



**Abb. 1:** Die psychischen Belastungen durch Terrorakte sind enorm und erfordern eine angemessene Vorbereitung.

Wachsam gelassen bleiben:

## Der persönliche Umgang mit terroristischer Bedrohung

Durch mögliche Terrorakte werden Einsatzkräfte der polizeilichen und auch der nicht-polizeilichen Gefahrenabwehr mit besonderen Herausforderungen konfrontiert (Tab. 1). Während einsatztaktische, führungsorganisatorische und medizinische Überlegungen bereits in zahlreiche Konzepte eingeflossen sind und vielerorts auch schon trainiert werden, wurden „Human Factors“ in diesem Zusammenhang bisher nahezu vollkommen ausgeblendet. Es wird offenbar davon ausgegangen, dass sich Anschläge nach vorgegebenen Handlungsschemata und Algorithmen sachlich nüchtern „abarbeiten“ und „managen“ lassen wie jeder andere Einsatz auch. Aufgrund der erheblichen psychischen Belastungen, die speziell mit Terrorlagen verbunden und kaum mit anderen Szenarien vergleichbar sind, sollte dies jedoch skeptisch betrachtet werden.

Autor:

**Prof. Dr. Harald Karutz**  
Diplom-Pädagoge  
Medical School  
Hamburg  
Fakultät Gesundheitswissenschaften  
Professur für  
Notfall- und Rettungsmanagement  
harald.karutz@  
medicalschoo-  
hamburg.de

**Tab. 1: Besondere Herausforderungen bei der Bewältigung von Terrorlagen (Auswahl)**

Einsatztaktik	Zusammenarbeit	Führungsorganisation	Notfallmedizin
<ul style="list-style-type: none"> <li>Lageerkundung</li> <li>Eigenschutz und „Defensivtaktik“</li> <li>Transportorganisation</li> <li>Einrichtung von Bereitstellungsräumen</li> <li>Vorhaltung von Redundanzkräften</li> <li>Schutz von Kliniken und Wachen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Festlegung abgestimmter Einsatzstrategien</li> <li>Gemeinsame bzw. einheitliche Sprachregelungen</li> <li>Schnittstellen-gestaltung durch Verbindungspersonen auf allen Ebenen</li> <li>Einrichtung von Übergabepunkten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spezielle Führungsaufgaben der Leitstellen</li> <li>Verantwortung für die Einsatzkräfte</li> <li>Einbindung ziviler Spontanhelfer</li> <li>Moralische Dilemmata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Individualmedizin vs. Kriegsmedizin</li> <li>Durchführung von Sichtsmaßnahmen</li> <li>Versorgung lebensbedrohlicher Blutungen</li> <li>Durchführung von Amputationen</li> </ul>

Im Folgenden werden einige ausgewählte psychologische Aspekte etwas genauer betrachtet. Darüber hinaus werden Empfehlungen gegeben, um möglichst angemessen und besonnen mit Terror umgehen zu können. Die Ausführungen sind allerdings nicht als evidenzbasierte Leitlinien zu verstehen. Vielmehr handelt es sich um Überlegungen und Denkanstöße.

### Aktuelle Bedrohungen

In den vergangenen Jahren ist tatsächlich eine neue Bedrohungslage entstanden, die für die überwiegende Mehrheit der Einsatzkräfte hierzulande völlig ungewohnt ist. Erfahrung und Routine im Umgang mit Terrorlagen dürften bislang nur sehr wenige Einsatzkräfte in Deutschland haben (5). Gleichwohl ist nicht zu übersehen, dass die Wahrscheinlichkeit für eine Konfrontation mit Terrorlagen deutlich zugenommen hat.

**Insbesondere muss damit gerechnet werden, dass auch Einsatzkräfte gezielt und mit einer klaren Tötungsabsicht angegriffen werden. Die Gefahr eines terroristischen Zweitschlages (Second Hit) gegen Helfer an einem Schadensort ist z.B. kein völlig fiktives Horrorszenario mehr.**

2016 sind bei Anschlägen in Europa z.B. so viele Menschen getötet worden, wie seit 14 Jahren nicht mehr. Zwischen 2007 und 2016 hat sich die Anzahl der bei einem Terrorakt getöteten Menschen in den OECD-Staaten verzehnfacht, und allein in Deutschland sind im „Global Terrorism Index“ seit 2014 mehr als 25 Todesopfer registriert worden (Tab. 2). In einem internationalen Ranking der von Terrorismus und seinen Folgen unterschiedlich stark betroffenen

Staaten belegt Deutschland Platz 38 von 136; bezogen auf die europäischen Staaten liegt Deutschland sogar an dritter Stelle. Dabei ist zu beachten, dass mindestens acht schwerwiegende Terrorakte in den letzten Jahren noch rechtzeitig verhindert werden konnten und mindestens zwei Anschlagversuche letztlich nur an fehlerhaft montierten Sprengvorrichtungen gescheitert sind (5, 13, 42).

Insbesondere muss damit gerechnet werden, dass auch Einsatzkräfte gezielt und mit einer klaren Tötungsabsicht angegriffen werden. Die Gefahr eines terroristischen Zweitschlages (Second Hit), der sich explizit gegen Helfer an einem Schadensort richtet, ist z.B. kein völlig fiktives Horrorszenario mehr (23). Auch hoch dynamische „Swarming-Angriffe“ an mehreren Orten gleichzeitig zielen u.a. darauf ab, Einsatzkräfte massiv zu überfordern (25, 42).

Generell muss darauf hingewiesen werden, dass Terrorakte mit extremen psychischen Belastungen verbunden sein können. Die Perfidität und Grausamkeit terroristischer Tatplanungen kennt offenbar keine Grenzen. So werden mittlerweile auch in Deutschland Terrorakte befürchtet, die sich sogar explizit gegen Kinder und Jugendliche richten könnten (26, 33).

**Tab. 2: Terrorakte in Deutschland seit 2010 (ohne Anspruch auf Vollständigkeit)**

Jahr	Ort	Tatmittel	Tote	Verletzte
2. März 2011	Frankfurt am Main	Schusswaffe	2	2
26 Februar 2016	Hannover	Messer	–	1
16. April 2016	Essen	Sprengsatz	–	3
18. Juli 2016	Würzburg	Messer	1	5
24. Juli 2016	Ansbach	Sprengsatz	1	15
19. Dezember 2016	Berlin	Lkw	12	55
28. Juli 2017	Hamburg	Messer	1	5



**Abb. 2:** Terrorakte bewältigen zu können, ist nicht nur eine technisch-taktische, sondern auch eine psychologische Herausforderung.

### Verständliche Reaktionen

Angesichts derartiger Szenarien bzw. einer solchen Bedrohung für das eigene Leben, sind zunächst einmal zahlreiche unterschiedliche Reaktionen möglich und auch prinzipiell verständlich.

**Verunsicherung** → Da man kaum vorhersagen kann, wann und wo Terroristen ihre Taten begehen, schwebt die Bedrohung wie ein Damoklesschwert über einem. Der eine oder andere wird sich z.B. sicherlich schon einmal gefragt haben, ob er einen Weihnachtsmarkt eigentlich noch mit gutem Gewissen besuchen kann oder ob das inzwischen nicht viel zu gefährlich ist?

**Wir müssen schlichtweg damit leben, dass wir nicht wissen können, was Terroristen als Nächstes planen: Manche Einsatzkräfte beschäftigt das mehr, manche weniger.**

Eine ständige terroristische Bedrohung führt zu einer Verunsicherung und sie erfordert in hohem Maße Ambiguitätstoleranz, d.h. die Fähigkeit, Ungewissheit auszuhalten (3). Wir müssen schlichtweg damit leben, dass wir nicht wissen können, was Terroristen als Nächstes planen: Manche Einsatzkräfte beschäftigt das mehr, manche weniger. Die

Notwendigkeit, sich überhaupt mit diesem Thema auseinanderzusetzen ist jedenfalls erst seit kurzem gegeben, und der Umgang damit ist alles andere als routiniert (5).

**Angst und Sorge** → Wem sein Leben lieb ist, der fürchtet darum, wenn es bedroht wird. Dadurch entstehen recht konkrete Ängste und Sorgen.

**Vielleicht zeigen sich Ängste und Sorgen während des Dienstes durch Herzklopfen oder ein mulmiges Unwohlsein: Dass ein Bedrohungsgefühl zunehmend in das eigene Bewusstsein gerät oder zumindest unterschwellig „im Hinterkopf“ stets vorhanden ist, liegt auf der Hand.**

Insbesondere Einsatzkräfte, die in größeren Städten arbeiten oder in einem Einsatzbereich tätig sind, der bei einem Terroranschlag eine besondere Symbolwirkung entfalten würde, könnten sich derartige Gedanken machen. Auch dies ist legitim. Vielleicht zeigen sich Ängste und Sorgen während des Dienstes durch Herzklopfen oder ein mulmiges Unwohlsein. Medienberichte und ganz besonders die Anzeige-Algorithmen in sozialen Medien tragen zusätzlich dazu bei, dass sich die eigene Wahrneh-

mung verändert. Bestimmte Phänomene werden so besonders deutlich wahrgenommen. In einer 2017 durchgeführten Untersuchung wurde die Angst vor einem Terrorakt von 71% der befragten Zivilpersonen ausdrücklich als ihre größte Angst genannt – obwohl andere Unglücksfälle zu diesem Zeitpunkt sicherlich viel wahrscheinlicher gewesen sind (17). Auf die Wirkung sogenannter Echokammern und ähnlicher Effekte soll hier nur kurz hingewiesen werden (4, 32). Im Extremfall kann jedoch insbesondere durch die sozialen Medien der Eindruck entstehen, dass letztlich bei jeder Alarmierung und an jeder Einsatzstelle eine Konfrontation mit Terroristen zu erwarten ist. So kann ein stark verzerrtes Welt- und Gesellschaftsbild heranreifen.

Darüber hinaus soll an dieser Stelle nicht unerwähnt bleiben, dass nicht nur die Einsatzkräfte selbst, sondern auch deren Angehörige und Freunde in hohem Maße besorgt sein könnten: Erkenntnisse aus diversen Studien zur Situation der Familien von Soldaten im Auslandseinsatz dürften sich in ähnlicher Weise auch auf das Rettungswesen übertragen lassen (15).

**Schutzverhalten** → Wer eine Bedrohung wahrnimmt, reagiert grundsätzlich vernünftig, wenn er über Maßnahmen zu seinem Schutz nachdenkt und diese auch ergreift. Fraglich ist jedoch, welches Schutzverhalten denn nun angemessen und welches womöglich übertrieben ist. Hier kann u.a. eine Parallele zur Bewertung der sogenannten Prepper-Bewegung gezogen werden: Sofern jemand die Notfallvorsorge-Vorschläge des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe befolgt, handelt es sich offenbar um positives Verhalten. Wer sich aber darüber hinaus engagiert und zusätzliche Vorsorgemaßnahmen ergreift, gilt rasch als „Spinner“ „Weltuntergangsprediger“ oder Ähnliches (30). Der genaue Grenzverlauf zwischen Sinn und Unsinn lässt sich jedoch kaum trennscharf beschreiben, und auf Einsatzkräfte im Rettungsdienst bezogen bedeutet das z. B.: ob schuss- und stichsichere Westen getragen werden sollten oder nicht, kann einfach nicht pauschal beantwortet werden.

**Vermeidung** → Die Konfrontation mit einer bestimmten Gefahr dürfte diverse Einsatzkräfte bei ihrer Berufswahl beeinflusst haben (28). In der Forschung ist dieses Phänomen als „Sensation Seeking“ bekannt: Action und Abenteuer sind keineswegs generell unattraktiv (35). Erst wenn ein Risiko zu hoch erscheint, wird es als negativ bewertet. Es wäre plausibel, einem solchen Risiko dann möglichst aus dem Weg zu gehen. Dafür kommen mehrere Strategien in Frage:

- man kann versuchen, eine Bedrohung einfach auszublenden und zu ignorieren

- man kann eine Bedrohung gänzlich verleugnen
- man kann das Berufsfeld konsequent verlassen, weil es einem insgesamt zu gefährlich geworden ist
- man verweigert seinen Einsatz lediglich in bestimmten Fällen.

Zweifellos handelt es sich bei diesem Thema im deutschen Rettungswesen (noch) um ein Tabu. Aber wer wollte es einem jungen, besorgten Familienvater übel nehmen, wenn er bei einer hoch dynamischen, aktuell andauernden Terrorlage mit Schusswaffengebrauch und mehreren gemeldeten Tätern z.B. erst verzögert ausrückt oder einen Umweg nimmt. Vielleicht fährt ein alarmiertes Mitglied einer SEG gar nicht erst zur Unterkunft seiner Einsatzeinheit, sondern bleibt von vornherein lieber zu Hause und damit in Sicherheit?

**Aus Gründen des Eigenschutzes auch beim besten Willen nicht so helfen zu können, wie man es ansonsten selbstverständlich tun würde, dürfte von vielen Einsatzkräften als eine enorme Zusatzbelastung empfunden werden.**

Die Verpflichtung und der Wunsch zu helfen, kollidiert eventuell mit dem ebenfalls berechtigten Interesse, sich eben nicht in Gefahr zu bringen – und dies könnte wiederum mit einem erheblichen Gewissenskonflikt verbunden sein. Aus Gründen des Eigenschutzes auch beim besten Willen nicht so helfen zu können, wie man es ansonsten selbstverständlich tun würde, dürfte von vielen Einsatzkräften als eine enorme Zusatzbelastung empfunden werden.

Darüber, welche und wieviel Risiko- bzw. Opferbereitschaft professionelle Helfer angesichts einer extremen Bedrohungslage zeigen, gibt es jedoch kaum wissenschaftliche Untersuchungen. Allenfalls liegen hierzu Erfahrungswerte vor, die meist in anderen Ländern, Kulturen sowie Rettungssystemen gewonnen wurden und daher nicht ohne Weiteres auf die Situation in Deutschland übertragbar sind. (18).

In Einzelfallschilderungen wird zwar berichtet, dass gerade bei ehrenamtlichen bzw. dienstfreien Einsatzkräften nach einem Terrorakt ein besonders hohes Engagement zu beobachten ist (9). Ob davon immer ausgegangen werden kann, sei aber dahingestellt.

**Aggression** → Allein die (theoretische) Möglichkeit, Opfer eines Terroraktes zu werden, verursacht Gefühle von Ohnmacht, Rat- und Hilflosigkeit. Darü-

ber hinaus wird man auf eine besonders brutale Weise mit der eigenen Endlichkeit konfrontiert: Terrorakte fördern die sogenannte Mortalitätssalienz, d.h. die Bewusstwerdung des eigenen Todes (14). Sowohl aus der Rat- und Hilflosigkeitserfahrung als auch aus der Abwehr dieser potenziell unangenehmen Erkenntnis resultiert womöglich jedoch Aggression.

**Fatalismus, Resignation** → Da es nun einmal keine hundertprozentige Sicherheit geben kann, reagiert mancher Rettungsdienstmitarbeiter eventuell auch resignativ bzw. fatalistisch, etwa nach dem Motto: „Wenn ein Terrorist mich umbringen will, kann ich das sowieso nicht verhindern. Dann habe ich eben Pech gehabt.“ Auch eine solche Denkweise ist prinzipiell nachvollziehbar.

### Empfehlungen für Einsatzkräfte

Sämtliche beschriebenen Reaktionen beinhalten sowohl positive als auch kritische Aspekte. Deshalb soll nachfolgend überlegt werden, wie die Gratwanderung zwischen fatalistischem „Kopf-in-den-Sand-Stecken“ und einem übersteigerten Bedrohungsgefühl sowie einem übertriebenen Schutzverhalten gelingen kann. Die entscheidende Frage lautet dabei: Welche Empfehlungen können gegeben werden, die über Floskeln („Lassen Sie sich nicht verunsichern“) und sehr pauschale Aussagen („Man muss eben gut aufpassen“) hinausgehen?

Grundsätzlich wichtig ist u.a. die Einbindung in ein soziales Netz, die Entwicklung funktionaler Bewältigungsstrategien und eine optimistische Grundhaltung – aber auch die Aufklärung über mögliche Belastungsreaktionen und Traumafolgestörungen (16, 41). Darüber hinaus sind die nachfolgenden Hinweise angebracht.

**Auseinandersetzung mit Tätern und Motiven** → Ein Gegner, den man gut kennt, verliert seinen Schrecken (11). Sicherlich geht es nicht darum, im eigentlichen Sinn Verständnis für Terroristen zu entwickeln. Aber es kann eben doch helfen, aus der Perspektive von Tätern nachzuvollziehen, was ihre Ziele sind und wie sie meinen, diese Ziele erreichen zu können. Auch daraus können sich z.B. Hinweise für den Eigenschutz und einsatztaktische Konsequenzen ableiten lassen.

**Fachliche Vorbereitungen** → Wenn man einen (Einsatz-)Plan und einfache, möglichst konkrete Handlungsanweisungen hat, vermittelt dies zunächst einmal Sicherheit. Die bekannten REBEL- bzw. LebEL-Konzepte (43) und HEIKAT-Empfehlungen (6) sind daher positiv hervorzuheben. Sie sollten in Fach-

kreisen eine weite Verbreitung erfahren, in Aus- und Fortbildungen vermittelt und möglichst regelmäßig trainiert werden. Besondere Bedeutung kommt u.a. einheitlichen Sprachregelungen, der Abstimmung von Einsatzabläufen sowie der Schnittstellengestaltung zwischen polizeilicher und nicht-polizeilicher Gefahrenabwehr zu (1, 43).

**Persönliche Vorbereitungen** → Neben den fachlichen Vorbereitungen spielt auch die persönliche Vorbereitung eine besondere Rolle. Insbesondere geht es hierbei um die Wahrnehmung der eigenen Begrenztheit und einer wirklich existenziellen Gefährdung.

Zur individuellen Auseinandersetzung mit Terrorlagen (und im Grunde genommen allen anderen Gefahrensituationen auch) gehört jedenfalls zwingend ein sehr ernsthaftes, intensives Nachdenken über die Möglichkeit des eigenen Todes. Dies ist bei Einsatzkräften jedoch nicht unbedingt üblich.

**In diesem Zusammenhang könnten Einsatzkräfte überlegen, welche ganz konkreten Vorsorgemaßnahmen auf einer sehr persönlichen Ebene sinnvoll sein könnten: Lebens- und Berufsunfähigkeitsversicherungen, Betreuungsvollmachten und Patientenverfügungen etc.**

Gerade von den Menschen, die beruflich täglich mit dem Tod konfrontiert werden, wird dieses Thema oftmals eher verdrängt, bagatellisiert oder in Witzeleien verpackt. Schwarzer Humor kann in gewisser Weise zwar durchaus hilfreich sein (24). Er ist aber schädlich, wenn der Ernst einer Lage überhaupt nicht mehr reflektiert wird. In diesem Zusammenhang ist es lohnend, einmal innezuhalten und über folgendes nachzudenken:

- Wie sehr fühle ich mich bedroht, und wodurch genau ist dieses Bedrohungsgefühl eigentlich verursacht worden?
- Was bedeutet die Möglichkeit zu sterben für mich als Mensch und für mein Leben?
- Welche Hoffnungen und Befürchtungen verbinde ich damit?
- Was sollte für diesen Fall vorbereitet und geregelt sein?
- Was sollten andere Menschen für diesen Fall wissen?
- Was für eine Konsequenz möchte ich aus meinen Überlegungen ganz bewusst, sorgfältig durchdacht ableiten?



In diesem Zusammenhang könnten Einsatzkräfte überlegen, welche ganz konkreten Vorsorgemaßnahmen auf einer sehr persönlichen Ebene sinnvoll sein könnten: Lebens- und Berufsunfähigkeitsversicherungen, Betreuungsvollmachten und Patientenverfügungen, womöglich sogar die Äußerung von Wünschen für die eigene Beerdigung kommen hier in Frage. Das mag auf den ersten Blick makaber klingen, ist es aber keineswegs. Vielmehr sollten derartige Vorbereitungen als Belege für einen mündigen, aufgeklärten und verantwortungsbewussten Umgang mit der Möglichkeit des eigenen Todes betrachtet werden.

**Offenheit** → Ängste und Sorgen offen und ehrlich auszusprechen und sich mit Kollegen sowie Vorgesetzten darüber auszutauschen, kann ebenfalls hilfreich sein. Vielleicht stellt man dabei fest, dass andere ähnliche Gedanken haben, sodass man mit seiner Wahrnehmung und seinen Befürchtungen zumindest nicht alleine ist.

Angehörige einer Dienstgruppe bzw. Wachabteilung sollen sich jedoch nicht gegenseitig mit ihrem Befinden „anstecken“, zusätzlich verunsichern oder in etwas hineinsteigern. Stattdessen sollte das Erkennen und Benennen etwaiger Gemeinsamkeiten im Vordergrund stehen (19).

Um negative Effekte zu vermeiden, könnte es auch sinnvoll sein, in Gesprächen über besonders emotionale Aspekte von Bedrohungssituationen eine kompetente Fachperson als Moderator einzubeziehen.

**Verständnis von Angst** → Ein Bedrohungsgefühl bzw. Angst muss nicht unbedingt beunruhigen. Vielmehr macht das Empfinden von Angst auch deutlich, dass man wachsam, konzentriert und sensibel ist: Angst macht vorsichtig – und das ist gut so. Analog zum bekannten Yerkes-Dodson-Gesetz („Ein mittlerer Erregungslevel ist für die Leistungsfähigkeit optimal“ (29)) lässt sich festhalten:

- Wenn Angst sehr stark ausgeprägt ist, wird sich diese Emotion zweifellos negativ auswirken.
- Wer jedoch eine maßvolle Angstreaktion verspürt, sollte dafür im Grunde genommen dankbar sein – immerhin ist auf diese Weise ein effektives „Frühwarnsystem“ vorhanden.

**Situation awareness** → Die beschriebene Schutzfunktion von Angst lässt sich mit einem Training des sogenannten Situationsbewusstseins sogar noch verstärken. In solchen Trainings wird eingeübt, die eigene Umgebung besonders aufmerksam wahr-

**Abb. 3:** Wie gehen Einsatzkräfte damit um, dass jemand sie womöglich gezielt töten möchte? Auch mit dieser Frage sollte man sich bei der Vorbereitung auf Terrorakte auseinandersetzen.

zunehmen und ein unklares Bedrohungsgefühl ggf. verifizieren zu können (40).

**Rationalisieren** → Das statistische Risiko, Opfer eines Terroranschlags zu werden, ist immer noch äußerst gering. Andere Ereignisse sind viel häufiger. So gibt es pro Jahr in Deutschland rund 3.000 Verkehrsunfalltote – und über 10.000 Suizide (37, 38). Auch treten in Deutschland rund 500.000 Krebsneuerkrankungen pro Jahr auf (8, 34). Bestimmte Bedrohungen sollten also, auch wenn sie generell vorhanden sind, nicht überbewertet, sondern in ihrer Wirkung mit anderen Risiken verglichen, relativiert und sachlich eingeordnet werden. Möglicherweise könnte es auch helfen, Rettungsdienstmitarbeitern wissenschaftlich begründete Methoden der Risikobewertung zu vermitteln, die weniger auf subjektivem Bauchgefühl als auf empirisch abgesicherten Bewertungsverfahren basieren. Diffusen Ängsten würden dadurch entlastende Fakten entgegengesetzt (7).

**Ausgleich, Distanzierungsstrategien** → Wer unter besonders starken Bedrohungsgefühlen leidet, sollte sich um weitere aktive Gegenmaßnahmen bemühen. Die eigene Wahrnehmung kann z.B. auf Schönes und Erfreuliches gelenkt werden. Auch angenehmen Freizeitbeschäftigungen kommt eine besondere Bedeutung zu. Unmittelbar in einer Akutsituation sind u.a. Atem- und Entspannungsübungen, die Technik des „Gedankenstopps“ sowie positive Selbstinstruktionen als psychologische Selbsthilfestrategien zu empfehlen, um handlungsfähig zu bleiben und Überforderungsgefühlen entgegenzuwirken (Tab. 3).

**Vertiefende Bildungsangebote** → Unter bestimmten Bedingungen kann das Empfinden einer Bedrohung dazu führen, das eigene Leben (und das anderer Menschen) stärker wertzuschätzen und evtl. andere Prioritäten zu setzen. Wer sich der Möglichkeit seines eigenen Todes bewusst ist, lebt vielleicht nicht „in den Tag hinein“, sondern nutzt die Zeit, die er hat (39). Darin kann durchaus auch eine motivierende Kraft und eine Chance gesehen werden – und dies ist keineswegs sarkastisch gemeint. Der Erziehungswissenschaftler Rolf Arnold schreibt in diesem Zusammenhang von „abschiedlicher Bildung“. Sie beschreibt, dass man – je mehr man sein Lebensende vor Augen hat – eigene Entscheidungen immer bewusster trifft, immer besonnener reagiert und genau darin auch eine tiefe persönliche Reifung begründet liegen kann (2). Es wäre zu überlegen, ob und inwiefern spezielle Bildungs- bzw. Reflexions- und Supervisionsangebote innerhalb der Einsatzorganisationen in dieser Hinsicht hilfreich sind.

**Werteorientierung** → Sich angesichts einer äußeren Bedrohung der eigenen Werte zu vergewissern und darüber nachzudenken, wofür man steht, was einem selbst wichtig ist usw., könnte ebenfalls dabei helfen, zu entscheiden, welche Risiken man zu akzeptieren bzw. einzugehen bereit ist. Auch dies könnte und sollte durch ethische und politische Bildung sowie reflexives Lernen innerhalb der Einsatzorganisationen unterstützt werden (10, 22, 41).

**Therapie** → Bei sehr starker Belastung, d.h. wenn der Alltag durch Ängste und Sorgen angesichts einer subjektiv empfundenen Bedrohungssituation erheblich beeinträchtigt wird bzw. sich tatsächlich ein krankheitswertiges Symptombild entwickelt hat, reichen die hier vorgeschlagenen Hinweise nicht mehr aus. In solchen Fällen sollte professionelle Unterstützung in Anspruch genommen werden.

### Empfehlungen für Führungskräfte

Der angemessene Umgang mit Bedrohungen ist nicht nur eine persönliche Herausforderung für jede einzelne Einsatzkraft, sondern ebenso eine anspruchsvolle und auch belastende Führungsaufgabe darstellt: Der Auftrag, Leben zu retten und gleichzeitig für die Sicherheit der eingesetzten Kräfte verantwortlich zu sein, kann Einsatzleiter mit einem ethischen Dilemma konfrontieren (31).

**Vorgesetzte müssen ihre Mitarbeiter jederzeit offen und ehrlich über etwaige Einsatzrisiken und sicherheitsrelevante Erkenntnisse informieren und sie dürfen Hinweise auf eine konkrete Gefährdungslage weder verheimlichen noch bagatellisieren.**

Besondere psychologische Aspekte des Führungsverhaltens in Terrorlagen:

- offene und ehrliche Informationsvermittlung („Risikokommunikation“)
- Sicherstellung des bestmöglichen Schutzes für alle eingesetzten Kräfte
- Sicherstellung einer psychosozialen Einsatzbegleitung („On Scene Support“) und geeigneter Nachsorgeangebote
- Einrichtung besonders gesicherter Rückzugsräume bzw. Absicherung der Unterkünfte und Wachen
- Erteilung bestimmter Einsatzaufträge auf Basis aufgeklärter und im Vorfeld abgesprochener Freiwilligkeit

- Schaffung spezieller Kontakt- bzw. Informationsangebote für Angehörige von Einsatzkräften, z.B. einer Hotline.

Vorgesetzte müssen ihre Mitarbeiter daher jederzeit offen und ehrlich über etwaige Einsatzrisiken und sicherheitsrelevante Erkenntnisse informieren, und sie dürfen Hinweise auf eine konkrete Gefährdungslage weder verheimlichen noch bagatellisieren. Auch eine paternalistische Haltung (frei nach dem Zitat eines ehemaligen Bundesinnenministers: „Ein Teil meiner Antworten könnte sie verunsichern.“) ist unangebracht und schädlich, weil sie Misstrauen fördert und das Gefühl vermittelt, nicht ernst genommen zu werden bzw. sogar einer einzelnen Führungskraft „ausgeliefert“ zu sein. Ganz konkret geht es darum „reinen Wein einzuschenken“ und auch einzugestehen, dass eine Eigengefährdung in bestimmten Lagen definitiv nicht auszuschließen ist: „Keep your friends informed!“ wird der entsprechende Kommunikationsgrundsatz in der Fachliteratur genannt (27). Die Vorstellung, dass Rettungsdienstmitarbeiter sich immer nur in (ab-)gesicherten Bereichen aufhalten, ist jedenfalls unrealistisch, und auch „wishful thinking“ („Es wird schon gut gehen!“ (12)) ist schlichtweg verantwortungslos. Dass durch geeignete Einsatzstrategien und -taktiken für den bestmöglichen Schutz sämtlicher Kräfte zu sorgen ist und entsprechende Nachsorge, ggf. auch schon eine psychosoziale Einsatzbegleitung angeboten wird, versteht sich von selbst. Außerdem sollten Feuer- und Rettungswachen in einer Bedrohungs- bzw. Terrorlage umgehend besonders geschützt werden, um Einsatzkräften einen sicheren Rückzugsraum bieten zu können.

**Um sehr besorgte Angehörige von Einsatzkräften zu unterstützen, sollte – sobald es möglich ist – schließlich eine gegenseitige Kontaktaufnahme ermöglicht werden, um sogenannte Okay-Meldungen abzugeben.**

Sämtliche Maßnahmen der Psychosozialen Notfallversorgung für Einsatzkräfte (PSNV-E) sind dabei durch speziell geschultes Fachpersonal durchzuführen. Außerdem könnte in Erwägung gezogen werden, bestimmte Einsatzaufträge in hochriskanten Lagen nur auf freiwilliger Basis zu erteilen. Würde dies konzeptionell eingeplant und im Vorfeld kommuniziert, würde es nicht nur helfen, dringend benötigtes Vertrauen aufzubauen, sondern im Fall der Fälle vielleicht auch für eine weitere Entlastung des einen oder anderen Kollegen sorgen. Um sehr besorgte Angehörige

**Tab. 3: Selbsthilfestrategien bei starker Belastung im Einsatz (20)**

<b>Selbsthilfestrategie</b>	<b>Beispielhafte Erläuterung</b>
Atemübungen	sich auf die eigene Atmung konzentrieren; bewusst langsam ein- und ausatmen Ausatemphase verlängern
Bewusstmachen und Befolgen einfachster Regeln	Vorgehen nach dem <C>ABCDE-Algorithmus; Grundsatz: „Behandle zuerst, was zuerst tötet“
Konzentration auf eine einzelne Maßnahme	Anlegen eines Tourniquets
Anwendung von Imaginationen	Vorstellung schützender und entlastender Bilder vor dem „inneren Auge“
positive Selbstinstruktion	Sätze wie: „Ich schaffe das!“, „Ich stehe das durch!“
progressive Muskelrelaxation	Muskulatur wird in einzelnen Körperregionen für einige Sekunden angespannt und anschließend locker gelassen
psychische Distanzierung	vorübergehendes (und nur kurzzeitiges) mentales Aussteigen durch Gedanken an etwas anderes; Anwenden eines „Gedankenstopps“
Prinzip „10 Sekunden für 10 Minuten“	kurzzeitiges Innehalten, um sich zu sammeln und im Team die nächsten Maßnahmen abzusprechen

von Einsatzkräften zu unterstützen, sollte – sobald es möglich ist – schließlich eine gegenseitige Kontaktaufnahme ermöglicht werden, um sogenannte Okay-Meldungen abzugeben. Ebenfalls hilfreich könnte die Einrichtung einer speziellen Hotline für Angehörige sein. Ob sich dies in der Praxis realisieren lässt, sei jedoch dahingestellt.

**Fazit**

Als Ergebnis einer nüchternen Risikoanalyse muss zunächst einmal klar und deutlich festgestellt werden: Dass man von Terroristen bei einem Einsatz verletzt oder getötet wird, ist in Deutschland nach wie vor äußerst unwahrscheinlich. Dennoch ist es sinnvoll, sich eingehend mit diesem Thema zu beschäftigen. Es empfiehlt sich eine gelassene Wachsamkeit bzw. eine wachsame Gelassenheit (21). Eine solche Haltung, insbesondere „Risikomündigkeit“ (36), sollte dazu beitragen, Bedrohungen sachlich zu reflektieren und letztlich auch aushalten zu können, ohne zu resignieren und ohne überzureagieren. Der angemessene Umgang mit Bedrohungssituationen und terroristischen Einsatzzlagen ist keineswegs nur ein „technisch-taktisches“ und unmittelbar handlungsrelevantes Thema, sondern in gleicher Weise auch ein persönlichkeitsbildendes. Diesem Aspekt sollte in Aus- und Fortbildungen ebenfalls entsprechender Raum gegeben werden. ⊕

Literatur unter [www.skverlag.de/tm-lit](http://www.skverlag.de/tm-lit)