



PEER-Support im Rettungsdienst

Nicht jeder Einsatz
endet mit
Dienstschluss.

Die Ausgangslage

Belastende Einsätze sind keine Ausnahme im Rettungsdienst. Sie gehören zur Realität des Berufsbilds; Kindernotfälle, Suizide, Massenanfälle an Verletzten, der Tod bekannter Personen – was Rettungsdienstlerinnen und Rettungsdienstler täglich erleben, hinterlässt Spuren. Nicht bei jedem, nicht nach jedem Einsatz, aber regelmäßig, und oft unvorhergesehen.

Mentale Gesundheit im Fokus

Wer diese Belastungen dauerhaft allein trägt, riskiert seine Gesundheit. Und wer dauerhaft gesundheitlich beeinträchtigt ist, kann Menschen in Not nicht mehr so versorgen, wie es angemessen wäre. Psychische Gesundheit im Rettungsdienst ist deshalb keine Frage des persönlichen Wohlbefindens allein, sie ist eine Frage der Versorgungsqualität.

Wie so vieles in der präklinischen Notfallversorgung, gibt es auch im Bereich 'Mentale Gesundheit der hauptamtlichen Rettungsdienstkräfte' viele unstrukturierte Herangehensweisen, die sich von Kreis zu Kreis unterscheiden.

Die Frage ist nicht, ob psychische Belastungen im Rettungsdienst auftreten, sondern ob wir bereit und fähig sind, die Menschen dahinter zu schützen. Tun wir es nicht, werden wir sehr bald schon die Konsequenzen tragen.



*Wir als PEER-Team möchten
der mentalen Gesundheit von
Rettungsdienstlern den Platz
geben, den sie verdient.*

Es muss in den Fokus gerückt werden,
dass die PTBS-Prävalenz unter
Rettungsdienstlerinnen und
Rettungsdienstlern um ein Vielfaches
höher ist als im Durchschnitt.

Es muss in den Fokus gerückt werden,
dass die mentale Gesundheit
mittlerweile auf dem zweiten Platz der
AU-Gründe von Rettungskräften
liegt.

Und es muss in den Fokus gerückt werden,
dass drei Viertel aller Rettungskräfte
Jobwechsel erwägen – nicht nur, aber
auch wegen eben genannter Umstände.



*Kolleginnen und
Kollegen verstehen oft
mehr, als Worte sagen
können.*

Was ist das PEER-Team?

Das Peer-Team des DRK-Kreisverbandes Cloppenburg ist ein internes, kollegiales Unterstützungsangebot für hauptamtliche Mitarbeitende im Rettungsdienst. Ausgebildete Kolleginnen und Kollegen stehen nach belastenden Einsätzen und in persönlichen Krisensituationen als Ansprechpersonen zur Verfügung – vertraulich, auf Augenhöhe und rund um die Uhr erreichbar.

Wir wissen, wovon ihr redet

Das Grundprinzip ist bewusst einfach gehalten: Niemand soll mit belastenden Eindrücken allein bleiben. Wir sind keine Therapeuten, sind jedoch alle speziell im Bereich PSNV-E geschult. Wir sind Kolleginnen und Kollegen, die denselben Beruf kennen, dieselben Situationen kennen, dieselben Gefühle kennen. Wir leisten Hilfe auf Augenhöhe und sorgen so dafür, dass belastende Einsätze besser verarbeitet werden.



So funktioniert's

Der Zugang zum Peer-Team ist niedrigschwellig und klar geregelt. Rettungsdienstkräfte können sich nach einem belastenden Einsatz direkt melden – auf der Wache, telefonisch oder über definierte interne Wege. Die Koordination informiert das Peer-Team, das zeitnah den Kontakt aufnimmt.

Klar geregelt und verbindlich

Im Mittelpunkt steht das vertrauliche Gespräch: Wir hören zu, helfen bei der Einordnung des Erlebten und unterstützen bei der emotionalen Stabilisierung. Oft reicht es bereits, ein offenes Ohr und einen geschützten Raum zu bieten. Die Entscheidung, ob und in welchem Umfang Unterstützung gewünscht wird, liegt immer bei den Betroffenen selbst.

Maßgeblich für die Aktivierung des Peer-Teams ist nicht die vermeintliche Schwere eines Einsatzes, sondern die individuelle Wahrnehmung der Rettungsdienstkraft. Was den einen nicht berührt, kann einen anderen tief treffen. Das Peer-Team macht keine Unterschiede.



Vom belastenden Ereignis zum PEER-Support

Aufmerksam sein

In vielen Fällen sind es die Kolleginnen und Kollegen, die auf eine Belastung einer anderen Rettungsdienstkraft hinweisen.

Melden

Um den PEER-Support zu aktivieren, genügt eine Meldung bei der diensthabenden Wachenleitung oder direkt beim PEER-Team selbst.

PEER wird aktiv

Die diensthabende Wachenleitung ist durch Dienstanweisungen verpflichtet, tätig zu werden – sie wertet nicht, informiert die PEER-Koordination und sucht gegebenenfalls nach Ersatz, sollte die betroffene Rettungsdienstkraft außer Dienst gestellt werden müssen.

Unmittelbare Hilfe

Die PEER-Koordination sorgt dafür, dass in Rücksprache mit der Rettungsdienstkraft ein Mitglied des PEER-Teams umgehend Kontakt mit den betroffenen Personen aufnimmt und weitere Schritte einleitet.

Dokumentation

Integraler Bestandteil des PEER-Supports ist eine saubere Dokumentation, inklusive Eintrag ins Verbandsbuch. Die Inhalte, die besprochen werden, sind dabei streng vertraulich.

*„Manchmal braucht es keinen Rat,
sondern jemanden, der wirklich zuhört.
Der erste Schritt zur Entlastung ist oft
nur ein Gespräch entfernt.“*

Was das PEER-Team leistet

Vertrauliche Gespräche nach belastenden Einsätzen, emotionale Entlastung in akuten Situationen, Stabilisierung und Orientierung, Vermittlung weiterführender Hilfsangebote bei Bedarf. Als PEER-Team sind wir kein Kontrollinstrument und kein Teil der Führungsstruktur, sondern agieren immer im Sinne der Rettungsdienstkraft. Es ist ein Schutzraum, der zum Berufsalltag dazugehört.

Vertraulichkeit und Vertrauen

Alle Gespräche unterliegen strikter Vertraulichkeit. Was im Gespräch mit einem Mitglied unseres Teams besprochen wird, bleibt dort. Keine Weitergabe an Vorgesetzte, besondere Sicherheitsvorkehrungen bei der Dokumentation von Inhalten, keine Konsequenzen für das Dienstverhältnis. Diese Klarheit ist die Grundlage dafür, dass das System funktioniert und tatsächlich in Anspruch genommen wird.



PEER-Support braucht Raum.

Manche Gespräche können nicht im Gemeinschaftsraum geführt werden. Hierfür wurde an der Rettungswache Cloppenburg ein spezieller, geschützter Ort geschaffen, der auch schallisoliert ist. So bleiben vertrauliche Gespräche auch wirklich vertraulich.

Das PEER-Team ist kein Projekt, das einfach so neben dem Betrieb läuft. Es ist Ausdruck einer Haltung, die wir im DRK-Kreisverband Cloppenburg aktiv gestalten: Wir kümmern uns nicht nur um unsere Patientinnen und Patienten, wir kümmern uns auch umeinander und sind bereit, dafür Ressourcen bereitzustellen.

Diese Haltung verändert etwas. Sie macht aus einem Einzelangebot eine gelebte Rettungsdienstkultur, in der psychische Gesundheit kein Tabuthema ist, sondern ein selbstverständlicher Teil professioneller Arbeit im Rettungsdienst.

Gemeinsam weiterdenken

Das PEER-Modell des DRK-Kreisverbands Cloppenburg ist übertragbar. Wir wollen unsere Erfahrungen, Strukturen und Konzepte gerne mit anderen Hilfsorganisationen teilen – weil die Gesundheit von Einsatzkräften eine Verantwortung ist, die über einzelne Standorte hinausgeht.

Rettungsdienste zukunftsfit aufstellen

Der Aufbau unseres PEER-Teams hat etwa ein Jahr in Anspruch genommen. Konzepte, Dienstwege und Verbindlichkeiten haben wir hierbei selbst entwickelt. Die PSNV-E-Schulung unseres PEER-Teams wurde durch schon bestehende Strukturen der PSNV Cloppenburg abgedeckt.

Das Projekt durchlief eine sechsmonatige Testphase, die im Mai 2026 abgeschlossen wurde.

Wenn Sie Interesse an einem Austausch, an einer Hospitation oder an der Unterstützung bei der Entwicklung eines eigenen PEER-Teams haben, sprechen Sie uns an. Wir unterstützen, wo wir können.

Kontakt

Tel.: 04471 9110 60

Mail: peer-kontakt@drk-cloppenburg.de

Web: drk-cloppenburg.de/peer

Ihre Ansprechpersonen



Tamara Eckholt

Gemeindenotfallsanitäterin und
Sprecherin des PEER-Teams.



Bianca Tewes

Rettungssanitäterin und
stellv. Sprecherin des PEER-Teams.

Impressum



Herausgeber

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Cloppenburg e.V.
Hofkamp 2
49661 Cloppenburg

Verantwortlich im Sinne des Presserechts

Jann-Aike Diekmann
Kreisgeschäftsführer

Gestaltung

Stabsstelle Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Phillip Nolting
p.nolting@drk-cloppenburg.de
04471 9110 46

DRK-Kreisverband
Cloppenburg e.V.
Hofkamp 2
49661 Cloppenburg

Tel. 04471 9110 0
info@drk-cloppenburg.de
www.drk-cloppenburg.de