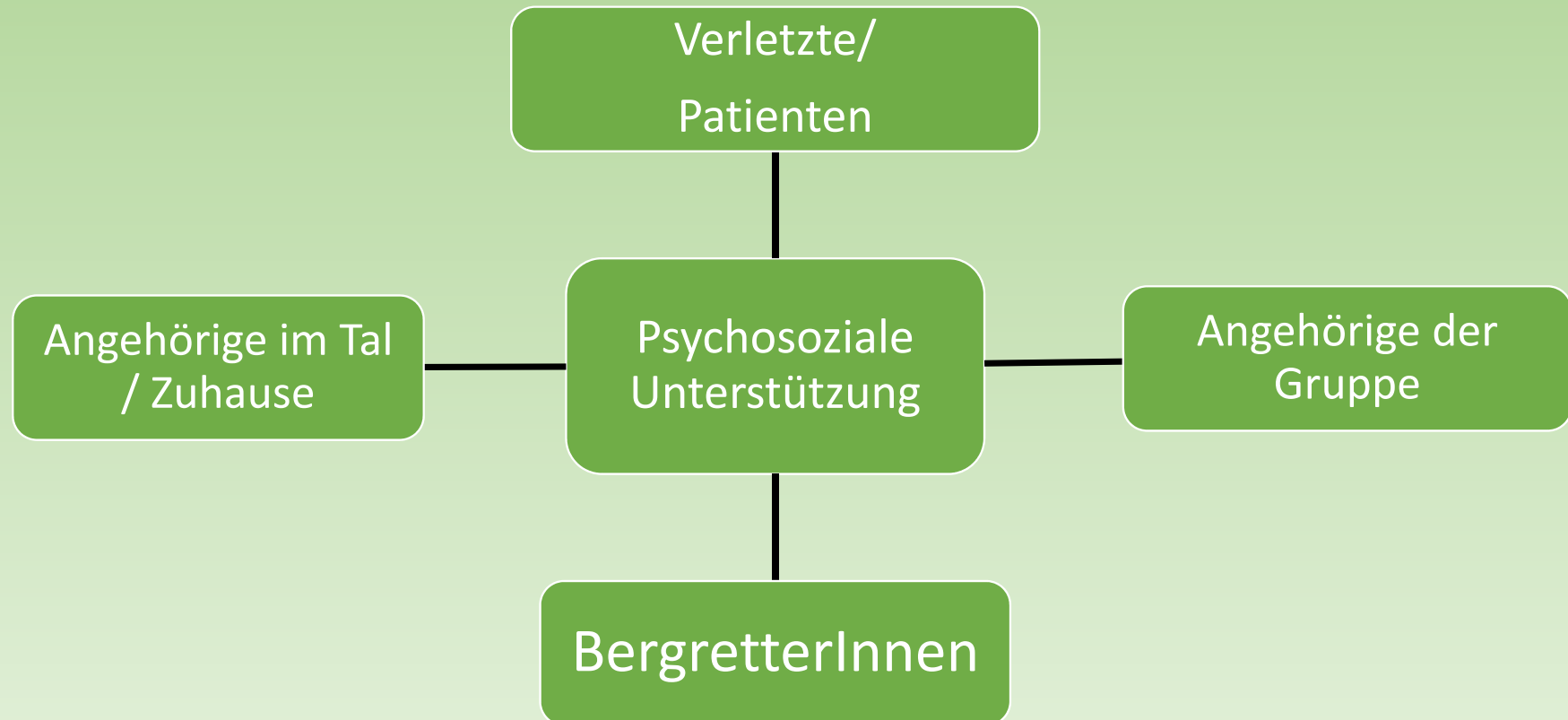




Psychosoziale Betreuung im Bergrettungsdienst Oberösterreich

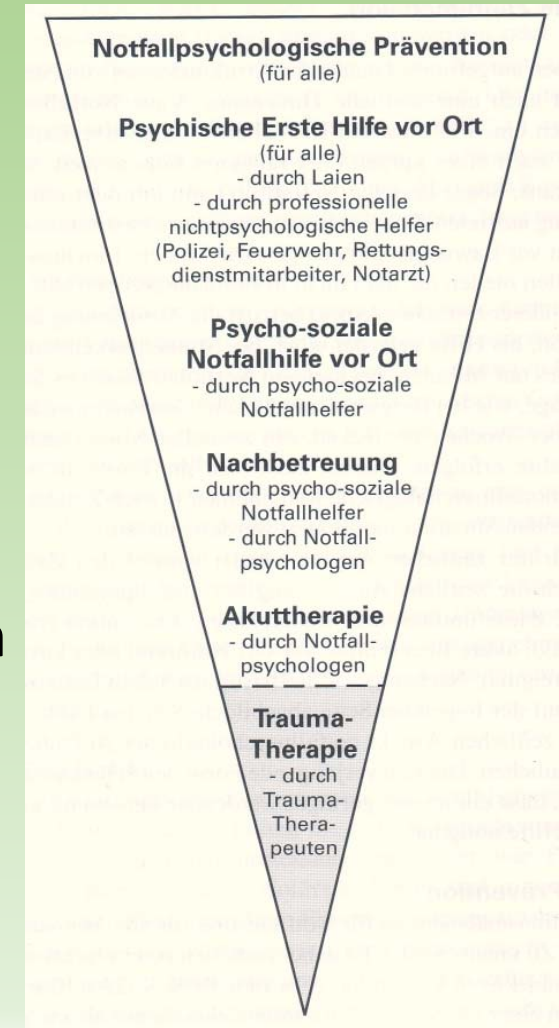
Bereiche





Psychosoziale Unterstützung

- Unter psychosozialer Unterstützung (PSU) versteht man die kurz-, mittel- und langfristige Unterstützung von Menschen, die eine sehr belastende Situation durchlebt haben. Sie dient der ersten Stabilisierung, Förderung der eigenen Ressourcen und Verarbeitung des Erlebten
- Die Maßnahmen orientieren sich an den Bedürfnissen der Betroffenen.
- PSU ist keine Therapie sondern „Hilfe zur Selbsthilfe“





Verletzte / Patienten

- Neben der medizinischen Versorgung des Verletzten ist auch die psychische Betreuung ein wesentlicher Teil der Gesamtversorgung.
- Maßnahmen der „[Psychischen Ersten Hilfe](#)“ sind unter anderem:
 - Vermitteln von Sicherheit
 - Stressreduktion
 - Förderung v. Ressourcen
 - Förderung von Selbstwert & eigenen Ressourcen
 - psychische Entlastung



Angehörige der Gruppe am Berg

- Das Miterleben von menschlichem Leid, die oft erlebte eigenen Hilflosigkeit und das oft lange Warten auf Hilfe, können bei Mitgliedern der Gruppe zu massiven Belastungen führen.
- Auch bei dieser Gruppe ist die „Psychische Erste Hilfe“ ein wichtiger Aspekt um sie gut ins Tal begleiten zu können.
- Oft ist der Faktor Zeit ein wesentlicher Punkt. Viele Angehörige brauchen, um sich vom Ort des Geschehens lösen zu können, ZEIT.
- Auch ist es wichtig ihnen Gehör zu schenken! Das heißt, echt und aktiv zuzuhören. Wahrzunehmen was Sie bewegt und welche Befürchtungen und Ängste Sie haben. Auch Schuldgefühle können auftreten.



Angehörige im Tal / Zuhause

- Für die Angehörigen im Tal oder zuhause sind die Stunden des Wartens eine besondere Belastung. Sie sind nach der Alarmierung zum Nichtstun gezwungen. Das kann dazu führen, dass sie zum Einsatzort kommen und die Suche bzw. Rettung behindern oder auch sich und die Einsatzkräfte gefährden.
- Die Wartenden brauchen möglichst regelmäßig Informationen über den Verlauf des Einsatzes und zeitgleich auch Unterstützung bei der Verarbeitung dessen, was gerade mit ihnen passiert.
- Deshalb, bei Suchaktionen frühestmöglich, also bei Einsatzbeginn, das Kriseninterventionsteam alarmieren und mit den KI Mitarbeitern Kontakt halten. Sie sind ein wichtiges Bindeglied und auch Filter zwischen Einsatzleitung und Angehörigen.



BergretterInnen

- Das Miterleben von menschlichem Leid, Verletzungen, Tod und Trauer der Angehörigen hinterlassen auch bei uns Spuren.
- Auch die eigene Gefährdung bei manchen Einsätzen der wir durch äußere Umstände, Wetter, Steinschlag, lange Dauer, körperliche Belastungen, etc. ausgesetzt sind gehen an uns nicht spurlos vorüber.
- Dies alles kann auch bei uns Einsatzkräften zu Belastungsreaktionen führen, die sich mehr oder weniger in unserem täglichen Leben bemerkbar machen.
- Eine fachliche Unterstützung mit „[Maßnahmen der Stressverarbeitung](#)“ kann uns helfen, in solchen Situationen besser damit zurecht zu kommen.



PEH – Psychische Erste Hilfe

PSNH – Psychosoziale Notfallhilfe

PSNB – Psychosoziale Nachbetreuung

AB – Akutbetreuung /-behandlung

PT – spezifische Psychotherapie

Psychische Erste Hilfe

Worum Geht's?

- Sicherheit
- Stressreduktion
- Förderung v. Ressourcen
- Förderung von Selbstwert & eigenen Ressourcen
- psychische Entlastung

Wie geht's

- Begrüßung
 - Vermittlung von Sicherheit
- Nonverbale Empathie
 - Stressreduktion
- Information
 - Stressreduktion
- Kompetenz
 - Vermittlung von Sicherheit / Förderung v. Ressourcen
- Eigenkontrolle stärken
 - Förderung von Selbstwert & eigene Ressourcen
- Aktives Zuhören
 - Stressreduktion, psychische Entlastung



SvE-Maßnahmen

