

Polizeiseelsorge-INFO-Blatt: Psychisch wirksame Stress-Faktoren beim Einsatz

Im Einsatz kann es zahlreiche Stressoren geben. Wer sich darauf im Vorfeld einstellt, ist weniger vulnerabel und belastbarer. Das Risiko psychischer und physischer Verletzungen kann so vermindert werden.

Die Liste psychisch wirksamer potenzieller Stressfaktoren lässt sich z. B. in Aus- und Fortbildung verwenden (und ergänzen), indem gemeinsam überlegt wird, welche Präventionsmöglichkeiten es gibt, wie man diesen Belastungen im Einsatz begegnen und welche Nachbereitung angezeigt sein kann. Gewesene Einsätze können unter diesen Aspekten aufgearbeitet oder die Thematik kann in die Vorbereitung bevorstehender Übungen integriert werden.

Psychisch wirksame Stressfaktoren beim Einsatz können u. a. sein:

- eigene Familienangehörige, KollegInnen, Freunde, Kinder, Bekannte sind betroffen
- Lebensgefahr, Tod oder schwere Verletzung von HelferInnen
- Waffeneinsatz
- Besonders: Schusswaffengebrauch
- Bedrohung durch eine Übermacht
- Bedrohung durch ein nicht oder nur eingeschränkt zu lokalisierendes Gegenüber
- Überraschungsangriff, Hinterhalt
- Anblick von Schwerverletzten, Verstümmelten, Verbrannten, Toten
- Eingequetschte oder verschüttete Menschen, deren Rettung lange dauert oder scheitert
- Zwang, hilflose Menschen verlassen zu müssen
- Schreie, Lärm, Gerüche
- Handlungsfehler, Kompetenzgerangel
- Unzureichende oder versagende Einsatzgeräte oder -mittel
- Eskalation der Lage
- Kommunikationsprobleme (technischer und fremdsprachlicher Art)
- Beschimpft- und Beleidigtwerden
- Probleme mit Beteiligten wie Unfallverursachern, Tätern, Zeugen, Angehörigen
- Witterungsbedingungen
- Hohes Verkehrsaufkommen, unüberlegte Maßnahmen zur Verkehrsberuhigung, generell schwierige Zugänglichkeit der Einsatzstelle
- Orientierungsprobleme in unbekanntem Objekten oder Gegenden
- Größe und Unübersichtlichkeit der Einsatzstelle
- Schlechte Sichtverhältnisse durch Rauch, Nebel, Dunkelheit, Vegetation, Bebauung
- Nächtliche Einsätze
- Intellektuelle, psychische oder physische Überforderung
- Eigene Aufregung
- Aufdringliche Medienvertreter
- Kumulation dienstlicher oder außerdienstlicher Belastungen
- Unverarbeitete eigene Probleme dienstlicher oder außerdienstlicher Art
- ?

