



Information für Vorgesetzte

Betreuung von Mitarbeitern nach traumatisierenden Ereignissen



**Unfallkasse
Post und Telekom**
Körperschaft des öffentlichen Rechts

„Extreme Ereignisse sind Grenzerfahrungen für jeden Menschen.“

Traumatisierende Ereignisse



Wenn Menschen plötzlich und ungewollt mit Gewalt und Aggressionen konfrontiert werden und sie durch Naturgewalten oder Personen eine Bedrohung von Leib und Leben erfahren, erleben sie extremen körperlichen und psychischen Stress.

Extremereignisse wie Überfälle, Hundebisse, Verkehrsunfälle, tätliche Übergriffe oder sexuelle Belästigungen sind Grenzerfahrungen für jeden Menschen, die glücklicherweise nicht oft vorkommen, aber gerade weil sie so unvorstellbar sind und meist auch ohne Vorwarnung auftreten, überfordern sie den Menschen in seiner Gesamtheit. Körper, Geist und Psyche zeigen Belastungsreaktionen, die zeitversetzt auftreten (vgl. Infoschrift ‚Traumatische Erlebnisse‘ – Informationen für Betroffene).

Bewahren kann man niemand vor solchen Ereignissen, aber einiges dafür tun, damit eine betroffene Person keine psychischen Folgen davonträgt. Aus der „Akuten Belastungs-

reaktion kann sich eine chronische ‚Belastungsstörung‘ entwickeln, die als „Posttraumatische Belastungsstörung“ (PTBS) bezeichnet wird. Sie wird diagnostiziert, wenn nach mehreren Wochen bis Monaten immer noch körperliche und seelische Befindlichkeitsstörungen vorhanden sind. Diese stellen eine erhebliche Beeinträchtigung der körperlichen und psychischen Gesundheit dar, verbunden mit einer Minderung der Leistungsfähigkeit, die im extremen Fall zur Berufsunfähigkeit führen kann.

Um eine bestmögliche Verarbeitung des Erlebten zu gewährleisten, hat die Unfallkasse Post und Telekom (UK PT) ein Betreuungskonzept entwickelt, welches eine zielgerichtete Versorgung für Personen anbietet, die ein traumatisches Ereignis erlebt haben. Die Umsetzung des Konzeptes erfolgt in Kooperation mit unseren Mitgliedsunternehmen und damit den Arbeitgebern potentiell betroffener Personen.

„Es ist völlig normal, wenn Körper und Psyche auf traumatische Erlebnisse reagieren.“

Das Maßnahmenbündel umfasst Information, kollegiale Ersthilfe und fachliche Betreuung durch einen Traumatherapeuten.

- **Informationen über traumatische Erlebnisse**
Informationen finden die Mitarbeiter in einer „Notfallmappe“, die für den Ernstfall zusammengestellt wurde. Sie erhalten Hinweise, welche körperlichen und psychischen Symptome während und nach einer Konfrontation mit einem belastenden Ereignis auftreten, und was man selbst tun kann, um das Erlebte bestmöglich zu verarbeiten. In der Mappe finden sich auch Verhaltenshinweise für eine Überfallsituation sowie zwei Vordrucke, mit denen Sie als Arbeitgeber das Vorkommnis der Unfallkasse anzeigen (gesetzliche Unfallanzeige) und der Betroffene oder der Notfallbetreuer im Bedarfsfall professionelle Hilfe anfordern können.

- **Kollegiale Ersthilfe (Psychosoziale Notfallbetreuung)**
Hat sich eine traumatisierende Begebenheit ereignet, ist es günstig, wenn möglichst sofort (am gleichen Tag) konkrete Hilfe angeboten wird. Dies geschieht durch einen Kollegen, der zum „Notfallbetreuer“ ausgebildet wurde.

Die kollegiale Ersthilfe umfasst alle notwendigen Schritte zur Stabilisierung des Betroffenen. Als Kollege kennt der Mitarbeiter zudem die Verhältnisse vor Ort und wird vom Betroffenen eher akzeptiert als ein betriebsfremder Betreuer.

Die UK PT bietet entsprechende Qualifizierungsmaßnahmen zur „psychosozialen Notfallbetreuung“ als Inhouse-Seminare an.

- **Professionelle Betreuung**
In vielen Fällen gelingt die Stabilisierung des Betroffenen durch den „Notfallbetreuer“.

Die körperlichen und psychischen Stress-Symptome klingen bei den meisten Personen nach einigen Tagen wieder ab. Sollte dies jedoch nicht so sein, ist professionelle Hilfe notwendig.

Für diesen Fall hat die UK PT eine Datenbank eingerichtet, mittels der bundesweit Traumatherapeuten benannt werden können, die dem Betroffenen bei der Verarbeitung der traumatischen Erfahrung behilflich sind. Verhindert werden soll durch die Aufarbeitung des Erlebten mit professioneller Hilfe, dass sich Symptome chronifizieren und eine „Posttraumatische Belastungsstörung“ entsteht.

In der Regel genügen einige wenige Gespräche, die möglichst ereignisnah geführt werden. Die Kosten dafür übernimmt die UK PT. Zusammen mit der Kostenübernahmeerklärung erhält der Betroffene Adressen von ärztlichen oder psychologischen Traumatherapeuten in Wohnortnähe.

Mit diesem „Rundpaket“ von Maßnahmen soll eine optimale Betreuung betroffener Personen gewährleistet werden. Das Geschehene kann man nicht unvergessen machen, aber dafür sorgen, dass es sich nicht bestimmend auf das weitere Leben eines traumatisierten Menschen auswirkt.

Der Gebrauch der männlichen Sprachform schließt auch weibliche Personen mit ein.

Information

Möchten Sie mehr über das Betreuungskonzept erfahren? Dann wenden Sie sich bitte an
Frau Dr. Wiessmann
Abteilung Prävention der UK PT

Telefon 06151 872790
E-Mail: wiessmann@ukpt.de

Unfallkasse Post und Telekom
Europaplatz 2, 72072 Tübingen

Unser **Service-Center** hilft Ihnen
schnell und kompetent weiter

Telefon: 07071 933-0
Montag bis Donnerstag
von 8:00-16:00 Uhr
Freitag von 8:00-14:30 Uhr

Fax: 07071 933-4399

E-Mail: info@ukpt.de

Internet: www.ukpt.de

**Eine Aktion der UK PT in Zusammenarbeit mit
ihren Mitgliedsunternehmen**

