

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b> .....	1
<b>1 Beschreibung</b> .....	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
<b>2 Störungstheorien und -modelle</b> .....	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
<b>3 Diagnostik</b> .....	29
3.1 Zweistufiges diagnostisches Vorgehen .....	29
3.2 Screening-Instrumente .....	31
<b>4 Versorgungskonzepte</b> .....	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

<b>5</b>	<b>Intervention</b> .....	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
<b>6</b>	<b>Qualitätsstandards und Wirksamkeit</b> .....	79
<b>7</b>	<b>Weiterführende Literatur</b> .....	81
<b>8</b>	<b>Literatur</b> .....	81

<b>9</b>	<b>Anhang</b> .....	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**