

JEFFREY T. MITCHELL, GEORGE S. EVERLY

# **Critical Incident Stress Management Handbuch Einsatznachsorge**

## **Psychosoziale Unterstützung nach der Mitchell-Methode**

Deutsche Ausgabe,  
3., aktualisierte Auflage

Herausgeber und Übersetzer: Joachim Müller-Lange  
Textbearbeitung: Ingeborg Schiwiek  
Fachliche Beratung: Oliver Gengenbach, Joachim Häcker  
Autoren der Originalausgabe: Jeffrey T. Mitchell, George S. Everly



---

Verlagsgesellschaft Stumpf + Kossendey mbH, Edewecht 2019

## *Anmerkungen des Verlags*

Die Herausgeber bzw. Autoren und der Verlag haben höchste Sorgfalt hinsichtlich der Angaben von Richtlinien und Empfehlungen aufgewendet. Für versehentliche falsche Angaben übernehmen sie keine Haftung. Da die gesetzlichen Bestimmungen und wissenschaftlich begründeten Empfehlungen einer ständigen Veränderung unterworfen sind, ist der Benutzer aufgefordert, die aktuell gültigen Richtlinien anhand der Literatur und der Fachinformationen zu überprüfen und sich entsprechend zu verhalten.

Die Angaben von Handelsnamen, Warenbezeichnungen etc. ohne die besondere Kennzeichnung ®/™/© bedeuten keinesfalls, dass diese im Sinne des Gesetzgebers als frei anzusehen wären und entsprechend benutzt werden könnten.

Der Text und/oder das Literaturverzeichnis enthalten Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat. Deshalb kann er für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seite verantwortlich.

Aus Gründen der Lesbarkeit ist in diesem Buch meist die männliche Sprachform gewählt worden. Alle personenbezogenen Aussagen gelten jedoch stets für Personen beliebigen Geschlechts gleichermaßen.

## *Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek*

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Entnahme von Abbildungen oder Textteilen, vorbehalten. Einspeicherung in elektronische Systeme, Funksendung, Vervielfältigung in jeder Form bedürfen der schriftlichen Zustimmung der Autoren und des Verlags. Auch Wiedergabe in Auszügen nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

© Copyright by Verlagsgesellschaft

Stumpf + Kossendey mbH, Edeweicht 2019

Umschlagfotos: Ulrich Atzbach (Michelstadt), Sebastian Drolshagen (Dortmund), Klaus von Frieling (Oldenburg), Peer G. Knacke (Eutin)

Druck: mediaprint solutions GmbH, 33100 Paderborn

ISBN 978-3-943174-96-0

# Inhalt

Vorwort zur amerikanischen 1. Auflage .....	11
Vorwort des Autors zur 1. deutschsprachigen Auflage .....	12
Vorwort zur 1. deutschsprachigen Auflage .....	13
Vorwort zur 3. deutschsprachigen Auflage .....	14
<b>1 Einführung in das Critical Incident Stress Management – Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen .....</b>	<b>17</b>
1.1 Einführung .....	18
1.2 Anstelle eines Glossars .....	19
1.3 Wer ist Betroffener? .....	29
1.4 Einführung in die CISM-Nachbesprechung .....	31
1.5 Katalytische Sequenzen ( <i>Catalytic Sequences</i> ) .....	31
1.6 Zusammenfassung .....	33
<b>2 Stress .....</b>	<b>35</b>
2.1 Einführung .....	36
2.2 Definition von Stress .....	36
2.3 Stressoren .....	38
2.4 Kognitive Interpretation .....	40
2.5 Emotionale Integration .....	40
2.6 Die Stressreaktion .....	41
2.7 Erregung eines Zielorgans und die Anzeichen .....	43
2.8 Theorien zu stressbedingten Krankheiten .....	43
2.9 Stressmanagement .....	44
2.10 Zusammenfassung .....	46
<b>3 Psychotraumatologie .....</b>	<b>49</b>
3.1 Einführung .....	50
3.2 Definition von Psychotraumatologie .....	51
3.3 PTBS-Hintergrund .....	51
3.4 Akute Belastungsstörung – Diagnostische Kriterien .....	55

3.5	Eine integrierte Theorie der posttraumatischen Belastungen.....	55
3.6	Zwei-Faktoren-Theorie des posttraumatischen Stresses.....	57
3.7	Ein Programm zur psychischen »Trauma-Immunsierung« .....	59
3.8	Zusammenfassung.....	62
<b>4</b>	<b>Geschichte und Hintergrund der CISM-Angebote.....</b>	<b>63</b>
4.1	Einführung.....	64
4.2	Wichtige Einflüsse für die Entstehung des Critical Incident Stress Managements.....	64
4.3	Der Einfluss von Kriegen .....	65
4.4	Die Auswirkungen von Großschadenslagen/Katastrophen.....	68
4.5	Critical Incident Stress Management – Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen in Polizei und Strafvollzug.....	71
4.6	Einflüsse durch Krankenhaus, Notfallmedizin und Feuerwehr .....	72
4.7	Zusammenfassung.....	74
<b>5</b>	<b><i>Critical Incident Stress Management</i> – Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen: Wirkmechanismen und Effektivität.....</b>	<b>75</b>
5.1	Einführung.....	76
5.2	Mögliche Wirkmechanismen .....	76
5.3	Warum CISM-Programme sinnvoll sind? .....	83
5.4	Ergebnis der Forschungen.....	83
5.5	Forschung zur Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen: Zusammenstellung der Hauptpunkte.....	96
5.6	Was man bei einer CISM-Nachbesprechung beachten muss.....	100
5.7	Anforderungen für Studien über die CISM-Nachbesprechung.....	102
5.8	Zusammenfassung.....	104
<b>6</b>	<b><i>On Scene Support Services</i> – Die CISM-Einsatzbegleitung .....</b>	<b>105</b>
6.1	Einführung.....	106
6.2	Einsatzort .....	106
6.3	Methoden.....	106
6.4	Ziele der Einsatzbegleitung .....	107
6.5	Was die CISM-Einsatzbegleitung leisten kann .....	107

6.6	Grundregeln .....	108
6.7	Richtlinien für eine effektive Einsatzbegleitung.....	109
6.8	Psychosoziale Fachleute und Geistliche am Einsatzort.....	110
6.9	Weitere Nachsorge .....	111
6.10	Zusammenfassung.....	111
<b>7</b>	<b><i>Large Group Rest, Information &amp; Transition Session (LGRITS) – Der CISM-Einsatzabschluss</i></b> .....	<b>113</b>
7.1	Einführung.....	114
7.2	Definition CISM-Einsatzabschluss .....	114
7.3	Anwendungsgebiete.....	114
7.4	Durchführung .....	119
7.5	Der CISM-Einsatzabschluss im militärischen Bereich.....	121
7.6	Gegenanzeigen.....	121
7.7	Weitere Nachsorge .....	122
7.8	Zusammenfassung.....	123
<b>8</b>	<b><i>Crisis Management Briefing – Die CISM-Informationsveranstaltung.....</i></b>	<b>125</b>
8.1	Einführung.....	126
8.2	Die vier Phasen der CISM-Informationsveranstaltung.....	126
8.3	Das CISM-Informationsveranstaltungs-Team.....	128
8.4	Zusammenfassung.....	128
<b>9</b>	<b><i>Immediate Small Group Support – Die CISM-Kurzbesprechung</i></b> .....	<b>129</b>
9.1	Einführung.....	130
9.2	Definition CISM-Kurzbesprechung.....	130
9.3	Ziele der CISM-Kurzbesprechung.....	131
9.4	Sonderfall Katastrophe.....	134
9.5	Rahmenbedingungen für die CISM-Kurzbesprechung.....	134
9.6	Die Phasen der CISM-Kurzbesprechung.....	135
9.7	Kontraindikationen für eine CISM-Kurzbesprechung.....	137
9.8	Folgeangebote .....	138
9.9	Zusammenfassung.....	138

<b>10</b>	<b><i>Powerful Event Group Support – Die CISM-Nachbesprechung</i></b> .....	<b>139</b>
10.1	Einführung.....	140
10.2	Belastende Ereignisse .....	140
10.3	Definition der CISM-Nachbesprechung .....	141
10.4	Ziele der CISM-Nachbesprechung.....	142
10.5	Organisation der CISM-Nachbesprechung.....	143
10.6	Vorbereitungen für eine CISM-Nachbesprechung .....	147
10.7	Die Rollen im Team.....	156
<b>11</b>	<b>Leitung und Durchführung der CISM-Nachbesprechung</b> .....	<b>161</b>
11.1	Die Leitung des Gruppenprozesses .....	162
11.2	Die sieben Phasen der CISM-Nachbesprechung.....	162
11.3	Weitere Nachsorge .....	171
11.4	Abschließende Teamsitzung .....	172
11.5	Tätigkeitsbericht.....	172
11.6	Zusammenfassung.....	173
<b>12</b>	<b>Störfaktoren im CISM-Prozess – Häufige Probleme in der Anwendung von CISM-Kurzbesprechung und CISM-Nachbesprechung</b> .....	<b>175</b>
12.1	Einführung.....	176
12.2	Übermäßig starre Anwendung von CISM-Maßnahmen.....	176
12.3	Übereifrige Anwendung der Interventionen .....	176
12.4	Die psychologische Struktur der CISM-Nachbesprechung wird nicht genutzt....	178
12.5	Gegenübertragung durch das CISM-Team .....	179
12.6	Missachtung der Grundprinzipien.....	179
12.7	Zusammenfassung.....	180
<b>13</b>	<b>Critical Incident Stress Management für Fortgeschrittene</b> .....	<b>181</b>
13.1	Einführung.....	182
13.2	Der richtige Zeitpunkt für CISM-Angebote .....	182
13.3	Die Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen als Schutzwall .....	184
13.4	Komplizierte Interventionen .....	185
13.5	Katastrophen oder Großschadensereignisse.....	192

13.6	Die symbolische CISM-Nachbesprechung .....	197
13.7	Zusammenfassung .....	199
<b>14</b>	<b>CISM-Nachbesprechung bei Großschadensereignissen und für die Zivilbevölkerung .....</b>	<b>201</b>
14.1	Einführung .....	202
14.2	Entwicklung .....	202
14.3	Die CISM-Nachbesprechung bei Großschadensereignissen .....	202
14.4	Durchführung einer CISM-Nachbesprechung nach Großschadenslagen .....	203
14.5	Kommunale CISM-Teams .....	205
14.6	Zusammenfassung .....	206
<b>15</b>	<b>Pastorale Krisenintervention .....</b>	<b>207</b>
15.1	Einführung .....	208
15.2	Definition der Pastoralen Krisenintervention .....	208
15.3	Pastorale Krisenintervention im Gesundheitswesen .....	209
15.4	Zusammenfassung .....	211
	<b>Anhang .....</b>	<b>213</b>
A.	Arbeitsgrundlage und Struktur eines CISM-Teams für Einsatzkräfte aus Feuerwehr, Rettungsdienst und Polizei .....	214
1.	Einführung .....	214
2.	Übersicht .....	214
3.	Teamstruktur .....	216
4.	Auswahl der Teammitglieder .....	224
5.	Critical Incident Stress Management – ein Mehrkomponenten-Programm .....	224
B.	Aufbau und Unterhaltung eines CISM-Teams für Einsatzkräfte .....	226
1.	Einführung .....	226
2.	Erste Schritte .....	226
3.	Ausbildung des Teams .....	229
4.	Die verschiedenen Komponenten eines CISM-Programms .....	231
5.	Juristisches .....	234
6.	Qualitätssicherung im CISM-Team .....	236

7. Finanzierung.....	244
8. Katastrophenschutzübungen .....	246
9. Evaluation des Teams .....	247
10. Aufhebung und Aussetzung der Mitgliedschaft.....	249
C. Ausbildung im deutschsprachigen Bereich .....	251
1. Geschichte des CISM in Deutschland.....	251
2. CISM-Ausbildung im deutschsprachigen Bereich.....	252
3. Konzeption der CISM-Ausbildung.....	253
4. Kursinhalte der CISM-Kurse.....	254
5. Aktuelle CISM-Weiterbildung.....	258
D. Die Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen als integraler Bestandteil der Psychosozialen Unterstützung (PSU) von Einsatzkräften und Betroffenen im Rahmen der Psychosozialen Notfallversorgung (PSNV) in Deutschland.....	260
1. Einführung .....	260
2. Entwicklung der Psychosozialen Unterstützung (PSU) in Deutschland.....	261
3. Stand der Psychosozialen Unterstützung heute.....	264
4. Wo steht das Critical Incident Stress Management in Deutschland heute?...	266
5. Weiterentwicklung – Was muss noch passieren?.....	266
E. Empfehlungen für Einsatzkräfte .....	270
F. Adressen .....	273
G. Bibliografie.....	275