

Zusatzmaterial zum Beitrag „Multiplikatorenkonzepte zu Stress- und Emotionsregulation im Rettungsdienst – ein Scoping Review“ von Hummel M., Steudtner M., Gebauer E. und Buruck G. (2024) in *Notfall+Rettenungsmedizin*.

Beitrag und Zusatzmaterial stehen Ihnen auf www.springermedizin.de zur Verfügung. Bitte geben Sie dort den Beitragstitel in die Suche ein.

Zusammenfassung der Kerninhalte

Autoren/Jahr/Titel	Studienort und -typ	Population	Studienziel	Beschreibung Intervention	Erfüllung des Kriteriums Multiplikatorenkonzept	Psychosoziale Widerstandsressourcen	Ergebnisse
Tan et al. (2023); Web-Based Mind-Body Tactical Resilience Training Program for First Responders: Pre-Post Study Assessing Feasibility, Acceptability, and Usability [1]	USA, Interventionsstudie ohne Kontrollgruppe	Ersthelfer im aktiven Dienst, insb. Feuerwehrleute, Polizisten, Sanitäter und Disponenten: n = 42 Strafverfolgungsbehörden 17 (40 %) Feuerwehrmann oder Rettungssanitäter 17 (40 %) Rettungssanitäter oder Notfallsanitäter 13 (31 %)	Das primäre Ziel dieser Studie war es, die Durchführbarkeit, Akzeptanz und Nutzbarkeit eines webbasierten taktischen Resilienz-Trainingsprogramms für Ersthelfer zu ermitteln, das kulturell informiert und berufsspezifisch ist. Darüber hinaus untersuchte die Studie in Bezug auf die Verringerung von PTBS-Symptomen und psychischer Belastung, die Veränderung von Einstellungen zu Stress, Emotionsregulation und wahrgenommener psychologischer Bereitschaft und die Verbesserung der Arbeitsproduktivität.	6-wöchiges webbasierte Resilienz-Intervention, trainiert basiert auf Grundsätzen von Hartha-Yoga mit sechs Modulen, jeder Abschnitt musste nacheinander absolviert werden und enthielt eine Reihe von Kurzvorträgen und Technik-Videos (jeweils zwischen fünf und zehn Minuten) kurzen Artikeln und Quizfragen sowie angeleiteten Video- und Audioaufzeichnungen oder Audioaufnahmen von Yoga- und Achtsamkeitstechniken von fünf bis 30 Minuten. Jedes Modul dauerte etwa 1 bis 1,5 Stunden zu absolvieren. Hausaufgabenvideos	Stufe 1: - Online (Schneeballprinzip) für Umfrage - Einschlusskriterien Stufe 2: - Webbasiert - Sechs Module mit individuellen Lehrformen Stufe 3: - Diskussion, Gruppenkurse - Automatische Erinnerungen Stufe 4: - Statistikdaten., primäres und sekundäres Outcome - Anpassungen notwendig, aber nicht berichtet	- Emotionsregulation - Einstellung zum Stress	Verbesserung der Einstellung zu Stress mit einer mittleren Differenz, alle anderen Outcomes nicht signifikant
Stelnicki et al. (2021); Evaluation of Before Operational Stress: A Program to Support Mental Health and Proactive Psychological Protection in Public Safety Personnel [2]	Kanada, Interventionsstudie, verblindet mit sechs Messzeitpunkten	Beschäftigte öffentlicher Sicherheit: Gesamt n = 136; überwiegend Feuerwehrleute 33,8 % (46); 15,8 % (3); Rettungssanitäter 18,4 % (25), 21,1 % (4) sowie Polizei	Bewertung arbeitsbezogener Stress mit einem Programm (Before Operational Stress – BOS) zur Unterstützung der psychischen Gesundheit Individuelle und gruppenspezifische Veränderungen bei verschiedenen psychischen Gesundheitssymptomen, die häufig von PSP berichtet werden sowie Veränderungen bei der Emotionsregulation, von der Basislinie (Zeitpunkt 1) bis zehn Monate	16-stündiges Programm verteilt über ein Jahr, das in acht wöchentliche Module unterteilt ist und in einer Gruppe von bis zu zwölf Teilnehmenden durchgeführt wird (zehn Teilnehmende werden derzeit als optimal angesehen). Jede zweistündige Sitzung ist ausgewogen zwischen der Präsentation didaktischer Inhalte (Psychoedukation) und der Zeit für die	Stufe 1: - Rekrutierung per Mail - Aufnahmegespräch Stufe 2: - Acht Module - 10 Folgesitzungen Stufe 3: - Beaufsichtigung bei erster Sitzung - Checkliste, Supervision, Wiederholung der Inhalte Stufe 4:	- Emotionsregulation - Soziale Unterstützung	kleine, statistisch signifikante Verbesserungen der PTSD-Symptome, der Lebensqualität, der Stigmatisierung und der wahrgenommenen sozialen Unterstützung

Autoren/Jahr/Titel	Studienort und -typ	Population	Studienziel	Beschreibung Intervention	Erfüllung des Kriteriums Multiplikatorenkonzept	Psychosoziale Widerstandsressourcen	Ergebnisse
			nach der Intervention (Zeitpunkt 6) bewertet werden	Gruppenarbeit	- Qualitativ, quantitativ - Keine Anpassungen kommuniziert		
Wild et al. (2020); Evaluating the effectiveness of a group-based resilience intervention versus psychoeducation for emergency responders in England: A randomised controlled trial [3]	GB/England, Zweiarmlige RCT-Studie	Polizei-, Krankenwagen-, Feuerwehr-, Such- und Rettungsdienstpersonal, insgesamt 430 Teilnehmende (Resilienzintervention n = 317; Psychoedukation n = 113) Die Mehrheit der Teilnehmenden war weiblich (58,1 %), weiß-britisch (89,7 %), Durchschnitt 41 Jahre alt (SD = 9,78)	Prüfung der Wirksamkeit einer Resilienz-Intervention im Vergleich zu einer Online-Psychoedukation	Sechs Treffen mit einer Dauer von 2,5 Stunden, welche mit einem Fragebogen zur Nützlichkeit abgeschlossen wurden. Jede Gruppensitzung wurde aufgezeichnet. Die Rekrutierung erfolgt über unterschiedliche Kanäle (Vorträge, E-Mail, Poster, Broschüren) von Mai-November 2015 an neun ausgewählten Standorten über ein Jahr. Die Teilnehmenden konnten sich online anmelden und wurden vorher zu posttraumatischem Stress befragt und bei hohem Score aus der Studie ausgeschlossen.	Stufe 1: - Vorträge, Mails, Poster etc. über lokale Zentren - Registrierung über Webseite Stufe 2: - Eintätiger Workshop für Moderatoren - Inhalte für sechs gruppenbasierte Sessions Stufe 3: - Hausaufgaben - Wöchentliche Betreuung Stufe 4: - Primäres, sekundäres Outcome - Nachuntersuchung - Keine Anpassungen berichtet	- Wohlbefinden - Resilienz - Selbsteffektivität - Soziale Unterstützung (zu Hause und am Arbeitsplatz) - Sozialkapital – Soziale Teilhabe - Coping - Problemlösefähigkeit	Lineare Mixed-Effects-Modelle zeigten bei keinem Ergebnismaß einen signifikanten Unterschied zwischen den Interventionen, weder zum Zeitpunkt nach der Intervention noch zum Nachbeobachtungszeitpunkt.
Marks et al. (2017); REACT: A paraprofessional training program for first responders – A pilot study [4]	USA, Pilotstudie ohne Kontrollgruppe	Sechs öffentliche Sicherheitsbehörden, insgesamt 30 Personen, waren anwesend und nahmen an REACT teil. Bei den öffentlichen Sicherheitsbehörden handelte es sich um vier Feuerwehren und zwei Notfallkommunikationszentren. Die Teilnehmenden waren 30-58 Jahre alt (M = 43,26; SD = 8,41) und überwiegend männlich (75,9 %). Die Mehrheit (76,9 %) der Teilnehmenden gehörte zu den Feuerwehren, der Rest (23,1 %) zu den Kommunikationszentren	Beschreibung und Evaluierung des neu konzipierten Peer-Unterstützungsprogramms REACT (Recognize, Evaluate, Advocate, Coordinate, and Track) zur Förderung der psychischen Gesundheit	Ganzer Tag mit vier Modulen, Klassenzimmerformat und Kleingruppensitzungen, Arbeitsbuch für Teilnehmende	Stufe 1: - Sechs Behörden - Keine weiteren Aussagen Stufe 2: - Eine Sechsstündige Sitzung (vier Module) - Örtliche Feuerwehr - Klassenzimmerformat, Kleingruppen, Rollenspiele Stufe 3: - Arbeitsbuch - „postevaluation packet“ Stufe 4: - Primäres und sekundäres Outcome - Unkonkret: Anpassungen	- Wissen anhand eines Wissenstests - Selbstvertrauen - Selbstwirksamkeit - Resilienz	- Erhöhung der Selbstwirksamkeit - Verbesserung Wissen

