

Wissenschaftlicher Hintergrund

ZuSAGEN basiert auf dem Six Cs Modell, dem nationalen israelischen Konzept für Psychische Erste Hilfe, und ist anerkannt sowie lizenziert durch das International Center for Functional Resilience (ICFR), Israel.



Zielgruppe



- Rettungsdienstpersonal
- Notärztinnen und Notärzte
- Mitarbeitende in Notaufnahme, Intensivbereichen und anderen exponierten Klinikstrukturen
- Feuerwehrangehörige
- Polizeibeamte
- Leitstellenpersonal
- Ausbilderinnen und Ausbilder

Kontakt

Anmeldung

Kursanmeldung und weitere Informationen finden Sie online auf www.uksh.de/notfallmedizin



Kursort

Standort Kiel

Institut für Rettungs- und Notfallmedizin,
Holzkoppelweg 8–14, 24118 Kiel

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein

Institut für Rettungs- und Notfallmedizin
Arnold-Heller-Str. 3, Haus 808, 24105 Kiel

Direktor: Prof. Dr. J.-T. Gräsner

Besucheranschrift

Holzkoppelweg 8–12, 24118 Kiel

Kurssekretariat

☎ 0431 500–31 557

✉ notfallmedizin@uksh.de
www.uksh.de/notfallmedizin



UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



www.uksh.de



Institut für Rettungs-
und Notfallmedizin

ZuSAGEN

Sofortige Psychische Erste Hilfe
und funktionelle Resilienz

Wissen schafft Gesundheit



Belastende Einsätze gehören zum Berufsalltag. Reanimationen bei Kindern, Suizide, schwere Verkehrsunfälle oder das Überbringen einer Todesnachricht – nicht jeder Einsatz endet mit dem Transport des Patienten.

Manchmal bleibt etwas zurück.

-  Eine Kollegin wirkt plötzlich ungewöhnlich still nach einem Einsatz.
-  Ein erfahrener Notarzt reagiert übermäßig gereizt – der Fall erinnert an ein eigenes früheres Erlebnis.
-  Angehörige brechen am Einsatzort emotional zusammen.
-  Zeugen sind desorientiert, blockiert oder panisch.

In diesen Momenten ist meist noch keine PSU, keine Seelsorge und kein PSNV-Team vor Ort.

Aber jemand ist da: wir und unsere Kolleginnen und Kollegen.

Genau hier setzt ZuSAGEN an.

Was ZuSAGEN vermittelt

ZuSAGEN befähigt Einsatzkräfte, in den ersten Minuten und Stunden nach einem belastenden Ereignis strukturiert zu agieren, mit dem Ziel der akuten Hilflosigkeit entgegenzuwirken, die Selbstwirksamkeit zu stärken und mögliche Folgeschäden zu reduzieren.

Inhalte:

- ☒ Akute Stressreaktionen erkennen
- ☒ Betroffene stabilisieren – ob Angehöriger, Zeuge, Patient oder Teammitglied
- ☒ Orientierung und Struktur geben
- ☒ Selbstwirksamkeit wiederherstellen
- ☒ Kollegiale Handlungsfähigkeit sichern

Das Konzept ist einfach strukturiert, einsatznah formuliert und unmittelbar anwendbar – ohne therapeutischen Anspruch.

Klare Abgrenzung

ZuSAGEN ist:



- keine Therapie
- kein Debriefing
- keine Seelsorge
- kein Ersatz für PSU oder PSNV(-E)

Es schließt die operative Lücke zwischen Ereignis und professioneller Nachsorge, wenn diese notwendig ist.

Während PSU- oder PSNV-Strukturen meist zeitverzögert greifen, setzt ZuSAGEN dort an, wo Einsatzkräfte ohnehin Verantwortung tragen: direkt vor Ort.



Kursstruktur (2 Tage, jeweils 8–16 Uhr)

Tag 1 – Betroffene sicher führen

- Verstehen → Anwenden → Üben
- Einsatzrelevante Grundlagen akuter Stressreaktionen
- Logik und Aufbau des ZuSAGEN-Konzepts
- Praktische Anwendung der einzelnen Interventionsschritte
- Szenarienarbeit mit Feedback

Tag 2 – Festigen & Selbstschutz

- Wiederholende Szenarien mit Rollenwechsel
- Sekundäre Traumatisierung
- „Helping the Helper“: eigene Betroffenheit im und nach dem Einsatz
- Integrative Resilienzstrategie für den Einsatzalltag und darüber hinaus
- Anwendungsbeispiele aus dem Arbeitsalltag (Gruppenarbeit)
- Das Training beinhaltet reichlich praktische Übung (Rollensimulation, Fallarbeit, kollegiales Feedback).