

# „ Die Not nach dem Notfall “

Tabu um Trauer und Trauma

„Erste Hilfe für die Seele“

für Angehörigen

nach Notfallsituationen

09.03.2016

# Alltag, Routine, Kontrolle und Kompetenz

geben ein Gefühl der Sicherheit

„...ein plötzlicher, unerwarteter Todesfall zuhause, auf Station, auf der Strasse ist ein tiefer Einschnitt in mein Leben, verändert meinen Lebensentwurf drastisch und nachhaltig



- Notfallseelsorge Düsseldorf -  
Olaf Schaper

# Notfallrettung

Die medizinische Notfallrettung in Deutschland hält ein hohes Niveau, dagegen ist die Hilfe zur Bewältigung von seelischem Schmerz und der Umgang mit Sterben und Tod eher Nebensache gewesen.

# Einschnitte ins Leben

- Sinn- und Wertfragen sowie Fragen nach Gott und Schuld brechen auf.
- Weltanschauliche Prägungen und religiöse Bedürfnisse werden offenbar.
- Notfallsituationen sind Schnittstellen des Lebens, Lebensentwürfe werden schlagartig verändert, das Leben will ohne den Toten neu gelernt werden.

# Seelische Verletzungen

Es kann bei Ereignissen mit Todesfolge auch zu regelrechten seelischen Verletzungen und psychischen Traumatisierungen kommen bei körperlicher Unversehrtheit:  
„PTSD“

# Schockreaktionen

Die Person reagiert mit psychischen  
Schockreaktionen!

Das sind normale Reaktionen eines  
gesunden Menschen auf ein unnormales  
Ereignis.

Diese Schockreaktionen haben eine  
Schutzfunktion für die Psyche.

# Schockreaktionen - Dissoziationen

- wie erstarrt sein
- hyperaktiv sein
- wie neben sich stehen
- alles läuft wie ein Film ab
- man ist wie taub, kann nichts fühlen
- nach außen gefasst / gleichgültig wirken

# Arbeitsweise der Notfallseelsorge



**Erste Hilfe für die Seele**

**Betreuung von Kindern und Eltern nach extremen Ereignissen**

**Erste Entlastungsangebote**

**Suizid. Unfall. Gewalt.  
Plötzlich und unerwartete  
Verlusterfahrungen.**



# „Väterchen Verdrängung“

- Wie hat sich der Patient vorbereitet?
- Wie hat sich der Angehörige vorbereitet?
- Wie geht das „aushalten“?
  
- Der Tod ist endgültig, irreversibel, verstellt mir den Weg, stellt mich vor vollendete Tatsachen

# Begleitung

- Unaufdringlich
- Non-direktiv
- Überkonfessionell
- Verschwiegen
- „Ziel-los“
- Nähe – Distanz
- unentgeltlich

# Die Menschen, die so viel aushalten müssen, aushalten

- Ertragen was ist
- Solidarisches Mitfühlen (Sympathisch)
- Ernstnehmen, dass es schwer ist
- Schuldgefühle ernst nehmen
- Nicht wegtrösten
- Nicht Ablenken

Bei allem führt der Angehörige, ich bin sein Geländer (Emmaus Geschichte)

# Erste seelsorgliche Hilfe für Hinterbliebene

- Schockreaktionen kennen und ernstnehmen
- Abschirmen / Intimsphäre herstellen
- Individuelle und religiöse Bedürfnisse berücksichtigen
- Folgebetreuung sicherstellen
- **Abschiednehmen ermöglichen**

# Antlizlosigkeit des Todes



- Notfallseelsorge Düsseldorf -  
Olaf Schaper

# Betreuung von Personal

- Nach Einsatzabschluß braucht das eingesetzte Personal eine Auszeit
- Das Angebot eines Seelsorgers wird ihm niederschwellig angeboten
- Schuldgefühle ernstnehmen
- Soziale Ressourcen aktivieren
- Debriefing mit allen beteiligten Kollegen

# Eigenschutz und Hilfsangebote

- Eigenschutz durch Selbstbeobachtung und Selbstüberprüfung
- Kollegiale Hilfen
- Psychohygiene
- Unterstützung bei Belastungen durch Vorgesetzte und Kollegen

# Notfallseelsorge und Feuerwehrseelsorge



- Zusammenarbeit mit dem Opferschutznetzwerk Düsseldorf
- Mindern der posttraumatischen Folgereaktionen beim Personal