

Der „Groupe de support psychologique“ des Zivilschutzes

„Wir lassen Sie nicht allein!“

Ehrenamtliche stehen Angehörigen von plötzlich Verstorbenen in den schwersten Stunden ihres Lebens bei

VON DIANE LECORSAIS

Wenn ein Mensch völlig unerwartet stirbt – etwa infolge eines Unfalls, eines Gewaltverbrechens, auf natürliche Weise oder durch Suizid – ist für ihre Angehörigen nichts mehr, wie es war. Die freiwilligen Helfer des „Groupe de support psychologique“ stehen Menschen bei, unmittelbar nachdem diese vom Tod einer geliebten Person erfahren haben, und helfen ihnen, diese extreme Notsituation durchzustehen.

Isabelle Decker und Francine Lang sind da, wenn Menschen durch die schlimmsten Stunden ihres Lebens gehen. Sie sind da, wenn die Polizei eine Familie über den unerwarteten Tod eines geliebten Menschen informiert. Sie sind da, wenn die Rettungskräfte nichts anderes mehr tun können, als den Tod einer Person festzustellen. Sie sind da, wenn für Eltern, Partner, Kinder, Geschwister und Freunde eine ganze Welt zusammenbricht.

Von Verkehrsunfällen bis Suizid

Die Ehrenamtlichen des „Groupe de support psychologique“ (GSP) des Zivilschutzes kümmern sich um die Akutbetreuung von traumatisierten Menschen. Dazu zählen vor allem die Betreuung von Angehörigen nach einem tödlichen Verkehrs- oder Hausunfall, nach plötzlichem Säuglingstod, Gewaltverbrechen, natürlichen Todesfällen oder Suizid. Der GSP bietet aber auch Unterstützung bei anderen, schwerwiegenden Vorfällen, die zu einem Schockzustand führen, etwa bei einer Vergewaltigung oder einem Feuer.

Wie beim Zivilschutz sind alle 65 Freiwilligen des GSP mit einem Piepser ausgestattet. Im Notfall werden sie von der Notrufzentrale 112 kontaktiert und mit ersten Informationen über den bevorstehenden Einsatz informiert. Wichtig ist, dass die Mitglieder des GSP nie selbst eine Todesnachricht übermitteln – das ist Aufgabe der Polizei. „Wir sind da, um die Menschen wieder aus dem Schockzustand herauszubekommen, um sie wieder handlungsfähig zu machen“, erklärt Isabelle Decker. „Aus diesem Grund ist es ganz wichtig, dass wir nicht bereits negativ behaftet sind.“

Vertrauensverhältnis aufbauen

Doch was sagt man zu einer Person, die gerade völlig unerwartet einen geliebten Menschen verloren hat? Zunächst stellen sich die Helfer des GSP vor und versuchen, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen. Sie bitten die andere Person, zu erzählen. „Nach und nach erfährt man auf diese Weise Details, die man benötigt, um die Situation zu überblicken. Dem Betroffenen hilft das Erzählen dabei, wieder zu sich zu kommen“, erklärt Francine Lang.

Die freiwilligen Helfer geben der betroffenen Person zudem zu verstehen, dass sie Zeit haben, dass sie da sind und auch da bleiben. „Dann fragen wir, ob die Person mit jemandem telefonieren möchte, ob jemand benachrichtigt wer-



Ein Einsatz aus tiefstem Herzen: „Alles, was wir im Einsatz geben, kommt von uns selbst“, sagen Francine Lang (links) und Isabelle Decker. Die Ehrenamtlichen müssen jedoch aufpassen, dass sie sich nicht mit der jeweiligen Notsituation identifizieren: „Wir fühlen mit, aber wir dürfen nicht mitleiden. Sonst kann man diese Arbeit nicht machen.“

(FOTO: LEX KLERNEN)

den soll, wen der Betroffene in diesem Moment gerne an seiner Seite haben würde.“ Auf diese Weise baut der GSP ein soziales Netz auf, um die betroffene Person oder Familie in dieser extremen Notlage zu unterstützen.

„Wir sind da, um die Menschen wieder aus dem Schockzustand herauszubekommen.“

Francine Lang und Isabelle Decker

In einem ersten Schritt gilt es demnach, den Menschen aus dem Schockzustand herauszubekommen. „Ein Mensch, der unter Schock steht, verliert seine kognitiven Fähigkeiten. Er ist verloren, steht komplett neben sich“, erklären die beiden Ehrenamtlichen. Erst in einem nächsten Schritt kann geklärt werden, wie es nun weiter gehen soll. Dazu ge-

hören auch organisatorische und administrative Fragen – etwa, ob eine Einäscherung oder eine normale Beerdigung gewünscht wird. „Das kann man natürlich nicht sofort klären. Zuerst muss man der Person Zeit geben, die Nachricht sacken zu lassen, zu realisieren. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass man Dinge mehrmals wiederholt – und wiederholen lässt“, erklärt Francine Lang. „Wir bekräftigen, dass wir so lange Zeit haben, wie die Person benötigt. Wir lassen keine Hektik aufkommen und versichern der Person, dass wir sie nicht allein lassen, dass wir für sie da sind.“ Im Schnitt verbleibt der GSP bei einem Einsatz denn auch jeweils drei bis vier Stunden vor Ort.

Von Erstarren bis Verleugnen

Auf eine plötzliche Todesnachricht reagieren Menschen sehr unterschiedlich. „Das reicht von Erstarren über nichts mehr sagen können bis hin zum Verleugnen, zu Aggressivität oder extremer Wut“, erklärt Isabelle Decker. Was ebenfalls vorkomme, sei, dass Menschen zusammenbrechen, in

Ohnmacht fallen. „Aus diesem Grund ist es unerlässlich, dass jeder von uns als Basis einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert hat.“

Sehr wichtig beim Verlust eines geliebten Menschen ist der Moment des Abschiednehmens. Der GSP begleitet die Familien auf Wunsch ins Leichenschauhaus, wo sie die verstorbene Person ein letztes Mal sehen können. Hatte der Verstorbene einen Unfall und der Körper ist schwer entstellt, so begeben sich die Ehrenamtlichen des GSP zuerst zum Leichnam und überlegen gemeinsam mit dem Bestatter, ob man ihn etwas zudecken, vielleicht auch nur eine Hand offenlegen sollte. Der GSP arbeitet demnach nicht nur eng mit der Polizei zusammen, sondern auch mit den Bestattungsunternehmen.

Nun ist es den Familien aber manchmal nicht sofort möglich, sich von der verstorbene Person zu verabschieden. „Wenn die Staatsanwaltschaft eine Autopsie beantragt, wird der Körper des Verstorbenen beschlagnahmt. Es ist schwierig, den Angehörigen beizubringen, dass sie sich erst nach Abschluss der Autopsie ver-

abschieden können“, erklären Isabelle Decker und Francine Lang. Dies kann ein paar Tage dauern. Ist der Moment des Abschieds dann aber gekommen, steht der GSP der Familie – wenn sie dies möchte – erneut zur Seite.

Mitfühlen, aber nicht mitleiden

Erst, wenn alle Fragen der Angehörigen geklärt sind, beendet der „Groupe de support psychologique“ seinen Einsatz. „Für uns ist es wichtig zu wissen, dass wir in der Notsituation alles getan haben, was möglich ist, sagt Isabelle Decker. Am Ende seines Einsatzes verweist der GSP die Familien daher auch an Fachleute und andere Vereinigungen weiter.

Isabelle Decker und Francine Lang sind sich einig, dass sie bei ihren Einsätzen nicht nur geben, sondern auch viel von den Begegnungen mit den Familien mitnehmen. „Es ist enorm wenn man bedenkt, in welcher kurzen Zeit wir ein solch intensives Verhältnis zu den Menschen aufbauen. Wenn sie uns dann am Ende umarmen und sagen, wie froh sie sind, dass wir da waren, ist das für uns der schönste Dank, den man sich vorstellen kann.“

Dennoch darf man nicht unterschätzen, wie belastend, schmerzvoll die Situationen sind, die die Mitglieder des GSP bei ihren Einsätzen miterleben. Wie schafft man es, damit umzugehen, zu verarbeiten? „Wir haben sehr viel Empathie mit den Menschen, die wir betreuen. Alles, was wir im Einsatz geben, kommt von uns selbst. Aber, wir dürfen nicht mitleiden. Wir fühlen mit, aber wir leiden nicht mit. Man darf sich nicht mit der Situation identifizieren. Sonst kann man diese Arbeit nicht machen“, sagen Isabelle Decker und Francine Lang. „Was aber nicht heißt, dass wir nach dem Einsatz nicht mehr an die einzelnen Menschen denken.“

Der „Groupe de support psychologique“ auf einen Blick

Der „Groupe de support psychologique“ (GSP) setzt sich ausschließlich aus **freiwilligen Helfern** zusammen. Insgesamt sind **65 Ehrenamtliche** beim GSP tätig. Sie sind immer zu zweit im Einsatz. Voraussetzung sind ein Mindestalter von 21 Jahren und psychische Stabilität. Wie im Rettungswesen dürfen die Helfer maximal 65 Jahre alt sein – was der GSP aber bedauert, gehen dadurch doch immer wieder erfahrene Helfer verloren. Jeder Anwärter muss als Basis über **eine Erste-Hilfe-Ausbildung** verfügen und anschließend **eine zweijährige Ausbildung** (120 Stunden) absolvieren. Die Freiwilligen entstammen sämtlichen sozialen Schichten und arbeiten abseits des Freiwilligendienstes

in den verschiedensten Berufen – etwa als Lehrer, Verkäufer, Ingenieur, Krankenpfleger. Mit ihren Arbeitgebern müssen sie sich jeweils arrangieren.

Anders als die anderen Rettungskräfte erhalten die Freiwilligen des GSP **keinerlei finanzielle Entschädigung** – lediglich das Kilometergeld wird ihnen erstattet. Vom Staat erhält der GSP jedes Jahr einen finanziellen Zuschuss, der komplett in die Ausbildung der freiwilligen Helfer fließt. Private Spenden nimmt der GSP dankend an.

Zu den Missionen des GSP zählen in erster Linie **die Betreuung von Direktbetroffenen sowie von Familienangehörigen nach plötzlichen Todesfällen** (Unfälle, Suizid, plötzlicher

Kindstod, ...). Ferner kümmert sich der GSP um indirekt Betroffene, etwa Unfallzeugen, und bietet **Betreuungen für Firmen, Vereinigungen und Schulklassen** an. Schließlich steht der GSP auch den Einsatzkräften nach besonders schweren Einsätzen zur Seite.

2015 wurde der GSP insgesamt **272 Mal** angefordert. 62 Mal war er bei der Überbringung einer Todesnachricht durch die Polizei anwesend. 56 Mal intervenierte der GSP in 2015 nach einem Suizid, sechs Mal bei einem Selbsttötungsversuch, vier Mal wegen Drogentoten und sieben Mal nach einem plötzlichen Kindstod.

■ www.suppsy.lu