei den ganz jungen Kameraden am deutlichsten ausgeprägt ist. Der besondere Dienstgrad (Kommandanten, Wehrführer und wehrübergreifende Dienstgrade) ist signifikant höher durch traumatische Erfahrungen belastet. Führungs- (Zug- und Gruppenführer) und Mannschaftsdienstgrade unterscheiden sich hingegen nicht im Ausmaß der posttraumatischen Symptomatik und zwar unabhängig von der Wehrgröße.
- Es findet sich ein Zusammenhang zwischen erhöhtem Alkoholkonsum und Belastung
- Ein emotionaler Bewältigungsstil wurde sowohl in der Querschnittsanalyse, als auch in der Nachsorgeuntersuchung als signifikanter Prädiktor für das Auftreten von traumabedingter Symptomatik gefunden.
- Ein ebenso bedeutender Zusammenhang wurde zwischen dem Auftreten negativer Kognitionen nach einem besonders belastenden Einsatz und der Entwicklung posttraumatischer Symptomatik gefunden. Selbstvorwürfe stellen hier einen besonders herausragenden Faktor dar.

LMU-Studie Abschlussbericht S. 277

Weitere LMU-Ergebnisse bzw. Empfehlungen:

Als weitere bedeutende Faktoren konnten Prozesse, die mit dem Ausmaß der sozialen Unterstützung zusammenhängen ermittelt werden, die einen signifikanten Zusammenhang mit dem Auftreten von posttraumatischer Belastung aufweisen, diese sind:

- fehlende Beratung bei auftretenden Problemen und
- fehlende Ansprechpartner, wenn ein Einsatz hart war

LMU-Studie Abschlussbericht S. 277

3. Weitere Herausforderungen:

- Frühdiagnostik
- Persönlichkeitstypen/ Copingstile
- Einbeziehung von „Stressimpfung“ und Entspannungsverfahren
- Genügende Einbeziehung alltäglicher Belastungen?
- Einbettung in längerfristiges Unterstützungssystem

Frühdiagnostik

- Versuche werden gemacht
- Beispiel ist Kölner Risiko-Index (Prof. Fischer):
Unterscheidung nach Risiko-Gruppen
- Akzeptanz-Problematik: Fragebögen?
Vorgespräch?
- V.a. bei Großeinsätzen schwierig

Persönlichkeitstypen/ Coping-Stile

- Größere Homogenität bei Einsatzkräften
- Forschung sinnvoll und notwendig
- Problem der Basis-Erhebung und Variablen
- Konsequenzen in der praktischen Arbeit:
 - Respekt vor den Grenzen der
Mitteilungsbereitschaft!
 - Timing beachten!

Einbeziehung von „Stressimpfung“ und Entspannungsverfahren

- Forschungsvorhaben
- Einbeziehung wünschenswert
 - New York
 - Progressive Muskelentspannung
 - Myoreflex
- Keine Entspannungsübung im Debriefing
 - Zu ungewohnt für EK

Einbeziehung von „Alltagsbelastungen und -ressourcen“

- Kumulative Belastungen am Arbeitsplatz
 - z.B. Schichtsystem, Verhältnis zu Vorgesetzten und Kollegen, Erleben eigener Wirksamkeit
 - Arbeits-/Organisationspsychologische Aspekte (vgl. Verena Müller)
- Persönlichkeit
- Familiensystem
- soziales Netzwerk

Qualitätsicherung/Lizensierung

- Grundqualifikation PF/Peer
- Empfehlung durch Fachl. Leiter eines Teams
- SbE-Ausbildung
 - CISM-Standard
 - BAG-Standard
 - Fortentwicklung und Ergänzung
- Selbstverpflichtung
- Regelmäßige Fortbildung

Fazit: Ja, es gibt

- berechnigte Fragen
- berechnigte Mahnung zur Vorsicht
- berechnigte Forschungsanliegen

und die nehmen wir ernst.



Und gleichzeitig sehen wir:

- Tausendfach bewährt
- Sehr hohe Akzeptanz
- Dankbarkeit
- Geländer funktioniert spürbar
- Keine Kritik
- Ausnahmen nur bei Abweichen von Geschultem

Einsatznachsorge muss

- zuverlässig abrufbar sein
- zeitnah durchführbar sein
- bezahlbar sein
- auf Kompetenzen aufbauen, die in der Fläche zur Verfügung stehen
- geschult werden können
- im Alltag bewährt sein
- von der Person gedeckt sein
- auf Akzeptanz stoßen



SbE packt z.Zt. konkret an:

- Schulung: gewissenhafte Einbeziehung der Forschungsergebnisse in BS I, II und III
- Schulung: explizite Aufnahme der Forschung v.a. in BS III
- Übungen zum verantwortlichen Umgang
- Ausarbeitung Nachfolgetreffen
- Holobar-Fragebogen



Danke für die Aufmerksamkeit!