

Gut für die Region!



Sparkasse Hochfranken

www.sparkasse-hochfranken.de

Wer sind wir?

Die Mitarbeiter im **SbE-Team Hof** sind Angehörige von Feuerwehr, BRK und Polizei: Männer und Frauen, die den Dienst aus der täglichen Praxis kennen. Jedes Teammitglied ist ausgebildet in Grundlagen der Stressbewältigung und in den Gesprächsmethoden, die wir anbieten. Unsere Ausbildung folgt nationalen und internationalen Standards. Selbstverständlich sichern wir Vertraulichkeit zu.

SbE-Teams werden heute bei vielen Schadenslagen weltweit eingesetzt.

Wir arbeiten auf der Grundlage des „CISM“-Modell, (Critical Incident Stressmanagement) das von den amerikanischen Notfallpsychologen George S. Everly und Jeffrey T. Mitchell entwickelt und im Kriseneinsatz erprobt wurde.

Kontakt

Für Informations- oder Präventionsanfragen senden Sie einfach eine E-Mail an:

fb@kfv-hof.de

oder

Uwe Goedicke
Bachstraße 4
95168 Berg

oder
112 ILS

Wir danken der Sparkasse Hochfranken für die Übernahme der Druckkosten des Flyers und dem Förderkreis Notfallversorgung Stadt und Landkreis Hof für die freundliche Unterstützung



Stressbewältigung nach belastenden Einsätzen - Kollegen helfen Kollegen -



Kreisverband Hof



Feuerwehren
in Stadt-und
Landkreis Hof



POLIZEIPRÄSIDIUM
OBERFRANKEN



SbE



Deutschland e.V.

S

B

E

Team Hof

Auf einmal ist alles anders...

Oft beginnt es mit einem Routineeinsatz:

Du sitzt in deinem Einsatzfahrzeug und fährst an den Einsatzort.

Das Meldebild gibt nur wenige Angaben, was vor Ort passiert. Eines ist klar:

Ihr seid unterwegs, Menschen zu helfen.

Ihr seid ein eingespieltes Team.

Ihr wisst, was vor Ort zu tun ist.

Und am Einsatzort erfüllt jeder seine Aufgabe.

Trotzdem reagiert jeder Mensch anders auf das, was er erlebt.

Und so kann es passieren, dass einem das Erlebte plötzlich „aus der Bahn wirft“



Die Reaktionen, die sich während oder nach einem belastenden Einsatz zeigen können, sind

normale Reaktionen auf ein abnormales Ereignis.

Kennt Ihr solche Reaktionen von Euch selbst?

- Schuldgefühle und Selbstzweifel
- Wiedererleben von Bildern, Geräuschen und Gerüchen
- Schlafstörungen und Alpträume
- Gereiztheit und Aggressivität
- Abwesenheit
- Konzentrationsstörungen
- Vermeidung von Erinnerungen

Ist der Einsatz beendet....

...ist er für viele Kolleginnen und Kollegen noch lange nicht vorbei. Das gilt besonders für die Einsätze, die den Rahmen sprengen und mehr als Routine von ihnen fordern:

Besonders belastend sind

- Großschadensfälle
- Brandeinsätze mit Personenschäden
- schwere Verkehrsunfälle
- Einsätze bei Suiziden
- Einsätze mit verletzten oder toten Kindern
- Einsätze, bei denen KollegInnen betroffen sind

Oft reicht das übliche Zusammensitzen „danach“ bei solchen Einsätzen nicht aus. Noch nach Tagen können sich Reaktionen einstellen, wie wir sie auf der ersten Seite beschreiben.

Um Euch auf mögliche Störungen vorzubereiten und Euch bleibende Schädigungen zu ersparen, wollen wir Euch unterstützen.

Wie wir Euch unterstützen:

Unsere Unterstützung wendet sich an alle, die an einem Einsatzort miteinander tätig sind oder waren.

Unsere Ziele sind:

Euch zu entlasten, Euch die Motivation für Euren Dienst zu erhalten und psychische Schädigungen zu vermeiden.

So können wir Euch unterstützen:

- **Fortbildung und Prävention**
- **Einsatzbegleitung**
- **Einsatzabschluss**
- **Einsatznachbesprechungen für Alle und in Gruppen**

Wir sind weltanschaulich nicht gebunden und stehen ohne Unterschiede allen am Einsatz Beteiligten zur Verfügung.

Was wir bieten, ist keine Psychotherapie. Im Einzelfall und mit Eurer Zustimmung können wir Euch aber geeignete therapeutische Hilfe vermitteln.

Unsere Tätigkeit ist für Euch völlig kostenfrei.