

# Anerkennung für Psychologische Nothilfe



Felix Helbling

Die Kantonspolizei St. Gallen ist für das Projekt «Psychologische Nothilfe» ausgezeichnet worden: An der fünften Preisausschreibung für Gesundheitsförderung und Prävention der Internationalen Bodenseekonferenz (IBK) erhielt das Projekt den zweiten Preis mit der Jury-Begründung, wonach die auf innovative Eigeninitiative einiger Mitarbeiter der Kantonspolizei St. Gallen entwickelte psychologische Nothilfe durch ihren niederschweligen Ansatz überzeugt. Die NLP-Akademie Schweiz war am Projekt beteiligt.

160 eingereichte Projekte aus Deutschland, Österreich, dem Fürstentum Lichtenstein und der Schweiz zeugen für das grosse Interesse an diesem Preisausschreiben. Das Projekt «Psychologische Nothilfe bei der Kantonspolizei St. Gallen» erfährt somit eine internationale Anerkennung.

Das St. Galler Projekt wurde vor etwas mehr als zweieinhalb Jahren in Angriff genommen. Heute leisten gut zwei Dutzend Mitarbeitende der

Kantonspolizei Einsätze als sogenannte Peers. Sie unterstützen ihre Kolleginnen und Kollegen nach schwierigen Einsätzen oder in schwierigen Situationen, um deren psychisches und soziales Wohlbefinden zu erhalten.

Die Peers wurden durch das Bundesamt für Bevölkerungsschutz (BABS) und die NLP-Akademie Schweiz ausgebildet.

Bemerkenswert ist die im Konzept vorgesehene Auswahl der Peers: Die Funktion wurde den Mitarbeitenden vorgestellt und Interessierte konnten sich melden. In Gesprächen und einem Assessment wurde eine erste Selektion durchgeführt, anschliessend wählten die Mitglieder des Polizeikorps ihre Peers in einer geheimen Wahl. So wurden die Peers direkt und ausschliesslich von den Mitarbeitenden bestimmt, weshalb diese kameradschaftliche Unterstützung das Vertrauen der Kolleginnen und Kollegen geniesst und hohe Akzeptanz und Ansehen erfährt.

Mitarbeitende von Blaulicht-Organisationen, die einem belastenden Ereignis ausgesetzt waren, können eventuell die seelischen Folgen dieser Eindrücke nicht selbständig verarbeiten. Langfristig kann sich ein solches Erlebnis negativ auf die Zufriedenheit, Gesundheit, Arbeitsfähigkeit, aber auch auf das Privatleben auswirken. Es geht also darum, den Mitarbeitenden eine abgestufte psychologische Nothilfe zur Verarbeitung von belastenden Erlebnissen anzubieten und dabei primär Kolleginnen und Kollegen mit erweiterten psychologischen Kenntnissen (sog. Peers) einzusetzen. Diesen wird zur Lösung von fachlichen Fragestellungen der Kontakt zu einer externen Fachberatung sichergestellt und in besonderen Fällen oder auf Wunsch wird ein Seelsorger beigezogen. In schwerwiegenderen Fällen wird eine Beratung bei externen Fachleuten empfohlen.

«Die Betreuung durch einen Therapeuten wird aus Scham vor der eigenen Situation abgelehnt. Demnach sind Vertrauenspersonen gefragt, welche die beruflichen Belastungen aus eigener Erfahrung kennen. Hier setzt die Arbeit der Peers ein.»



**Interview mit Felix P. Helbling, Chef Stabsdienste der Kantonspolizei St. Gallen und Projektverantwortlicher**

**Warum haben Sie das Projekt ins Leben gerufen?**

Felix P. Helbling: Polizistinnen und Polizisten sind häufig belastenden Situationen ausgesetzt. Darüber mit Angehörigen zu sprechen ist oft aus Gründen des Amtsgeheimnisses erschwert oder gar nicht möglich. Die Betreuung durch einen Therapeuten wird aus Scham vor der eigenen Situation abgelehnt. Demnach sind Vertrauenspersonen gefragt, welche die beruflichen Belastungen aus eigener Erfahrung kennen. Hier setzt die geschätzte Arbeit der Peers ein.

**Welche Ziele erreichen Sie mit dem Projekt?**

Felix P. Helbling: Die Unterstützung von Arbeitskolleginnen und -kollegen bei beruflichen und/oder privaten psychischen Belastungen, die Betreuung von Arbeitskolleginnen und -kollegen in schwerwiegenden Krisensituationen im Zusammenhang mit der Dienstausbübung, die Betreuung von deren Angehörigen, die Unterstützung von Einsatzleitern bei Einsatzbesprechungen, die Sichtung des Einsatzjournals während des Piktettdienstes und die proaktive Kontaktaufnahme mit Einsatzleitern, Vorgesetzten und/oder möglichen Betroffenen.

**Wie arbeiten die Peers und wie sind sie ausgebildet?**

Felix P. Helbling: Peers sind Mitarbeitende der Polizei, die in psychologischer Nothilfe, Umgang mit Traumata sowie Wahrnehmung und Kommunikation weitergebildet werden. Die Peers gewährleisten eine kameradschaftliche, niederschwellige und sofortige Hilfe. Die Krisenintervention der Peers setzt situativ während oder nach einem belastenden Ereignis ein. Ziel ist es, mit Hilfe der Peers und bei Bedarf externen Fachpersonen das seelische und körperliche Wohlbefinden betroffener Mitarbeitender wieder herzustellen.

**Wie finanziert die KP St. Gallen dieses Projekt?**

Felix P. Helbling: Die Finanzierung erfolgt vollumfänglich durch die Kantonspolizei St. Gallen. Es existiert keine Trägerschaft.

**Wie vielen Mitarbeitenden konnten die Peers bereits helfen?**

Felix P. Helbling Die Auswertung des ersten Jahres der Umsetzung ergab knapp 160 Peerseinsätze (bei einem Personalkörper von rund 780 Mitarbeitenden). Dabei wurden von einfachen Gesprächen bis zur qualifizierten Begleitung alle Stufen der Betreuung in Anspruch genommen. Aufgrund der immer anspruchsvolleren und oft auch belastenden Tätigkeit unserer Mitarbeitenden sowie der sich verändernden Gesellschaft mit zunehmender Gewaltbereitschaft dürften die Fälle in den nächsten Jahren eher zunehmen.

**Kontakt und weitere Informationen:**

Christina Frei, Kapo St. Gallen, christina.frei@kapo.sg.ch und Michael Wick, michael.wick@kapo.sg.ch, beide Ausbildner mit eidg. FA, NLP-Trainer und NLP-Coaches.

**intouch**  
seminare trainings beratungen

**Seminare und Trainings in  
Persönlichkeitsbildung**

**Coaching und Supervision bso  
Psychotherapie (eidgen. anerkannt)  
in Winterthur**

intouch  
ansula f. & matthias keller  
wartstr. 3 8400 winterthur  
t.: 052 233 41 71 [www.live-intouch.com](http://www.live-intouch.com)

