

Ausbildung von Peer Support Counsellors / Psychologischen Ersthelfer*innen (PEH)

Die unmittelbaren Reaktionen und Hilfen des sozialen Umfeldes nach einem traumatischen Ereignis, wie z.B. einem Raubüberfall oder einem schweren Unfall, stellen oft die Weichen für eine positive Verarbeitung dieses Erlebnisses. In diesem Training werden Grundkenntnisse in Psychotraumatologie, Stabilisierungstechniken und Gesprächsführung vermittelt, die es den Teilnehmer*innen ermöglichen, Betroffenen die optimalen Hilfestellungen für eine gelungene Traumaverarbeitung geben zu können.

Zur psychologischen Unterstützung nach belastenden Ereignissen haben sich bei Berufsgruppen mit einem erhöhten Risiko für posttraumatische Belastungsstörungen kollegiale Ansprechpartner (Peers) bewährt. Das Peer-Support-System entwickelte sich zunächst in den USA und kam später auch nach Europa. Im Mittelpunkt steht die Hilfe zur Selbsthilfe und die Nutzung der bewältigenden Ressourcen im sozialen Netz der Betroffenen.

Das Peer-Support-Training richtet sich an:

- Mitarbeiter*innen von Rettungsorganisationen
- Mitglieder der Feuerwehren
- Mitglieder von Zivildienstleistungen und technischen Hilfswerken
- Polizeibeamte*innen und Streitkräfte
- Mitarbeiter*innen von großen Transportunternehmen
- Mitarbeiter*innen von Justizvollzugsanstalten
- Mitarbeiter*innen von Geldinstituten
- Mitarbeiter*innen von Arbeits- und Sozialämtern
- Mitarbeiter*innen in Kassenbereichen von Tankstellen, großen Kaufhäusern, Supermärkten, Spielhallen usw.
- medizinisches Personal (Mitarbeiter*innen der Intensivmedizin, Notärzt*innen, Psychiatrien usw.)
- im akuten Krisenmanagement Tätige
- Mitarbeiter*innen ausgewählter Risikobereiche (Sicherheitsbranche)
- Mitarbeiter*innen der Telefonseelsorge und psychosozialer Beratungsstellen

Im Peer-Support-System arbeiten organisationsinterne Peers mit vornehmlich externen Notfallpsycholog*innen zusammen. Auf diese Weise wird die Kompetenz einer Organisation bzw. eines Unternehmens, auf berufsbedingte psychische Belastungen angemessen zu reagieren und ein bewältigendes Milieu zu schaffen, erhöht.

Professionelle Hilfe wird nur dort in Anspruch genommen, wo dies nötig ist. Deshalb lernen die Peers in ihrer Ausbildung u.a. die Frühwarnzeichen einer posttraumatischen Belastungsstörung kennen, bzw. kontaktieren bei Fragen ihre Notfallpsychologin vor Ort. Sie verfügt über weitere Hilfsmöglichkeiten, z.B. individuell abgestimmte Bewältigungstrainings, die die Betroffenen zu Expert*innen für ihre/seine eigene Bewältigung machen, sie/ihn in Trainings dazu anleiten und so ihre/seine Eigenverantwortung stärken.

Voraussetzung für ein gut funktionierendes Peer-Support-System ist eine sorgfältige Weiterbildung von Freiwilligen im Unternehmen bzw. in der Organisation. Das Training umfasst neben der Vermittlung des Basiswissens über psychische Belastungen und ihre gesunde Bewältigung vor allem das Einüben von geeigneten Gesprächstechniken, die zur Klärung und handlungsorientierten Strukturierung belastender Szenarien beitragen. Dabei wird berücksichtigt, dass auch länger zurückliegende Probleme, Konflikte oder alte seelische Verletzungen aktuell belastende Situationen färben oder gar maßgeblich bestimmen können.