

Grundlage	Angebot der Beratungs- und Koordinierungsstelle „Psychosoziale Notfallversorgung“
Zielgruppe	Erfahrene Einsatzkräfte aller Fachdienste, die am Standort über die Wirkungen von Stress und Möglichkeiten der Stressbewältigung informieren
Voraussetzungen	<ul style="list-style-type: none">• Einsatzerfahrung• Mindestens 21 Jahre alt
Inhaltsbeschreibung	Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass der primären Prävention bei der Bewältigung psychisch belastender Einsätze große Bedeutung zukommt. Die Vorbereitung aller Einsatzkräfte auf psychisch belastende Einsätze ist nur möglich, wenn am Standort über die Wirkung von Stress und über Möglichkeiten der Stressbewältigung vor und im Einsatz informiert wird. Ziel des Lehrgangs ist es, die Teilnehmer in die Lage zu versetzen, als Mediatoren ihre Kameradinnen und Kameraden über die Wirkungen von Stress zu informieren und Möglichkeiten der Stressbewältigung zu vermitteln. Die Teilnehmer erhalten nach Abschluss des Seminars die entsprechenden Lehrunterlagen und einen Foliensatz zur Durchführung der Ausbildung am Standort.
Themen	<ul style="list-style-type: none">• Biologisches Stressmodell• Psychologisches Stressmodell• Stressbelastungen bei Einsatzkräften• Stress in extremen Situationen• Mögliche Folgen belastender Einsätze• Möglichkeiten der Prävention• Praktische Übungen
Dauer	12 Unterrichtsstunden freitags und samstags
Anzahl Teilnehmende	15 Teilnehmende
Mitzuführende Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none">• Schreibzeug
Kleiderordnung	<ul style="list-style-type: none">• Zivile Kleidung
Abschluss	Teilnahmebescheinigung