

„Auch Helfer brauchen Hilfe“

Stress und Stressverarbeitung bei ehrenamtlichen Einsatzkräften – eine Erhebung beim Kriseninterventionsteam des Roten Kreuzes Kärnten.

“Those Who Help Need Help Too” – Stress and Coping with Stress of Members of Volunteer Emergency Task Forces – a Survey on the Carinthian Red Cross Team of Crisis Intervention (Kriseninterventionsteam)

Gerhard Martinschitz

Themenschwerpunkt Stresspsychologie

Zusammenfassung

Menschen können nach dramatischen Situationen aus ihrer gewohnten Bahn geworfen werden. MitarbeiterInnen von Kriseninterventionsdiensten unterstützen die Betroffenen in der akuten Zeit nach dem schlimmen Ereignis. Sie helfen diesen Personen, ihre Handlungsfähigkeit wieder zu erlangen. Die HelferInnen werden in ihren Einsätzen mit den unterschiedlichsten Stressoren und Belastungen konfrontiert und müssen sich damit auseinandersetzen. Welche stressauslösenden Faktoren Einsatzkräfte erfahren, wie die Reaktionen darauf sind und welche Bewältigungsstrategien angewendet werden, um unbeschadet aus den Einsätzen hervorzugehen, war die Fragestellung der Arbeit, die im nachfolgenden Artikel behandelt wird. Mittels problemzentrierter Interviews wurden Mitglieder des Kriseninterventionsteams des Roten Kreuzes Kärnten befragt. Das daraus gewonnene Material wurde qualitativ ausgewertet. Die Ergebnisse sowie Diskussionspunkte werden ebenso dargestellt, wie auch eventuelle Anregungen für Veränderungen und Übernahme.

Abstract

In dramatic and terrifying situations people can lose their ability to cope with those situations. In these cases, members of the crisis intervention team support the people in order to be able to deal with the traumatic experiences. They help them to regain their capacity to act. The helpers however are being confronted with different stressors and constraints as well, that they have to deal with for themselves. In this article, a survey is presented that focuses on stress relevant factors, the reactions of the members of the crisis intervention team to the stressors and their strategies developed to cope with the operations in order to clear unharmed. For this survey, members of the crisis intervention team of the Carinthian Red Cross were interviewed in a problem-oriented way. Then, the data was analysed with a qualitative approach. The results of the

survey are being presented as well as points of discussion and resulting propositions for possible modifications concerning the team itself.

1. Einleitung

Lange bevor daran gedacht wurde, dass Einsatzkräfte Belastungen im Dienst erleiden können, wurde bei großen Unglücken die Zivilbevölkerung, beziehungsweise in den diversen Kriegen, Soldaten auf Belastungen hin untersucht (z. B.: Burghardt, 2001; Kardiner & Spiegel, 1947, zit. n. Hausmann, 2003; Salmon, 1919, zit. n. Everly & Mitchell, 2002). Erst spät wurde erkannt, dass auch Einsatzkräfte Belastungen ausgesetzt sind und diese entsprechend betreut werden müssen. Obwohl in verschiedenen Untersuchungen die HelferInnen im Vergleich zur Normalbevölkerung als belastungsfähiger bezeichnet werden, sind sie nicht immun gegen Stress (Krampl & Juen, 2005). Meist wird das Critical Incident Stress Management (CISM) nach Everly & Mitchell (2002) angewandt, um auf die Belastungen von Einsatzkräften zu reagieren. Das oberste Ziel liegt „in der Prävention akuter, massiver psychischer Beeinträchtigung und in der raschen Wiederherstellung der Fähigkeiten zur Situationsanpassung nach einem traumatisierenden (krisenhaften) Ereignis.“ (Everly & Mitchell, 2002, S.25). Mitarbeiter von Kriseninterventionsdiensten erfahren, wie alle Einsatzkräfte, eine erhöhte Belastung. Forschungen hierzu existieren kaum, und wenn, wurden in erster Linie Untersuchungen bei anderen Einsatzkräften oder zu Belastungen bei Großschadensereignissen durchgeführt. Die vorliegende Arbeit soll ausschließlich Belastungen und Stressverarbeitungsmaßnahmen von Kriseninterventionsteam-MitarbeiterInnen in der Einzelintervention erheben. Ich bin selbst Mitarbeiter seit die Krisenintervention in Kärnten aufgebaut wurde. In dieser Funktion habe ich selbst schon viele Einsätze absolviert und zahlreiche Einsätze