

Umgang mit traumatischen Reaktionen



Care-Team im Einsatz

Beispiel: Biker-Unfall



Ausserordentliche Ereignisse

- Tagesplan gerät durcheinander
- Verunsicherung / Ohnmacht
- Existenzbedrohung / Todesangst
- Schuldzuweisung
- Zukunft ungewiss
- Gedanken schwirren
- Gefühle überwältigen

Traumatische Reaktion

- Behindert den Alltag
- Führt zurück in den Alltag

- Volksmund: «traumatisiert»
- ist keine traumatische *Störung*

Traumatische Störung

- Traumatische Symptome dauern unvermindert über mehr als 6 Wochen an
- Traumatische Symptome stören den Alltag

Betreuung in erster Stunde

- Einsatz zu zweit
- Zeitnah vor Ort (max. 45')
- Zielführende Begleitung (max. 4h)

Betreuung in erster Stunde

- Da sein und Sicherheit geben
- Ereignis einordnen (Information)
- Bedürfnisse klären
- vertrautes Netzwerk aufbauen
- Ressourcen abrufen

Betreuung in erster Stunde

- Erste Schritte planen oder angehen
- Selbstermächtigung fördern
- Über mögliche Reaktionen aufklären

Wer wird betreut?

- Unverletzte Sekundäröpfung:
 - Angehörige der Opfer
 - Ersthelfende
 - Verursacher
 - Augenzeugen
 - unverletzte Beteiligte
 - Verantwortliche von Institutionen

Haltung der Betreuung

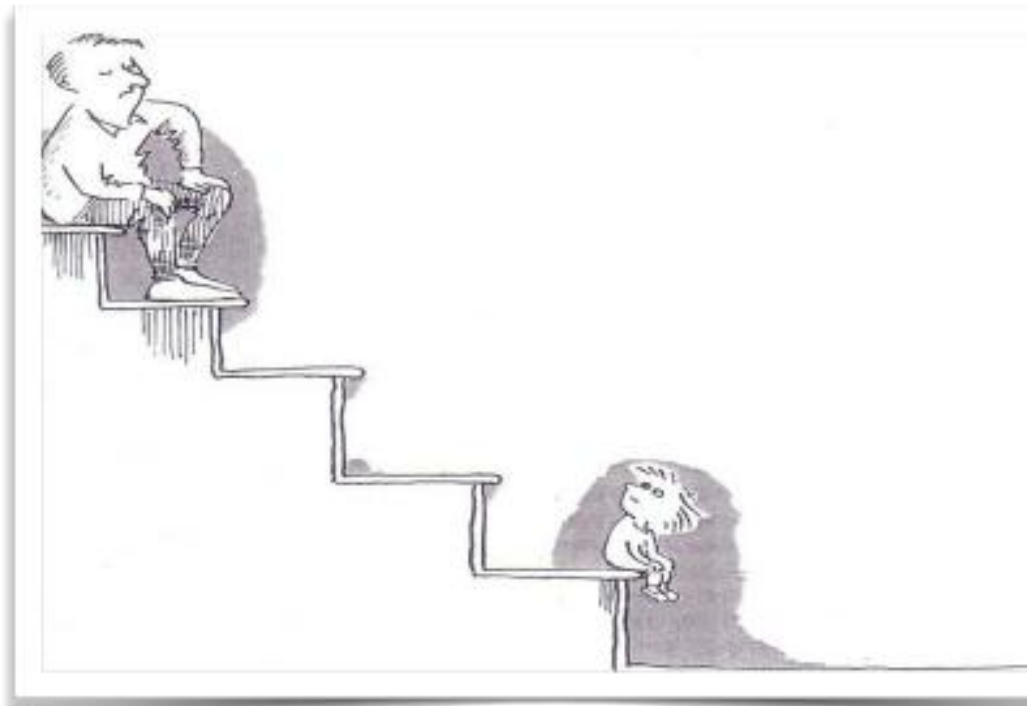
- Ich bleibe Aussenstehende/r
- Ich bin nicht Teil des Ereignisses
- Meine Einsatzzeit ist begrenzt
- Ich ermächtige die Betroffenen
 - ◆ selber zu agieren
 - ◆ auf vertraute Netzwerke zurückzugreifen
- Ich mache mich überflüssig

Haltung der Betreuung

- Selbstermächtigung fördern
 - ◆ Eigene Resilienz / Coping-Strategien
- Soziale Systeme/Institutionen involvieren
 - ◆ Familie/Freunde
 - ◆ Bestatter
 - ◆ Arbeitgeber/Schulen
 - ◆ Pfarramt/Gemeinde

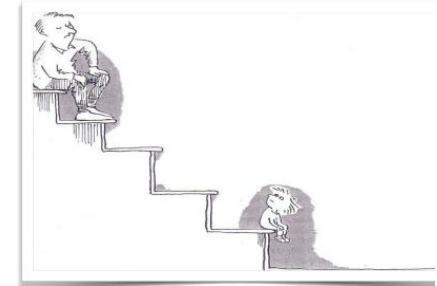
Haltung der Betreuung

- Ich bin für das Setting verantwortlich



Assymetrische Beziehung

- Ohnmächtig
 - Bedürftig
 - Auf Unterstützung angewiesen
-
- Care Giver gestaltet die Beziehung
 - Ist verantwortlich für Vorgehen und Dauer
 - Vermeidet Übergriffigkeiten



Assymetrische Beziehung

- Care Giver erfragt die Bedürfnisse und begegnet diesen
- Care Giver tut, was Betroffene benötigen
- Care Giver entscheidet über Einsatzablauf und Länge
- Care Giver reflektiert eigene Bedürfnisse

Indikation für Care Team

- Betroffene sind in emotionalem oder kognitivem Ausnahmezustand
- Es besteht ein Bedürfnis nach externer Unterstützung
- Das soziale System trägt nicht
- Betroffene wollen begleitet werden
- Andere Partner (Familie, Bestatter, Pfarramt) reichen nicht aus.

Indikation für Care Team

- Bedürfnis ist evident
- Bedürfnis kann nicht von nahestehenden Personen abgedeckt werden
- Bedürfnis besteht auch in einer Stunde noch
- Das Bedürfnis ist nicht in die Betroffenen hineingedacht

Unterstützung in Firmen und Institutionen



Unterstützung in Firmen und Institutionen

- Beratung der Verantwortlichen
- Lead unterstützen
- Vorgehen evaluieren
- Kommunikation planen
- Kompetenzen stärken
- Defizite kompensieren



Einsätze CT Luzern (Stand 31.12.2025)

	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Verkehrsunfall	6	14	8	16	5	6	14	9	6	2	8	13
Suizid	14	17	17	17	25	23	15	19	20	25	23	29
Todesnachricht 2)	1	2	4	6	2	3	7	11	9	4	5	9
a.o. Todesfall	17	25	26	18	33	36	37	24	30	31	34	37
Brandfall		2	2	1		2	3	2	2		5	0
Nachbetreuung	1						2			1	2	1
Arbeitsunfall	6	8	2	3	7	8	3	4	8	5	6	6
Freizeitunfall	1	4	5	1	6	3	7	4	5	6	4	8
Kindstod	1	1	1		1			0	1	1	2	1
Gewalt		4	1	4	4	4	4	2			0	4
Andere	2	5	7	6	8	5	7	7	5	7	8	9
Total Einsätze	49	82	73	72	91	90	99	82	86	86	97	117

Aufwand in h	379	718	731	609	956	863	879	800	889	889	980	985
---------------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------

Fragen



Ausbildung zum Care Giver

im Care Team Luzern

- Informationsabend
- Bewerbungsgespräch
- Rekrutierung durch ZS
- Grundkurs beim BABS (2x 3 Tage innert 2 Jahren)
- Einführungstag und Materialabgabe