

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	1
1 Beschreibung	4
1.1 Definition und Klassifikation von traumatischen Ereignissen	4
1.2 Traumatische Lebensereignisse in der Lebensspanne	6
1.3 Kurzfristige Reaktionen	6
1.4 Häufige psychische Störungen im weiteren Verlauf	7
1.5 Risiko- und Schutzfaktoren	16
1.6 Langfristiger Verlauf	19
1.7 Spezifische Bevölkerungsgruppen	20
1.7.1 Kinder- und Jugendliche	20
1.7.2 Menschen mit geistiger Behinderung	21
1.7.3 Menschen mit psychischen Störungen	22
1.7.4 Menschen mit Migrationshintergrund	23
2 Störungstheorien und -modelle	25
2.1 Psychophysiologische Annahmen	26
2.1.1 Furchtkonditionierung	26
2.1.2 Sensibilisierung des hormonellen Stress-Systems	26
2.2 Kognitive Theorien	27
2.3 Theorie der Ressourcenerhaltung	28
3 Diagnostik	29
3.1 Zweistufiges diagnostisches Vorgehen	29
3.2 Screening-Instrumente	31
4 Versorgungskonzepte	33
4.1 Psychosoziale Notfallversorgung in Deutschland	33
4.2 Mehr-Ebenen-Modell zur Prävention von Traumafolgestörungen	36
4.2.1 Universelle Prävention	36
4.2.2 Selektive Prävention	37
4.2.3 Indizierte Prävention	38
4.2.4 Sekundäre Prävention	39

5	Intervention	40
5.1	Frühinterventionen in der Kritik	40
5.1.1	Wie schadet die Aufklärung über mögliche Beschwerden den Betroffenen?	40
5.1.2	Was lernen wir von der „Debriefing-Debatte“?	41
5.2	Psychologische Erste Hilfe	44
5.2.1	Kontakt angemessen herstellen	45
5.2.2	Kurzfristig für Sicherheit und Wohl sorgen	48
5.2.2.1	Körperliche Sicherheit umgehend gewährleisten.	48
5.2.2.2	Informationen über Hilfsmaßnahmen geben	49
5.2.2.3	Körperliches Wohl beachten	50
5.2.2.4	Sozialen Kontakt fördern	50
5.2.2.5	Um Kinder kümmern, die von ihren Eltern und Bezugs- personen getrennt sind	51
5.2.2.6	Vor traumaassoziierten Stimuli schützen.	53
5.2.2.7	Angehörigen und Freunden von Vermissten helfen	54
5.2.2.8	Mit akuter Trauer umgehen	55
5.2.2.9	Mit religiösen Themen umgehen	58
5.2.2.10	Informationen zur Aufbewahrung des Leichnams und zur Beerdigung geben	59
5.2.2.11	Unterstützen bei der Überbringung eines Todesfalls.	60
5.2.2.12	Angehörige unterstützen, die einen Verstorbenen identifizieren müssen	62
5.2.3	Stabilisieren, wenn notwendig	63
5.2.4	Momentane Bedürfnisse und Sorgen kennenlernen	66
5.2.5	Praktische Hilfe anbieten	69
5.2.6	Soziale Unterstützung aufbauen.	70
5.2.7	Informationen zur Bewältigung der Ereignisse geben.	73
5.2.7.1	Aktive Bewältigungsstrategien fördern	73
5.2.7.2	Den Umgang mit Alkohol und anderen Substanzen thematisieren	75
5.2.7.3	Entspannung im Alltag fördern	75
5.2.7.4	Familien unterstützen, in den Alltag zurückzukehren	76
5.2.8	Kontakt zu gemeinnützigen Angeboten und psycho- sozialer Versorgung herstellen.	77
6	Qualitätsstandards und Wirksamkeit	79
7	Weiterführende Literatur	81
8	Literatur	81

9	Anhang	89
	Kooperationspartner und weitere Hilfsangebote	89
	Einsatzprotokoll	94
	Fragebogen zur posttraumatischen Anpassung	97
	Trauma-Screening-Fragebogen (TSF)	98
	PHQ-2 – Gesundheitsfragebogen für Patienten (Kurzform mit 2 Items)	99
	Hinweise zur Auswertung der Fragebögen.	100

Karten:

Checkliste für hilfreiche Materialien

Kernelemente der Psychologischen Ersten Hilfe