

Inhalt

| | | |
|-------|--|-----|
| | Vorwort | VII |
| 1 | Einleitung | 1 |
| 2 | Einsatzkräfte | 7 |
| 2.1 | Anforderungen/Belastungen für Einsatzkräfte | 7 |
| 2.1.1 | Charakteristika von Einsätzen | 8 |
| 2.1.2 | Stressfaktoren für Einsatzkräfte | 9 |
| 2.1.3 | Schutzfaktoren für Einsatzkräfte..... | 13 |
| 2.2 | Persönlichkeit der Einsatzkräfte..... | 14 |
| 2.3 | Grundeinstellung von Einsatzkräften | 20 |
| 3 | Stress..... | 25 |
| 3.1 | Definition von Stress..... | 25 |
| 3.2 | Bedeutung der Bewertungsprozesse | 27 |
| 3.3 | Reaktion des Organismus bei Stress | 31 |
| 3.3.1 | Hormonauswirkungen | 36 |
| 3.4 | Stressarten..... | 38 |
| 3.5 | Sonderfall Traumatischer Stress | 39 |
| 3.5.1 | Sekundäre Traumatisierung | 42 |
| 3.5.2 | Reaktionen während der traumatischen Situation | 43 |
| 3.5.3 | Erschütterung des Selbst- und Weltbildes | 47 |

| | | |
|---------|---|-----|
| 3.5.4 | Reaktionen nach dem traumatischen Erleben..... | 51 |
| 3.5.4.1 | Wiedererleben..... | 52 |
| 3.5.4.2 | Vermeidung..... | 53 |
| 3.5.4.3 | Erregung..... | 54 |
| 3.5.5 | Belastungsstörungen | 54 |
| 3.5.5.1 | Vulnerabilität..... | 55 |
| 3.5.5.2 | Akute Belastungsreaktion..... | 57 |
| 3.5.5.3 | Posttraumatische Belastungsstörung..... | 61 |
| 3.5.6 | Psychophysiologische Erklärungsansätze | 65 |
| 3.6 | Folgen von lang andauerndem (chronischem) Stress und traumatischem Erfahrung | 70 |
| 3.6.1 | Kognitive Auswirkungen..... | 71 |
| 3.6.2 | Emotionale Auswirkungen..... | 74 |
| 3.6.3 | Körperliche (somatische) Auswirkungen | 79 |
| 3.6.4 | Auswirkungen im Verhalten | 80 |
| 3.7 | Einflüsse auf die Tätigkeit als Einsatzkraft..... | 85 |
| 3.7.1 | Burnout | 88 |
| 4 | Bewältigung von belastenden Ereignissen..... | 93 |
| 4.1 | Diverse Untersuchungsergebnisse zur Stressbewältigung vonEinsatzkräften | 93 |
| 4.2 | Prävention | 96 |
| 4.2.1 | Primäre Prävention | 97 |
| 4.2.2 | Sekundäre Prävention | 99 |
| 4.2.2.1 | Das Betreuungsgespräch | 104 |
| 4.2.2.2 | Soziales Umfeld | 107 |
| 4.2.3 | Tertiäre Prävention | 109 |

| | | |
|---------|--|-----|
| 4.3 | Critical Incident Stress Management – CISM..... | 110 |
| 4.3.1 | Interventionsmaßnahmen | 111 |
| 4.3.2 | Rahmenbedingungen | 117 |
| 4.3.3 | Abgrenzungen..... | 118 |
| 4.3.4 | Kritik | 118 |
| 4.4 | Kölner Alternative..... | 119 |
| 4.5 | Zusammenfassung..... | 122 |
| 5 | Hypothesen und Fragestellungen | 125 |
| 6 | Methodisches Vorgehen..... | 131 |
| 6.1 | Beschreibung des Erhebungsinstrumentes | 131 |
| 6.1.1 | Einleitung | 131 |
| 6.1.2 | Fragebogenteile..... | 131 |
| 6.1.2.1 | Soziodemographische Daten | 131 |
| 6.1.2.2 | Posttraumatic Stress Scale (PSS)..... | 132 |
| 6.1.2.3 | Trier Inventar zur Erfassung von chronischem Stress (TICS)..... | 132 |
| 6.1.2.4 | Einstellungen zur Arbeit/Unsicherheiten im Dienst | 133 |
| 6.1.2.5 | Grundwerteinstellungen..... | 134 |
| 6.1.2.6 | Fragebogen zur Kompetenz- und Kontrollüberzeugung (FKK) | 134 |
| 6.1.2.7 | Symptomchecklist 90 R (SCL 90R) | 135 |
| 6.2 | Beschreibung der Untersuchungsdurchführung | 135 |
| 6.2.1 | Rotes Kreuz..... | 136 |
| 6.2.2 | Feuerwehr | 136 |
| 6.2.3 | Exekutive | 137 |
| 6.2.4 | Gesamt | 137 |
| 6.3 | Beschreibung der Untersuchungsgruppen | 138 |

| | | |
|---------|--|-----|
| 7 | Untersuchungsergebnisse | 141 |
| 7.1 | Analyse der Skalen des Fragebogens | 141 |
| 7.1.1 | Skalen der „Posttraumatic Stress Scale“ (PSS) | 141 |
| 7.1.2 | Skalen des „Trier Inventar zur Erfassung von chronischem Stress“ (TICS)..... | 144 |
| 7.1.3 | Skalen „Einstellungen zur Arbeit/Unsicherheiten im Dienst“ | 150 |
| 7.1.4 | Items zu „Grundwertannahmen“ | 153 |
| 7.1.5 | Skalen des „Fragebogens zur Kompetenz- und Kontrollüberzeugung“ (FKK)..... | 154 |
| 7.1.6 | Skalen der „Symptomcheckliste 90 R“ (SCL 90R) | 159 |
| 7.2 | Unterschiede zwischen den Einsatzkräften | 171 |
| 7.2.1 | Ergebnisse des Mittelwertvergleichs der Einsatzkräfte..... | 171 |
| 7.2.2 | Zusammenfassung | 175 |
| 7.3 | Auswertung der „Posttraumatic Stress Scale“ (PSS) | 176 |
| 7.3.1 | Ergebnisse zu den erlebten Traumata..... | 176 |
| 7.3.2 | Belastungsstörungen | 185 |
| 7.4 | Auswirkungen des Grades der Belastung | 187 |
| 7.4.1 | Chronischer Stress | 188 |
| 7.4.1.1 | Zusammenfassung | 192 |
| 7.4.2 | Einstellungen im Dienst | 193 |
| 7.4.2.1 | Zusammenfassung | 194 |
| 7.4.3 | Grundwerteinstellungen | 195 |
| 7.4.3.1 | Zusammenfassung | 198 |
| 7.4.4 | Kontrollüberzeugungen | 198 |
| 7.4.4.1 | Zusammenfassung | 201 |
| 7.4.5 | Psychische und physische Auswirkungen – SCL 90R..... | 201 |
| 7.4.5.1 | Zusammenfassung | 209 |

| | | |
|---------|--|-----|
| 7.5 | Schrittweise Regressionsanalysen | 209 |
| 7.5.1 | Einflüsse auf „Unsicherheit gegenüber Kollegen im Einsatz“ .. | 210 |
| 7.5.2 | Einflüsse auf „Unsicherheiten/Ängstlichkeit im Einsatz“ | 211 |
| 7.5.3 | Einflüsse auf „Wertigkeit der Tätigkeit/Arbeit“ | 213 |
| 7.5.4 | Einflüsse auf „Psychische und physische Auswirkungen (SCL 90R) | 215 |
| 7.6 | Einfluss des chronischen Stress | 216 |
| 7.6.1 | Chronischer Stress als Moderator bei einem traumatischen Erlebnis | 217 |
| 7.6.2 | Chronischer Stress als Folge von traumatischem Stress | 219 |
| 7.7 | Einfluss der soziodemographischen Daten | 220 |
| 7.7.1 | Einfluss des Alters | 220 |
| 7.7.1.1 | Zusammenfassung | 223 |
| 7.7.2 | Einfluss des Dienstalters | 223 |
| 7.7.2.1 | Zusammenfassung | 226 |
| 7.7.3 | Einfluss der Anzahl der Freunde | 226 |
| 7.7.3.1 | Zusammenfassung | 228 |
| 7.7.4 | Einfluss des Familienstandes | 228 |
| 7.7.4.1 | Zusammenfassung | 242 |
| 8 | Diskussion der Ergebnisse | 245 |
| 8.1 | Belastungsstörungen und Beeinträchtigungen | 245 |
| 8.2 | Unterschiede zwischen den Einsatzkräften | 247 |
| 8.3 | Ausbildung und Auswirkung von chronischem Stress | 248 |
| 8.4 | Physische und psychische Auswirkungen | 249 |
| 8.5 | Veränderungen der Kompetenz- und Kontrollüberzeugung .. | 250 |
| 8.6 | Auswirkungen im Dienst | 251 |
| 8.7 | Veränderungen der Grundannahmen | 252 |
| 8.8 | Einfluss der soziodemographischen Daten | 253 |

| | | |
|------|--|-----|
| 8.9 | Zusammenfassung | 256 |
| 8.10 | Grenzen der Untersuchung und Ausblick auf weiterführende Untersuchungen | 258 |
| 9 | Literaturverzeichnis..... | 259 |
| | Fragebogen Belastungen – Einsatzkräfte..... | 271 |