Zeitschrift: bulletin.ch / Electrosuisse

Herausgeber: Electrosuisse

Band: 96 (2005)

Heft: 21

Rubrik: À propos : Technik und Gesellschaft = Technique et société

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

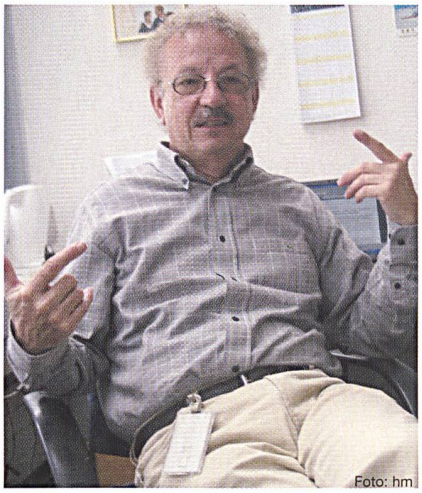
Download PDF: 30.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Debriefing – das Verarbeiten von tragischen Ereignissen

Wer hilft, dem soll geholfen werden

Die Fachstelle für medizinische Fragen von Electrosuisse (FMF) wird im Spätherbst dieses Jahres erstmals einen Debriefing-Kurs für praktizierende Ärzte durchführen. Den psychosomatischen Teil wird Frau Dr. med. Gisela Perren-Klingler (Visp) – eine Pionierin auf diesem Gebiet – übernehmen. Was versteht man unter Debriefing? Wer braucht das? Wer bietet Debriefing an? Ruedi Lang, Leiter der FMF, gibt Auskunft.



Ruedi Lang: «Debriefing ist erste Hilfe für die Seele».

«Für mich ist Debriefing ‹Erste Hilfe für die Seele›», meint Ruedi Lang, der schon bei vielen tragischen Ereignissen Nothilfe-Einsätze geleistet hat. «Eigentlich geht es um nichts anderes, als die traumatisierten Leute über das Ereignis reden zu lassen, zuzuhören, allenfalls Fragen zu stellen – aber keine Kritik zu üben.» In diesen Fällen ist für einmal nicht nur Schweigen, sondern auch Reden Gold wert. Manchmal hilft es den Traumatisierten auch, wenn man sie zeichnen lässt. So geschehen nach der Zugskatastrophe im deutschen Eschede. Viele zeichneten – so Ruedi Lang – anfänglich in Schwarz-Weiss gehaltene Clowns, eine schwarze Sonne oder einen schwarzen Himmel; mit der Zeit wurden die Zeichnungen farbiger – ein Zeichen, dass die Geschehnisse im positiven Sinne verarbeitet wurden.

Früher musste man selber damit fertig werden

Als Leiter und Ausbildner beim Amt für Zivilschutz Graubünden und Zürich hat Ruedi Lang in den Jahren 1974 bis 1982 viele Einsätze in Katastrophengebieten erlebt. «Damals gabs noch kein Debriefing, man musste sich selber irgendwie helfen.» Bis heute hat er selbst noch keine Hilfe beanspruchen müssen. «Ich habe das Glück, mit solchen Erlebnissen alleine fertig zu werden. Das kann aber längst nicht jede Person. Deshalb ist Debriefing äusserst wichtig.» Und wie hat er solche Erlebnisse verarbeitet? «Mir hat es jeweils geholfen, wenn ich daraus ein grossartiges Erlebnis gemacht habe: ich durfte Hilfe leisten – ist doch grossartig! Manchmal half mir auch mein schwarzer Humor. Wenn ich heute in Unfallereignisse hineingerate – und das passiert mir immer wieder –, baue ich das Erlebte in meine Schulungsreferate ein, auch das hilft mir bei der Verarbeitung.»

Konflikt mit sich selbst

Manchmal gerät man in Situationen, bei denen man sich fragt, ob Retten überhaupt noch Sinn macht. Ruedi Lang hatte so ein Erlebnis im Jahr 1993 beim Hochwasser im Wallis. Er fand einen 38-jährigen Familienvater, der unter Schutt eingeklemmt war und dem dabei seine Arme und Beine abgetrennt wurden. «Einen ganz kurzen Moment fragte ich mich: Was hat dieser Mann noch für eine Zukunft? Möchte er überhaupt noch leben? Für einen Augenblick hatte ich zwei Seelen in meiner Brust: Einerseits wollte ich retten, anderseits kamen mir Zweifel. In jungen Jahren wäre mir so etwas nicht passiert. Aber mit zunehmendem Alter hinterfragt man einfach mehr. Nun, ich habe diesen Mann dann geborgen.» Auch nach einer solchen Konfliktsituation könnte Debriefing nötig sein. Ruedi Lang hat übrigens immer noch Kontakt zu dieser Familie. Der seinerzeit Gerettete meistert auch ohne Gliedmassen – mit Hilfe von Prothesen – den Alltag und ist dankbar für sein Leben.

Helfen beim Bewältigen von Schuldgefühlen

Ruedi Lang erzählt ein Beispiel: «Ein Kleinkind verschluckt ein Spielzeug. Die Mutter versucht verzweifelt, das Kind zu retten, indem sie es auf den Kopf stellt, immer und immer wieder auf den Rücken klopft: fünf Minuten, zehn Minuten, zwanzig Minuten. Schliesslich alarmiert sie die Ambulanz. Aber das Kind kann nicht mehr gerettet werden. Die Mutter macht sich grosse Vorwürfe: Hätte ich nur früher … Sie glaubt, alles falsch gemacht zu haben. Diese Frau braucht sicher dringend Hilfe bei der Bewältigung dieser Schuldgefühle.»

Debriefing in der Arbeitswelt: noch Nachholbedarf

Debriefing muss nicht immer von Ausgebildeten geleistet werden. Oft können auch gute Freunde oder Familienmitglieder helfen, wenn sie die Fähigkeit und die Zeit haben, zuzuhören. Auch Ruedi Lang hat sich in Debriefing weitergebildet; bei Electrosuisse ist es eine feste Einrichtung – leider eher eine Ausnahme; die Industrie hat hier noch einen Nachholbedarf. Nicht zuletzt deshalb bietet die FMF Debriefing nach Betriebsunfällen oder andern tragischen Ereignissen als neue Dienstleistung an (Kontakt: Telefon 044 956 12 84). Ruedi Lang erinnert sich an einen Todesfall am Arbeitsplatz im Hause Electrosuisse. «Ich habe zugehört, die Leute, die das miterleben

Der Begriff Debriefing

stammt aus der Sprache der Geheimdienste. Armeen waren die ersten, die Debriefings einführten, um Soldaten bei der Bewältigung von akuten Kampfreaktionen beizustehen und sie so wieder frontfähig zu machen. Das Konzept bestand darin, dass die Intervention schnell – an Ort und Stelle –, positiv und aktionsorientiert zu geschehen habe. Heute versteht man unter diesem Begriff eine psychologische Intervention, die stattfindet, nachdem Personen psychisch belastenden Ereignissen, Traumen, ausgesetzt gewesen sind. Diese Intervention soll dazu beitragen, dass betroffene Menschen entweder das Erlebte besser verarbeiten und so schneller wieder ihre gewohnte Lebensqualität erreichen können oder im Falle von behandlungswürdigen Störungen einer frühzeitigen Kurztherapie zugeführt werden. (Quelle: www.institut-psychotrauma.ch/)

mussten, reden lassen und konnte ihnen dadurch gut helfen. Aber ich muss natürlich auch spüren, wenn ich an meine Grenzen stosse. Das ist dann der Moment, die Hilfesuchenden an Fachleute wie Theologen, Psychologen oder Psychiater weiterzuleiten.»

Das Beispiel Eschede

Ruedi Lang: «Traumatisierte Helfer flüchteten früher oft in sich selbst, wurden depressiv oder behalfen sich vielleicht sogar mit Drogen oder Alkohol. Heute haben diese Leute die Möglichkeit, Hilfe zu beanspruchen.» Care Teams sind aber nur bei grösseren Ereignissen vor Ort, wie zum Beispiel beim Massaker in Luxor, im Tsunami-Katastrophengebiet oder im Fall des Amokschützen in Zug 2001. Beim schweren Zugsunglück bei Eschede vom 3. Juni 1998 mussten die über 1000 Katastrophenhelfer Grausames ansehen, fühlen und in sich aufnehmen. Ein Trauma-Experte ging damals davon aus, dass 15 Prozent der Einsatzkräfte Spätschäden erleiden würden. Wer die Geschehnisse immer wieder durchlebe, die schrecklichen Bilder sehe oder Geräusche höre, wer den Ort des Geschehens meide, der gelte als gefährdet, war eine andere Aussage. In Eschede trafen viele Risikofaktoren aufeinander: langandauernder Einsatz und Aufgaben wie das Bergen von toten Kindern oder Leichenteilen. Gerade junge, wenig routinierte Helfer und solche, die nach aussen sehr cool wirkten, waren offenbar stark gefährdet. Interessant auch, dass ein bei diesem Unglück eingesetzter Sanitäter später die Bundesbahn auf Schadenersatz eingeklagt hat. Als einer der ersten am Unglücksort, habe er «die grausamen Bilder und kaum beschreibbaren Vorgänge unmittelbar miterlebt» und leide deshalb an einem posttraumatischen Belastungssyndrom und sei berufsunfähig.

Hilfe muss oft auch gesucht werden

Wer diese Hilfe nicht am Unfallort vorfindet, kann sich zum Beispiel an das Institut Psychotrauma Schweiz (IPTS) wenden und erhält eine Liste von Debriefing-Fachleuten in der Schweiz (www.institut-psychotrauma.ch). Das gilt auch für Helfer, die unvorbereitet in eine Unfallsituation hineingeraten sind und nachher die Geschehnisse nicht ohne Hilfe verarbeiten können. Ob die Krankenkassen in solchen Fällen immer mitmachen, ist eine andere Frage.

Auch Ärzte brauchen Hilfe

Ärztinnen und Ärzte können all das, was sie in der Sprechstunde oder bei Noteinsätzen erleben, nicht einfach so wegstecken. Da mag vordergründig die Flucht in den schwarzen Humor oder in den Sarkasmus helfen – aber eine nachhaltige Lösung ist das nicht. Im Herbst dieses Jahres organisiert die FMF erstmals einen Debriefingkurs für praktizierende Ärzte, eine Anleitung zur Selbsthilfe unter Ärzten. Den psychosomatischen Teil des Kurses übernimmt Dr. med. Gisela Perren-Klingler (Visp). Sie hat im Jahre 1992 das Institut Psychotrauma Schweiz gegründet und auf dem Gebiet Debriefing viel Pionierarbeit geleistet. Ziel dieses Kurses ist, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Symptome der Traumatisierung erkennen und wissen, wie sie ablaufen; unterstützend eingesetzt werden dazu Videoaufnahmen von äusseren Zeichen der Traumatisierung. Das Erarbeiten und Trainieren von Gesprächstechniken im Hinblick auf das Debriefing ist ein weiterer Bestandteil dieser Schulung.

Literatur

Gisela Perren-Klingler: *Debriefing. Erste Hilfe durch das Wort – Hintergründe und Praxisbeispiele.* Verlag Paul Haupt, Bern. ISBN 3-258-05994-2. Die Autorin beschreibt, was Debriefing ist und in welchen Schritten es abläuft. Im zweiten Teil werden eindrückliche Fallbeispiele aus der Praxis vorgestellt. – Christof Meier/Gisela Perren-Klingler: *Ressourcenarbeit. Ein Handbuch.* Dieses Buch zeigt auf, wie ein Trauma entstehen kann und beschreibt in einem speziellen Kapitel, wie Debriefing abzulaufen hat. Bezug direkt durch das IPTS, info@institut-psychotrauma.ch. *Heinz Mostosi*

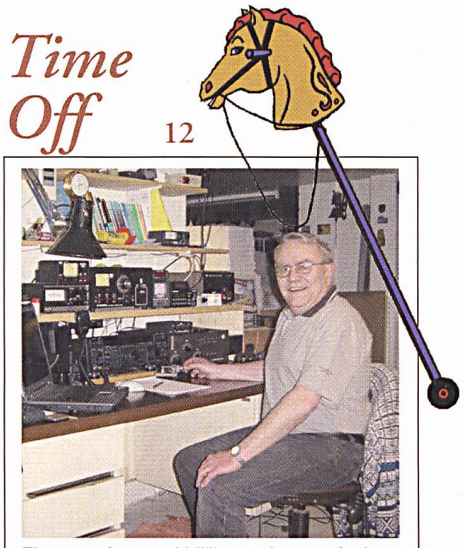
Gisela Perren-Klingler, eine Pionierin auf dem Gebiet Debriefing

Was die FMF alles bietet

Über das Ausbildungsprogramm der Fachstelle für Medizinische Fragen geben Ihnen Ruedi Lang (Telefon 044 956 12 84) und Lisbeth Bernet (Telefon 044 956 13 28) gerne Auskunft (online: www.sev-weiterbildung.ch (Rubrik «Medizinische Kurse»). Die FMF ist von folgenden Organisationen anerkannt: Swiss Resuscitation Council, Swiss Medical Rescue Commission, Bundesamt für Strassen.

Redaktion/rédaction «à propos»:
Daniela Diener-Roth (dd), Heinz Mostosi (hm)

Time Off 12



Einer von fast zwei Millionen Amateurfunkern in der ganzen Welt: der Dolmetscher und Übersetzer Richard Squire

Richard Squire: Surfen auf der kurzen Welle

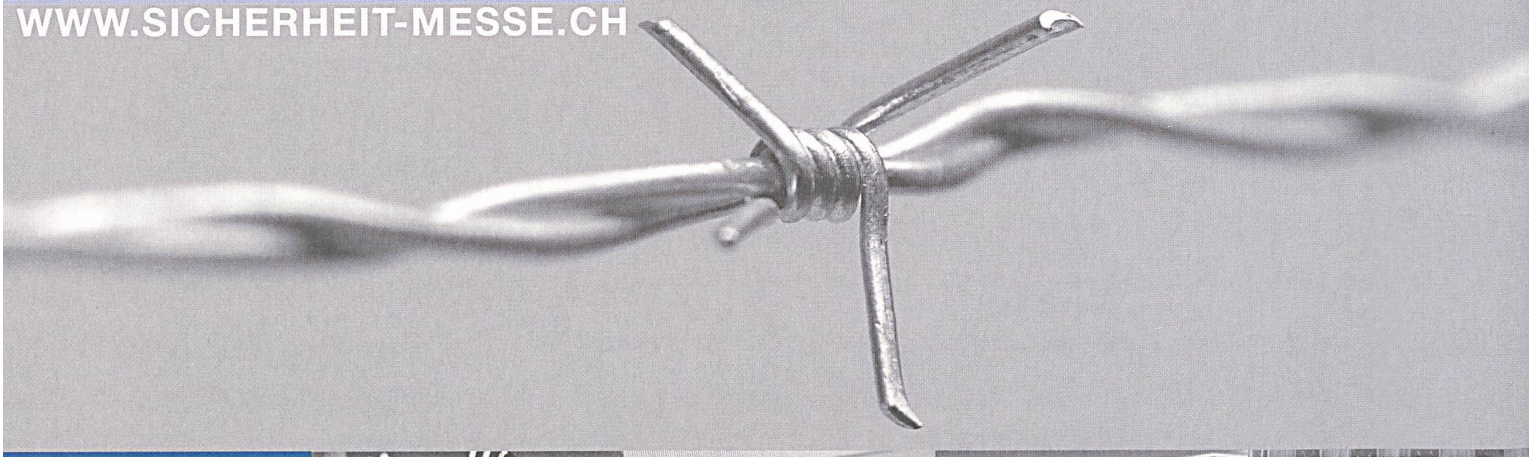
Der in Schüpfen BE wohnhafte Richard Squire hat in Paris Elektroingenieur studiert und arbeitet seit vielen Jahren als Konferenzdolmetscher und freier Übersetzer, schon seit einiger Zeit auch für die Bulletin-Redaktion. Er gehört zu den fast zwei Millionen Menschen auf der ganzen Welt, die dem Kurzwellenhobby frönen. Richard Squire pflegt Kontakte in über 300 Ländern, nicht bloss mit Sprechfunk und Morsetelegrafie (jawohl, diesen ausgezeichneten Kopfsport gibt es zum Glück noch!), sondern er experimentiert auch gerne mit verschiedenen digitalen Betriebsarten. Ausgeklügelte Versuchsschaltungen gehören ebenso dazu wie technische Diskussionen mit Gleichgesinnten in aller Welt. Denn: der Amateurfunkdienst ist ein technisch experimenteller Funkdienst, der von Funkamateuren für die eigene Ausbildung, für den Verkehr untereinander, für die Durchführung von Not- und Katastrophenfunkverkehr und für technische Studien betrieben wird.

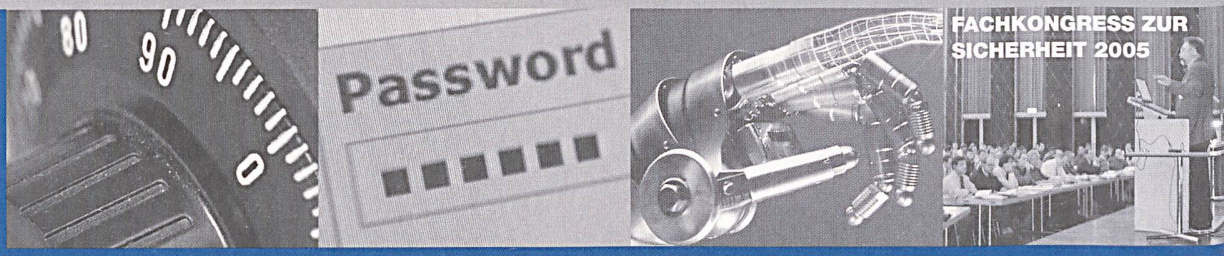
Amateurfunk trug schon oft als letzte Kommunikationsmöglichkeit bei zahlreichen Katastropheneinsätzen dazu bei, Menschenleben zu retten. So stellten indische Funkamateure auf den vom Tsunami heimgesuchten Inseln Andaman und Nicobar tagelang unter Lebensgefahr den einzigen Kontakt zur übrigen Welt sicher.

Was macht dieses Hobby – auch im Zeitalter von SMS und E-Mail – so spannend? Richard Squire: «Es sind die technischen Möglichkeiten – auch mit bescheidenen Mitteln –, die menschlichen Kontakte und die gegenseitige Hilfsbereitschaft, die den Amateurfunk so spannend machen». *(hm)*

SICHERHEIT 2005 SECURITE 20
ITY 2005 SECURITE 2005 SECU
005 SECURA 2005 SECURITY 2

WWW.SICHERHEIT-MESSE.CH





SICHERHEIT
FIRE · SAFETY · SECURITY
2005

15. FACHMESSE FÜR SICHERHEIT
14.–16. NOVEMBER 2005
MESSE ZÜRICH · ZÜRICH-OERLIKON

Reed Exhibitions
mch messe schweiz

SIEMENS
ABI Sicherheitssysteme
SECURITAS
ascom
BELFOR
GEZE
ADASOFT security solutions
EOTEC
SECURITON
DORMA
stuco
CONTRAFEU
KABA TOTAL ACCESS
KESO Der Schlüssel zu Ihrer Welt.
MSL
interflex An Ingersoll-Rand business
Naef Terag Leader in Businesswear
CERTAS
TELENOT Technik für Sicherheit

... und über 200 weitere renommierte Unternehmen freuen sich über Ihren Besuch an der SICHERHEIT 2005.