

## Abstract zur Diplomarbeit

### Peer Support System

Elena Fuchs, RS 23 – 26A, Eingereicht zur Diplomerreichung als Rettungssanitäterin HF an der Höheren Fachschule medi | Zentrum für medizinische Bildung | Rettungssanität

Praktikumsbetrieb: Rettungsdienst Inselgruppe Standort Aarberg

#### Einleitung

Als Rettungsdienstmitarbeitende (RDM) ist man häufig mit schwierigen und emotional belastenden Ereignissen konfrontiert. Studien zeigen eindeutig, dass RDM im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung ein signifikant höheres Risiko haben, an einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) zu erkranken. Wie die psychologische Nothilfe nach belastenden Ereignissen in den Rettungsdiensten organisiert ist, variiert stark. Ein spezifisches Konzept, namentlich das Peer Support System, kommt zunehmend zum Einsatz und verspricht vielseitige positive Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von RDM.

#### Ziele und Fragestellung

Ziel dieser Arbeit ist es, die Inhalte und die Bedeutung des Peer Support Systems aufzuzeigen und dessen Einfluss auf die psychische Gesundheit von RDM zu beleuchten. Insbesondere soll geklärt werden, inwiefern ein solches System zur Prävention oder Reduktion psychischer Belastungsstörungen beitragen kann. Dazu wird auch die Wirksamkeit eines psychologischen Debriefings untersucht.

#### Methodik / Material

Über Google Scholar, PubMed und Swisssortiment wurde mit Stichworten wie «PTBS im Rettungsdienst», «Peer Support in Präklinik» und «psychosoziale Einsatznachsorge Rettungskräfte», passende Literatur zum Thema gesucht. Ergänzend wurde ein Fachinterview mit einem Experten im Bereich Peer Support durchgeführt.

#### Ergebnisse, Auseinandersetzung mit der Theorie

Der Peer Support ist Teil der psychologischen Nothilfe und beschreibt ein kollegiales und zugleich professionelles Unterstützungssystem zur Bewältigung von belastenden oder traumatisierenden Ereignissen. Das Ziel besteht darin, die Resilienz der RDM zu fördern und wirksame Bewältigungsstrategien zu ermitteln. Das psychologische Debriefing stellt eine mögliche Form der strukturierten Gesprächsführung dar und muss immer als Teil eines umfassenden Ansatzes zur emotionalen Unterstützung betrachtet werden.

#### Diskussion & Schlussfolgerungen

Eine professionalisierte und organisierte Einsatznachsorge kann sich positiv auf die psychische Gesundheit von RDM auswirken. Dazu gehören neben der Einsatznachsorge, z.B. einem Debriefing, auch präventive Massnahmen, um RDM bereits vor potenziell belastenden Ereignissen kognitiv darauf vorzubereiten. Dies hat nicht nur einen positiven Einfluss auf die Arbeitszufriedenheit und die psychische Gesundheit der RDM, sondern wirkt sich auch positiv auf die Arbeitsqualität und die Fluktuation der RDM aus.