



Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV) für Einsatzkräfte der MTF

Einheit	Zeit	Roter Faden	Kompetenzorientierte Zielsetzung	Produkte/Medium
1	45min	<p>LF 3.1: Psychosoziale Belastungen und deren Auswirkungen kennen und beschreiben</p> <p>Beispielereignis: <i>Gülcan Müller (25) steht in der Pause an der Essensausgabe. Sie wird von Karl-Heinz Lüdenscheidt (61) angesprochen: „Wie war dein Einsatz bisher? Nichts funktioniert hier! Die regen mich alle auf! Einmal mit Profis arbeiten!“ Gülcan Müller erwidert leise: „Ich brauch gerade Zeit für mich, lass mich bitte in Ruhe.“</i></p> <p>Erarbeitung und Einstieg in das Thema anhand einer Kartenabfrage und anschließender Diskussion bezogen jeweils auf Alltag+Einsatzsituation.</p> <ul style="list-style-type: none">• In welchen Situationen bin ich gestresst? Was stresst mich? (Stressoren)• Woran merke ich, dass ich gestresst bin? Wie reagiere ich, wenn ich gestresst bin? (Stressreaktion)• Was versteht ihr unter PTBS? <p>Themen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Psychosoziale Belastungen• Symptome von akutem Stress• Symptome von akuten Belastungsstörungen• Symptome von PTBS	<p>Die Teilnehmenden...</p> <ul style="list-style-type: none">• erschließen psychosoziale Belastungen, deren Ursachen und deren Auswirkungen, indem sie belastende Alltags- und Einsatzsituationen analysieren und beurteilen.	<ul style="list-style-type: none">• Methodenbeschreibung Kartenabfrage• Powerpoint• Hintergrundliteratur: Lasogga/Gasch: Psychische Erste Hilfe bei Unfällen. Kompensation eines Defizits.• Hintergrundliteratur: Psychosoziale Notfallversorgung Band 1 und 2.



2	45min	<p>LF 3.2: Umgang mit psychosozialen Belastungen kennen und anwenden</p> <p>Szenario: siehe 1. UE</p> <p>Themen anhand eines Lehrvortrags Diskussion der einzelnen Inhalte und Ablage auf Erfahrungen der einzelnen Teilnehmenden und damit Ableitung von Handlungsgrundsätzen und – Kompetenzen</p> <ul style="list-style-type: none">• Bewältigungsstrategien anwenden• Prävention• Konsequenzen für Einsatzvorbereitung• Möglichkeiten der Selbsthilfe• Unterstützungsangebote <p>Anhand Murmelgruppe/ 1-2-3 alle Methodenbeschreibung</p> <ul style="list-style-type: none">• Wie werde ich meinen Stress los? (Coping Mechanismen) <p>Optional Ausstieg anhand Stressabbauübung für die Praxis: „Isometrischer Schnellcheck“, „entspanntes Abhängen“ oder „Fingerpuls-Feedback“.</p>	<ul style="list-style-type: none">• erschließen Vorsorgemaßnahmen und Bewältigungsstrategien für psychosoziale Belastungssituationen.• erkennen die Konsequenzen für die Einsatzvorbereitung, Möglichkeiten der Selbsthilfe sowie Unterstützungsangebote.	<ul style="list-style-type: none">• Powerpoint• Methodenbeschreibungen: 1-2-3-alle, Murmelgruppe/Mauschelgruppe• Methodenbeschreibungen: „Isometrischer Schnellcheck“, „entspanntes Abhängen“ oder „Fingerpuls-Feedback“.
---	-------	--	--	---