



Johannes Wischerhoff

# Der Erste-Hilfe-Ausbilder

## Praxisbuch zu pädagogischen und medizinischen Grundlagen

inkl. Leitfaden zur Anerkennung nach DGUV Grundsatz 304-001



# Der Erste-Hilfe-Ausbilder

Praxisbuch zu pädagogischen und medizinischen Grundlagen

3., überarbeitete und erweiterte Auflage

Johannes Wischerhoff

mitbegründet von Mark Brommenschenkel unter dem Titel  
»Der Kursgestalter. Ein Praxisbuch für Erste-Hilfe-Trainer«

Mit »Kurszeit-Leitfaden« für die Anerkennung als ermächtigte Stelle für die Aus- und Fortbildung betrieblicher Ersthelfer gemäß DGUV Grundsatz 304-001.



Verlagsgesellschaft Stumpf + Kossendey mbH, Edeweicht · 2020

### *Anmerkungen des Verlags*

Der Autor und der Verlag haben höchste Sorgfalt hinsichtlich der Angaben von Therapie-Richtlinien, Medikamentenanwendungen und -dosierungen aufgewendet. Für versehentliche falsche Angaben übernehmen sie keine Haftung. Da die gesetzlichen Bestimmungen und wissenschaftlich begründeten Empfehlungen einer ständigen Veränderung unterworfen sind, ist der Benutzer aufgefordert, die aktuell gültigen Richtlinien anhand der Literatur und der Beipackzettel zu überprüfen und sich entsprechend zu verhalten. Die Angaben von Handelsnamen, Warenbezeichnungen etc. ohne die besondere Kennzeichnung ®/™/© bedeuten keinesfalls, dass diese im Sinne des Gesetzgebers als frei anzusehen wären und entsprechend benutzt werden könnten.

Der Text und/oder das Literaturverzeichnis enthalten Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat. Deshalb kann er für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seite verantwortlich. Aus Gründen der Lesbarkeit ist in diesem Buch meist die männliche Sprachform gewählt worden. Alle personenbezogenen Aussagen gelten jedoch stets für Personen beliebigen Geschlechts gleichermaßen.

### *Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek*

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Entnahme von Abbildungen oder Textteilen, vorbehalten. Einspeicherung in elektronische Systeme, Funksendung, Vervielfältigung in jeder Form bedürfen der schriftlichen Zustimmung des Autors und des Verlags. Auch Wiedergabe in Auszügen nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

© Copyright by Verlagsgesellschaft Stumpf und Kossendey mbH, Edewecht, 2020  
Umschlagzeichnung und Bildgestaltung: Chantal Timpert, Kamp-Lintfort  
Satz: Bürger Verlag GmbH & Co. KG, Edewecht  
Druck: mediaprint solutions GmbH, 33100 Paderborn

ISBN 978-3-96461-034-8

## Inhalt

<b>Vorwort zur 2. Auflage</b> .....	9
<b>Vorwort zur 3. Auflage</b> .....	11
<b>Einleitung</b> .....	13
<b>Abkürzungen</b> .....	15

## A ► Basisteil

<b>Erwachsenengerechte Seminargestaltung</b> .....	18
<b>Lernen</b> .....	18
Aktivierendes Lernen – Accelerated Learning .....	18
Unterstützung aus der Forschung für das »Berater/Klient«-Modell .....	19
<b>Die Kursteilnehmer</b> .....	19
<b>Der Erste-Hilfe-Ausbilder</b> .....	21
Deine Überzeugung und Philosophie .....	21
Dein Handeln und Deine Präsenz .....	23
<b>Unterrichtsplanung</b> .....	25
Weniger ist mehr – Der Blick für das Unwesentliche .....	25
Wie finde ich meine Ziele? .....	27
Wie konstruiere ich einen interessanten und abwechslungsreichen Unterricht? .....	28
<b>Sozialformen und Methoden</b> .....	29
Sozialformen .....	29
Methoden und deren doppelte Bedeutung .....	31
Methodenklassiker .....	31
<b>Medieneinsatz</b> .....	33
Flipchart und Pinnwand .....	34
Beamer und andere Präsentationsmöglichkeiten .....	35
<b>Den Überblick behalten in jeder Phase</b> .....	35
Die Einstiegsphase .....	35
Die Erarbeitungsphase .....	35
Die Festigungsphase .....	36
Die Auswertungsphase .....	36
<b>Kleinigkeiten für die Stimmung</b> .....	37
<b>Erste Hilfe bei Seminarkrisen</b> .....	38
<b>Resümee – Der moderne Ausbilder, wo ist sein Platz?</b> .....	39
<b>Ausbildungsvorschriften und Richtlinien in der Ersthelferausbildung</b> .....	39
Inhaltliche Vorgaben nach DGUV Grundsatz 304-001 .....	39
Richtlinien für die Schulung in Erster Hilfe für Führerscheinbewerber .....	44
Offene Kurse in Erster Hilfe .....	44

<b>Kurszeit-Leitfaden</b> .....	45
Grundidee: Lernfelder – Lernsituationen – Handlungskompetenzen .....	45
Lernsituationen .....	45
Seminarverlauf Erste-Hilfe-Ausbildung .....	47
Seminarverlauf Erste-Hilfe-Fortbildung .....	49
Seminarverlauf Erste-Hilfe-Schulung in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder .....	51
Themen- und Moderationskarten .....	53
Ideen für Lernsituationen für die Erste-Hilfe-Fortbildung .....	65
Ideen für Lernsituationen für die Erste-Hilfe-Schulung in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder .....	69
 <b>Rechtliche und medizinische Grundlagen für die Ersthelferausbildung</b> .....	73
<b>Rechtliche Grundlagen</b> .....	73
Schadensersatzansprüche bei Erster-Hilfe-Leistung .....	73
Ansprüche des Ersthelfers bei Eigenschaden .....	73
 <b>Grundsätzliche Verhaltensweisen bei Unfällen, Notfällen und Rettung</b> .....	74
Hilfsautomatismus .....	74
Die Rettungskette .....	75
 <b>Lernsituation 1</b> .....	75
Unfälle im Straßenverkehr / Absichern der Unfallstelle .....	76
Unfälle im Straßenverkehr / Retten aus Gefahr .....	77
Der Notruf .....	77
Zur Bedeutung der Psychischen Ersten Hilfe .....	78
Helmabnahme .....	79
Hirnbedingte Störung – Schlaganfall .....	79
Hirnbedingte Störung – Hirnbedingte Krampfanfälle (Epilepsie) .....	80
 <b>Lernsituation 2</b> .....	81
Kontaktaufnahme / Prüfen der Vitalfunktionen / Notfall-Definition .....	81
Bewusstseinsstörungen und Bewusstlosigkeit .....	82
Herz-Kreislauf-Störungen und Herz-Kreislauf-Stillstand .....	83
Stromunfälle .....	87
Fremdkörper in den Atemwegen .....	87
Insektenstiche .....	89
Herzinfarkt und Angina pectoris .....	89
 <b>Lernsituation 3</b> .....	90
Knochenbrüche / Gelenkverletzungen .....	90
Bauchverletzungen .....	93
Wunden / bedrohliche Blutungen .....	93
Schock .....	95
Verbrennungen / thermische Schäden .....	96
Vergiftungen / Verätzungen .....	98

**B ► Praxisteil**

<b>Methoden zur Gestaltung von Erste-Hilfe-Seminaren</b> .....	102
Die Kursphasen .....	103
<b>Methoden zum Seminareinstieg</b> .....	104
Advance Organizer .....	104
Ein Bild findet mich .....	106
Selbstporträt .....	107
Namens-Scrabble .....	109
Teilnehmer-Netzwerk .....	110
Lebendige Statistik .....	111
Kontaktanzeige .....	112
Namensgeheimnis .....	113
Überraschungsfragen .....	114
<b>Methoden zur inhaltlichen Themenerarbeitung</b> .....	115
Brainstorming / Brainwalking .....	115
Mindmapping .....	116
Schneeball .....	116
Experten .....	118
Stammtischdiskussion .....	126
Die Reise beginnt .....	127
Biografie-Arbeit .....	128
Tischtuchprotokoll .....	128
<b>Methoden zur Wiederholung und Festigung</b> .....	129
Stationenarbeit .....	129
Rollenspiele .....	132
Abschlusstest .....	135
Top-Acts .....	137
Was ist passiert? .....	138
Abfrage mit Aktion .....	138
Schnitzeljagd .....	139
<b>Methoden zur Evaluation und Reflexion von Seminaren</b> .....	140
Stimmungsbarometer .....	140
Skalen-Feedback .....	141
Seminar-Feedback .....	142
Papierkorb und Reisetasche .....	144
Tageskritik .....	145
»Ich muss dann mal los« .....	146
<b>Methoden mit spieltypischen Elementen »Gamification«</b> .....	147
Was passt nicht? .....	148
Das muss rein! .....	150
Power-HLW .....	152
Wörter im Versteck .....	153
Wortassoziationen .....	155
Wortpuzzle .....	156
Zuordnungsspiele .....	158
Die innere Uhr .....	158

<b>Methoden zur Reflexion für Trainer</b> .....	159
<b>Selbstcheck für Trainer</b> .....	159
<b>Bestandsaufnahme – Lernansatz</b> .....	160
<b>Bestandsaufnahme – Struktur</b> .....	161
<b>Bestandsaufnahme – Echte Lernzeit</b> .....	162
<b>Bestandsaufnahme – Lernumgebung</b> .....	163
<b>Bestandsaufnahme – Methoden</b> .....	164
<b>Bestandsaufnahme – Feedbackkultur</b> .....	165

## **C ► Anhang**

<b>Literatur</b> .....	168
<b>Autor</b> .....	171

# A ► Basisteil

## Erwachsenengerechte Seminargestaltung

### Lernen

*»Du kannst einem Menschen nichts beibringen, kannst ihm nur dabei helfen, es in sich selbst zu finden.«*

Galileo Galilei (1564–1642)

Zahlreiche Artikel, Bücher, Filme lassen sich zu diversen Lerntheorien finden. Man kennt u.a. den bildungstheoretischen Ansatz nach Klafki, die lehrtheoretischen Ansätze der Hamburger und Berliner Schule, die kybernetische Didaktik nach Cube oder auch den konstruktivistischen Lernansatz. Und dies ist nur ein kleiner Auszug. Die Details zu diesen Ansätzen werden hier nicht näher beleuchtet, sondern wir folgen dem Anspruch, lebendigen Unterricht zu gestalten. Ein Minimum an Hintergrundinformationen darf jedoch nicht fehlen.

Der Lernprozess bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen verläuft grundsätzlich ähnlich. Die Unterschiede ergeben sich eher aus den verschiedenen Entwicklungs- und Reifephasen. Kinder wachsen in eine Welt hinein, die von Erwachsenen gestaltet und geprägt wird. Sie müssen sich die Welt so aneignen, wie sie ist, sich zunächst auf geltende Regeln einlassen und sich Techniken aneignen, über die Erwachsene bereits verfügen – oder besser: die Erwachsene bereits angenommen haben. Erwachsene haben im Verlauf ihrer Lernbiografie bereits Wissen für Beruf, Alltag und das gesellschaftliche und soziale Miteinander erlangt. Sie haben sich schon eine persönliche Sichtweise und Interpretation der Welt und damit eine eigene Identität erarbeitet. Und – was für unseren Lernansatz von Bedeutung ist – sie haben bereits erfahren und erlebt, wie »man« lernt.

Bernd Weidenmann (2007, S. 16f.) beschreibt in diesem Zusammenhang zwei Modelle, und zwar das Modell »Lehrer/Schüler« sowie das Modell »Berater/Klient«: »Das Drehbuch ‚Lehrer/Schüler‘ ist allen Beteiligten bestens vertraut. Die Erfahrungen aus vielen Schuljahren prägen unsere Vorstellung von organisiertem Lernen auch im Erwachsenenalter. Das Programm ‚Schule‘ schaltet sich automatisch ein, sobald man den Fuß in den Seminarraum setzt. Man nimmt Platz, schaut nach

vorne und erwartet mit den anderen, dass jemand ‚Unterricht‘ macht.«

Das »Berater/Klienten«-Modell beschreibt Weidenmann als einen völlig anderen Ansatz als die zuvor beschriebene Schulsituation. Die Klienten bringen konkrete Fragestellungen und Probleme mit, zu denen sie Lösungen wollen. Dabei erwarten sie, dass sich der Berater auf die konkreten Anliegen einlässt und arbeiten so lange daran, bis alle Fragen, Zweifel, Widersprüche geklärt sind. Übersetzt bedeutet dies, dass der Erwachsene im Lernprozess eine professionelle Unterstützung, einen Begleiter erwartet. Der Lernbegleiter wird zum Dienstleister für die Fragen und Interessen des Lernenden.

- Welches Modell gefällt Dir besser?
- Welches findest Du lebendiger und teilnehmerorientierter?
- Welches Modell aktiviert den Lernenden eher zum Mitmachen?

Wir haben uns für das zweite Modell entschieden. Und so machen wir uns auf den Weg zum »Aktivierenden Lernen«.

### Aktivierendes Lernen – Accelerated Learning

Geprägt wurde der Begriff des Accelerated Learning (AL) von dem Amerikaner Dave Meier, der bereits Anfang der 1980er-Jahre in den USA ein gleichnamiges Institut gründete. Accelerated Learning bedeutet wörtlich übersetzt »beschleunigtes Lernen«. Und tatsächlich ist es so, dass Menschen schneller lernen, wenn sie aktiv und mit Freude am Lernprozess beteiligt sind.

Denken wir noch einmal zurück an das Lernen im Kindesalter, so zielt Meiers aktivierender Lernansatz darauf ab, den natürlichen menschlichen Lernprozess auch bis ins Erwachsenenalter zu unterstützen. Dazu müssen Lernangebote so angelegt sein, dass sie parallel möglichst viele Sinnesebenen des Menschen ansprechen.

Der amerikanische Physiotherapeut Glenn Doman schrieb dazu: »Lernen ist das Spiel, das im Leben am meisten Spaß macht. Alle Kinder kommen zur Welt mit diesem Glauben, und sie halten daran fest, bis wir sie überzeugen, dass Lernen wirklich harte und unerfreuliche Arbeit ist. Diese

Lektion lernen einige Kinder aber nie wirklich. Sie gehen durch das Leben und glauben daran, dass Lernen das einzige lohnende Spiel ist« (Meier 2004, S. 5).

Aktivierendes Lernen beruht maßgeblich auf den Arbeiten des inzwischen verstorbenen Neurobiologen Frederic Vester (»Denken, Lernen, Vergessen«) und wird von Dave Meier als SAVI-Lernen bezeichnet. SAVI-Lernen meint konkret:

#### SAVI-Lernen

- ▶ **S (somatisch):**  
Die Teilnehmer werden körperlich aktiv.
- ▶ **A (auditiv):**  
Die Teilnehmer sollen hören und reden.
- ▶ **V (visuell):**  
Bilder und Beobachtungen unterstützen das Lernen.
- ▶ **I (intellektuell):**  
Die Teilnehmer lösen Fragestellungen und reflektieren.

Ein Seminar, in dem die Teilnehmer ihren Körper bewegen, ihr Denken zum Bearbeiten von Aufgaben anstrengen, dabei Gefühle erleben sowie Erfahrungen einbringen, bedient beispielsweise all diese Segmente.

Möglicherweise erkennst Du bereits Unterschiede zu Deinen bisher besuchten Seminaren oder Deinem eigenen Unterricht. Überlege selbst einmal:

- ▶ Wärest Du gerne Teilnehmer in einem Deiner Seminare?
- ▶ Wie viel Bewegung und wie viel Unruhe lässt Du in Deinem Seminar zu?
- ▶ Wie häufig arbeiten die Teilnehmer selbstständig an Inhalten?
- ▶ Bietest Du ausreichend Raum für Fragen und Interessen der Teilnehmer?
- ▶ Setzt Du bewusst Visualisierungen ein?

Die Ideen, Grundsätze und Methoden des aktivierenden Lernens sind weder gänzlich neu noch spektakulär. Auch liegt hier kein eigenes Theoriegerüst zugrunde. Es ist vielmehr ein pragmatischer Ansatz, der Galileo Galileis Ausspruch »Du kannst einem Menschen nichts beibringen, kannst ihm nur dabei helfen, es in sich selbst zu finden« konsequent und systematisch in die Praxis umzusetzen versucht. Wie im »Berater/Klienten«-Modell bereits erwähnt, kommt Dir als Trainer dabei die

Rolle des kreativen Ermöglichers und Begleiters zu, der das Umfeld bereitet, den eigentlichen Lernprozess jedoch den Teilnehmern überlässt.

#### Unterstützung aus der Forschung für das »Berater/Klient«-Modell

Der Vorgang des Lehrens wird immer wieder irreführend in einem Kontext mit Herstellen und Erzeugen genannt. Lehren in diesem Zusammenhang entfaltet eine (gewollte) Wirkung in dem Sinne, dass ich Dir etwas beibringen kann und mir auch sicher sein kann, dass Du es lernst (weil ich weiß, wie ich es Dir beibringen kann). Dieses Wirkungsversprechen ist ein Trugschluss, wie sich die Hirnforschung mittlerweile ziemlich sicher ist (vgl. Spitzer 2007, S. 417; Hüther 2011, S. 45). Lehren kann nur eine Unterstützung für den Lernenden selbst sein. Lehren ersetzt nie das Lernen. Arnold beschreibt es treffend, wenn er ausführt: »Selbst die beste Lehrkraft kann nicht stellvertretend für die Lernenden lernen, sie kann lediglich zur Kooperation einladen oder gar verführen« (2013, S. 27). Wir alle wünschten, Lehren würde als Werkvertrag durchgehen. Dabei bleibt es immer nur Dienstvertrag, selbst wenn es ein verführerisch gut ausgeführter Dienstvertrag ist.

#### Die Kursteilnehmer

*»Der Schlüssel zum Erfolg sind nicht Informationen. Es sind Menschen.«*

Lee Iacocca (1924–2019)

Wann warst Du das letzte Mal Teilnehmer? Kannst Du Dich noch daran erinnern? Weißt Du noch, wie anstrengend Zuhören sein kann? Und langes Sitzen erst! Wenn sich Teilnehmer während des Seminars eine Auszeit gönnen, zum Fenster hinausschauen, nur schleppend mit ihren Arbeitsaufträgen beginnen oder unruhig werden, ist man schnell geneigt, sich als Ausbilder zu ärgern. Möglicherweise würden wir uns als Teilnehmer aber ähnlich verhalten. Meinst Du nicht?

Denkt man nun über eine konsequente Teilnehmerorientierung des Unterrichts nach, ist es sinnvoll, sich auch tatsächlich an den Teilnehmern zu orientieren. In der Praxis geschieht dies wesentlich seltener als angenommen. »Neue« Trainer sind meistens noch so sehr mit sich selbst, dem Organisieren und den Themeninhalten beschäftigt, dass

sie keinen Blick für die Bedürfnisse der Teilnehmer übrig haben. Stattdessen fokussieren sie sich sehr auf die Einhaltung der Richtlinien und ihre eigene Wirkung auf die Gruppe. »Alte Ausbilder-Hasen« haben nach vielen berufspraktischen Jahren oft keine Lust mehr, sich immer wieder neu in jeden Teilnehmer hineinzusetzen – möglicherweise auch, weil sie sich aufgrund ihrer Erfahrung bereits ein umfassendes Bild ihrer Teilnehmer gemacht haben, die – um es umgangssprachlich auszudrücken – »ohnehin alle gleich sind«. Fragt man etwas genauer nach, was damit gemeint ist, wird als größtes Problem die fehlende Motivation der Teilnehmer zur Mitarbeit genannt. Allerdings ist damit wahrscheinlich nicht Motivation im Sinne von »Bereitschaft, sich zu engagieren« gemeint, sondern das generelle Interesse am Seminar oder am Thema. Wenn das Thema interessiert, wenn ein Lernziel von Bedeutung ist, wenn man in der Thematik richtig »drin« ist, dann gibt es keine Motivationsprobleme.

Viele Ausbilder sind der Überzeugung, dass sich Teilnehmer, die zum Seminar erscheinen, zwangsläufig für das Thema oder die Inhalte interessieren. In der Unterrichtspraxis ist es allerdings so, dass die Themen und Inhalte bei jedem Teilnehmer und jedes Mal neu völlig unterschiedliche Fragen und Assoziationen aufwerfen. Während die einen genau wissen, was sie wollen, wissen es die anderen eben noch nicht und warten, was auf sie zukommt. Wiederum andere wissen wie die ersten genau, was sie wollen, aber es ist etwas anderes als das, was ihnen an Themen präsentiert wird. Du als Ausbilder hast letztlich wiederum völlig andere Vorstellungen zum Seminar.

Im Rahmen der Ersthelferausbildung kommt erschwerend hinzu, dass die Teilnehmer nicht freiwillig an den Seminaren teilnehmen. Selbst in Betrieben, die ein rechtlich vorgeschriebenes Kontingent an Ersthelfern vorweisen müssen, sieht es nicht viel anders aus. Die Mitarbeiter unterliegen auch hier oftmals dem »freiwilligen Zwang«, einen Erste-Hilfe-Kurs besuchen zu müssen. Man kann also in der Regel davon ausgehen, dass die Motivation bzw. das Interesse am Thema eben nicht von vornherein vorhanden ist.

Zur Gestaltung eines teilnehmerorientierten Unterrichts besteht Deine Aufgabe eben nicht darin, diese Tatsache als gegeben und unabänder-

lich hinzunehmen, sondern unterstützend dazu beizutragen, dass das Seminarthema auch zum Thema der Teilnehmer wird. Vielleicht überlegst Du selbst einmal für Dich:

- Bietest Du den Teilnehmern die Möglichkeit, eigene Wünsche, Ideen und Anregungen in den Kursverlauf einzubringen?
- Gibt es trotz aller inhaltlichen Vorgaben die Möglichkeit, dass die Teilnehmer Einfluss auf die Themen haben, möglicherweise auf die Intensität und Gewichtung einzelner Themen?
- Stehen den Teilnehmern Freiräume zur Verfügung, individuelle Interessen zu vertiefen?

Probiere doch einmal aus:

- Zum Seminareinstieg bittest Du Deine Teilnehmer, auf Kärtchen festzuhalten, was sie zum Ende des Seminars am liebsten wissen oder können möchten. Danach gleichst Du es mit den Themenvorgaben und Deinem Erfahrungsschatz ab. »Was« davon ist möglich und umsetzbar? Oder besser: »Wie« ist es möglich und umsetzbar? Du kannst auf die gleiche Weise auch Themen erfragen, die die Teilnehmer als bedeutsam für ihren Lebens- und Berufsalltag erachten, und ordnest diese dann Deinen eigenen Themenvorgaben zu. Sofern Du die Ergebnisse der Kartenabfrage konsequent und unmittelbar im Seminar umsetzt, entsteht jedes Mal ein neuer »Fahrplan« für die Lerngruppe. Zugegebenermaßen setzt dieses Vorgehen einen großen Erfahrungsschatz und eine vielfältige Methodenkompetenz des Trainers voraus, um flexibel reagieren zu können.
- Führe jeden neuen Themenkomplex mit einem kleinen Impuls ein, der den Erfahrungsschatz oder die Gefühlswelt der Teilnehmer berücksichtigt oder bewusst anspricht. Dies kann eine einfache Fragestellung sein, wie etwa »Welche Rolle spielt dieses Thema in Deinem Alltag?«, »Was ist Dir besonders wichtig?«, »Fällt Dir dazu ein Beispiel aus Deinem Alltag ein?«. Ebenso eignen sich aber auch Bildimpulse, eine Geschichte oder kurze Filmsequenzen.

Vielleicht fällt Dir noch mehr ein, wenn Du Dich im Praxisteil durch die Methodensammlung liest.

## Kurszeit-Leitfaden

### Grundidee: Lernfelder – Lernsituationen – Handlungskompetenzen

Bereits seit 1996 werden die bundesweit gültigen KMK-Rahmenlehrpläne für alle neuen und neugeordneten Ausbildungsberufe nach dem Lernfeldkonzept strukturiert. Das Lernfeldkonzept wurde auf der Ebene der Kultusministerkonferenz der Länder zur curricularen Vorgabe für den berufsbezogenen Lernbereich für alle Ausbildungsberufe. Nach und nach findet das Konzept auch Eingang in die Lehrpläne vollzeitschulischer Bildungsgänge.

Die grundlegende Systematik des Lernfeldkonzepts auf Erste-Hilfe-Ausbildungen zu übertragen, ist naheliegend. Schülerinnen und Schüler sind es mittlerweile gewohnt, themenübergreifend mit Aufgaben und (gesellschaftlichen) Problemstellungen konfrontiert zu werden. Der Kern des didaktischen Perspektivwechsels lässt sich etwa so umreißen: Früher wollte man mit dem Unterricht Inhalte vermitteln und Lernziele erreichen. Heute möchte man, dass die Teilnehmenden Handlungskompetenzen entwickeln.

Der Leitfaden der Kurszeit GmbH greift diese Grundidee auf: Weg von der Vermittlung von Inhalten und der Orientierung an Lernzielen hin zur Entwicklung von Kompetenzen.

Handlungskompetenzen zu entwickeln, gilt für Erwachsene in ebensolcher Weise. Aus diesem Grund ist das Konzept auf sämtliche Zielgruppen in der Aus- und Fortbildung in Erster Hilfe übertragbar.

### Lernsituationen

Der rote Faden in den Erste-Hilfe-Kursen wird über sogenannte Lernsituationen gesponnen. Mit Bildern, Geschichten und freien Assoziationen werden Lernerlebnisse lebendig gestaltet. Die didaktische Idee: Umfangreiche Informationen, Zusammenhänge und Kompetenzen werden über ein einziges »Bild« (Lernsituation) gelernt und zusammenhängend gespeichert.

In allen Kursen werden jeweils im Idealfall nur drei Lernsituationen verwendet. In der Ausbildung in

Erster Hilfe sind die Bilder und die Themen vorgegeben. Hinzu kommt die Idee, die wichtigen Themen Schlaganfall (Lernsituation 1) und Wiederbelebung (Lernsituation 2) frühzeitig bzw. bis zur Mitte des Lernprozesses mit den Teilnehmenden zu bearbeiten. In der Fortbildung und der Erste-Hilfe-Schulung in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder gibt es Variationsmöglichkeiten. Vorschläge für alternative Lernsituationen findest Du bei den Ideen weiter unten.

In jeder Lernsituation in der Ausbildung in Erster Hilfe gibt es festgelegte Themen. Die Methodik innerhalb einer Lernsituation ist grundsätzlich veränderbar, also variabel. Durch die assoziationsfördernde Bildsprache in Verbindung mit einer »offenen Ereignisbeschreibung« der jeweiligen Lernsituation (z.B. »Mein Kollege hat plötzlich Brustschmerzen und bekommt kaum Luft«), wird der Gedanken- und Erfahrungswelt der Teilnehmenden allerdings Priorität eingeräumt. Du wirst Dich als EH-Ausbilder mit den Ideen Deiner Teilnehmer eher auseinandersetzen und diese sogar in der Vordergrund Deines Unterrichtes legen. Dies ist eine der Grundlagen der Umsetzung dieses Leitfadens.

Die Lernsituationen in der Ausbildung in Erster Hilfe sind folgende:

#### Lernsituation 1

##### Ereignis

»Meine Oma fährt auf einmal in Schlangenlinien über die Landstraße«





## Ideen für Lernsituationen für die Erste-Hilfe-Fortbildung

Anmerkung: Die Lernsituation 10 habe ich aus didaktischen Gründen umsortiert eingereiht.

### Lernsituation 4

#### Ereignis

»Der Bauarbeiter Tom Stark fällt über einen Stahlträger vom 3,50 m hohen Baugerüst«

#### Mögliche Lernziele

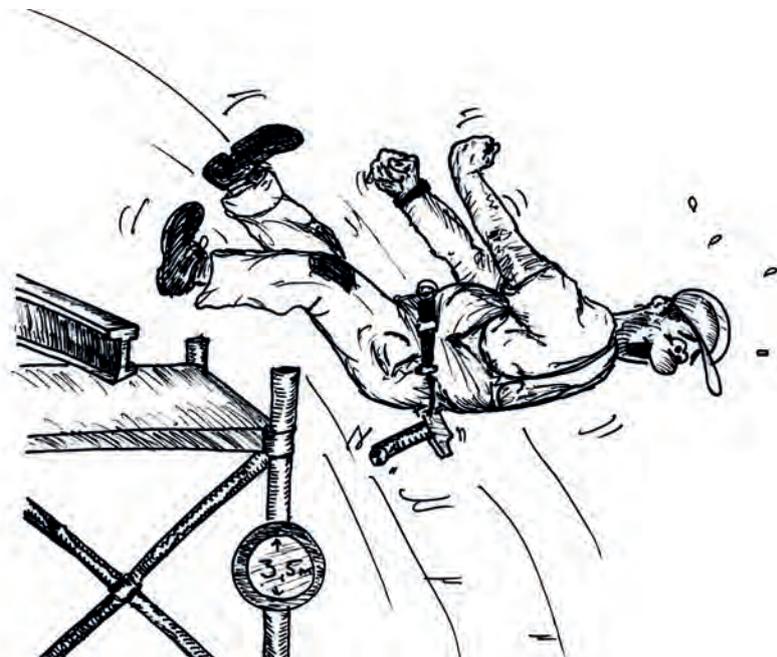
- Knochenbrüche und Gelenkverletzungen erkennen und entsprechende Maßnahmen durchführen
- Maßnahmen bei Gewalteinwirkungen auf den Kopf
- Versorgung von Amputationsverletzungen
- Versorgung besonderer Wunden (z.B. Nasenbluten, Fremdkörper in Wunden)
- Verletzungen im Bauchraum erkennen und entsprechende Maßnahmen durchführen

#### Mögliche Aktivitäten

- Wundversorgung mit Verbandmitteln aus dem Verbandkasten durchführen
- Druckverband am Arm
- Handhabung einer Kälte-Sofortkompressen
- Ruhigstellung bei Knochen- und Gelenkverletzungen mit einfachen Hilfsmitteln
- Maßnahmen zur psychischen Betreuung und des Wärmeerhalts
- Maßnahmen zur Schockvorbeugung/-bekämpfung

#### Fachlicher Hinweis

Unfälle infolge von Stolpern, Rutschen und Stürzen (SRS-Unfälle) stehen mit 34,7% aller Arbeitsunfälle ganz oben auf der Liste der Berufsgenossenschaften. Diese SRS-Unfälle ereignen sich dabei sehr unterschiedlich: Typisch ist der Bauarbeiter, der über einen im Weg liegenden Stahlträger fällt. Geschieht dies auf Höhe 0, hat der Kollege meist Glück und kommt mit ein paar Schrammen davon. Auf einem Gerüst oder neben einer Baugrube kann das jedoch tödlich ausgehen (Quelle: DGUV).



Notizen:

---

---

---

---

---

---

---

---



# Rechtliche und medizinische Grundlagen für die Ersthelferausbildung

## Rechtliche Grundlagen

Wenn die Gesundheit bedroht ist, werden bei jedem Menschen existenzielle Ängste wach. Man hofft, von schweren Erkrankungen, Notfällen oder Unfällen verschont zu bleiben. Allerdings kann jeder in eine Notsituation geraten. Wer sachgerechte Hilfe erwartet, sollte aber auch bereit sein, zu helfen, wenn es andere trifft. Dies ist nicht nur eine zwischenmenschliche Verpflichtung, sondern auch im Strafgesetzbuch (StGB) durch § 323c geregelt.

### § 323c StGB

»Wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not nicht Hilfe leistet, obwohl dies erforderlich und ihm den Umständen nach zuzumuten, insbesondere ohne erhebliche eigene Gefahr und ohne Verletzung anderer wichtiger Pflichten möglich ist, wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft.«

### § 34 StVO

»(1) Nach einem Verkehrsunfall hat, wer daran beteiligt ist, 1. unverzüglich zu halten, 2. den Verkehr zu sichern und bei geringfügigem Schaden unverzüglich beiseite zu fahren, 3. sich über die Unfallfolgen zu vergewissern, 4. Verletzten zu helfen [...]«

Viele Menschen bringen Erste Hilfe mit Unfällen im Straßenverkehr in Verbindung, die irgendwo passieren können. Dass Notfälle oft im unmittelbaren Lebensumfeld geschehen und dass nahestehende Menschen unsere Hilfe brauchen, wird nur allzu leicht vergessen.

Den Teilnehmern soll weiterhin deutlich werden, dass auch in nicht direkt lebensbedrohlichen Situationen Erste Hilfe benötigt werden kann, wie zum Beispiel bei Verletzungen im Haushalt, bei Sportverletzungen oder bei Arbeitsunfällen.

Häufig ergibt sich im Seminar die Frage, was bei falscher Hilfeleistung passiert. Hier kann darauf verwiesen werden, dass nur dann mit einer Bestrafung zu rechnen ist, wenn die Schädigung grob fahrlässig oder vorsätzlich herbeigeführt worden ist (§ 680 BGB). Grob fahrlässig handelt, wer »[...] nicht das beachtet, was im gegebenen Fall

jedem Menschen einleuchten müsste und einfachste, ganz naheliegende Überlegungen nicht angestellt hat« (Kommentar zu § 277 BGB).

Die Teilnehmer sollen animiert werden, jede Möglichkeit der Hilfeleistung wahrzunehmen, um auch die letzte Rettungschance zu nutzen. Die Folgen einer nicht erfolgten Hilfeleistung sind in der Regel immer schwerwiegender als die spontane und schnelle Hilfe eines Laien.

## Schadensersatzansprüche bei Erster-Hilfe-Leistung

Die Erste Hilfe leistende Person kann grundsätzlich nicht zum Schadensersatz herangezogen werden, es sei denn, sie handelt grob fahrlässig oder vorsätzlich.

Beispielsweise wäre es **grob fahrlässig**, wenn der Ersthelfende nicht die Unfallstelle auf einer dicht befahrenen Straße absichert bzw. absichern lässt, obwohl es möglich wäre, und dadurch ein nachfolgendes Fahrzeug in die Unfallstelle hineinfährt.

**Vorsätzliches Verhalten** liegt immer dann vor, wenn bewusst und gewollt bei einer Hilfeleistung eine Verletzung zugefügt oder ein Schaden verursacht oder dies zumindest billigend in Kauf genommen wird.

Grundsätzlich kann der Ersthelfende weder zum Schadensersatz für die Beschädigung fremder Sachen (z. B. zerschnittene Kleidung der verletzten Person) noch für eine ungewollt zugefügte Körperverletzung (z. B. Rippenbruch bei der Herzdruckmassage) herangezogen werden. Dies gilt auch dann, wenn die Erste-Hilfe-Maßnahmen letztlich erfolglos waren.

## Ansprüche des Ersthelfers bei Eigenschaden

DGUV Information – Rechtsfragen bei Erster-Hilfe-Leistung durch Ersthelfer

»Sind mit der Hilfeleistung zugunsten Verletzter ein eigener Schaden oder Aufwendungen verbunden, kann die Erste Hilfe leistende Person den Ersatz verlangen. Von der oder dem Verletzten kann sie die Aufwendungen für unvermeidbare Sachschäden verlangen.

Voraussetzung hierfür ist, dass die Durchführung der Erste-Hilfe-Maßnahmen dem Interesse und dem wirklichen oder mutmaßlichen (z. B. bei bewusst-

losen Personen) Willen der oder des Verletzten entspricht. Je nach Gegebenheiten kann die Erste Hilfe leistende Person ihre Schadensersatzansprüche (Körperschaden, Sachschaden) aber nicht nur bei der oder dem Verletzten, sondern auch direkt bei dem zuständigen gesetzlichen Unfallversicherungsträger geltend machen. Bei einer Erste-Hilfe-Leistung im Betrieb bzw. bei dem Weg von oder zur Arbeit oder auf Dienstwegen kann sie Entschädigung von dem verletzten Menschen verlangen, dem die Hilfeleistung unmittelbar dient. Die Körperschäden sind über den für diesen zuständigen Unfallversicherungsträger abgedeckt.

Die erlittenen Sachschäden kann sie in diesem Fall gegenüber dem verpflichteten Unternehmer geltend machen.

Sachschäden sind z.B. Schäden an der Kleidung der Erste Hilfe leistenden Person oder an ihrem zur Sicherung der Unfallstelle abgestellten Kraftfahrzeug.

Wird Erste Hilfe in der Freizeit oder zu Hause geleistet, steht die Erste Hilfe leistende Person hinsichtlich ihrer Körper- und Sachschäden unter dem Schutz des örtlich zuständigen Unfallversicherungsträgers der öffentlichen Hand. In diesen Fällen ist sie kraft Gesetzes beitragsfrei im Rahmen der gesetzlichen Unfallversicherung gegen erlittene Personen- und Sachschäden versichert, die ihr bei der Hilfeleistung widerfahren.

Bei Körperschäden hat die Ersthelferin oder der Ersthelfer bei Vorliegen der gesetzlichen Voraussetzungen gegen den zuständigen gesetzlichen Unfallversicherungsträger insbesondere den Anspruch auf kostenlose Heilbehandlung, Verletzten- bzw. Übergangsgeld, besondere Unterstützung, Berufshilfe und Verletztenrente.

Sollte der schwerwiegendste Unglücksfall eintreten und der Mensch, der Erste Hilfe geleistet hat, dabei zu Tode kommen, haben seine Hinterbliebenen Anspruch auf Rente und Sterbegeld.

Die Leistungen der gesetzlichen Unfallversicherung bedürfen eines formlosen Schreibens.«

## Grundsätzliche Verhaltensweisen bei Unfällen, Notfällen und Rettung

### Hilfsautomatismus

Jeder Notfall bedeutet für den Ersthelfer Stress in mehrfacher Hinsicht. Da man einem Notfall fast ausnahmslos plötzlich, unerwartet und vor allem unvorbereitet gegenübersteht, versetzt einen allein diese »fremde und bedrohliche« Situation in einen Stresszustand. Sind Bekannte, Freunde oder gar enge Familienmitglieder von dem Notfall betroffen, erhöht sich der Stressfaktor um ein Vielfaches, da der emotionale Bezug zum Verletzten sehr viel enger ist.

Im Straßenverkehr kommen möglicherweise Schnee, Glatteis, Hitze, Kälte, Nässe, Dunkelheit oder der Anblick von Autowracks als Stress fördernde Faktoren hinzu. Blut, Erbrochenes, Schmerzensschreie oder äußerlich sichtbare Verletzungen steigern die Unbehaglichkeit des Ersthelfers. Die bevorstehenden Aufgabenbelastungen steuern ihr Übriges zur Komplexität eines Notfalls bei.

Aus diesen Gründen ist es wichtig, den Seminarteilnehmern einen Hilfsautomatismus an die Hand zu geben, der es ihnen ermöglicht, im Notfall einen Einstieg in die Erste-Hilfe-Maßnahmen zu finden und somit die erste Unsicherheit etwas einzudämmen. Die Aufgabe des Ersthelfers besteht lediglich darin, die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungs-

### Hilfsautomatismus

#### Überblick gewinnen

Atme erst einmal ganz bewusst kurz und tief durch und überlege dann, was überhaupt geschehen ist.

#### Mithelfer aktivieren

Schau dich um, ob andere Menschen in der Nähe sind, die Du gezielt ansprechen und um Hilfe bitten kannst.

#### Absichern und Retten

Im Mittelpunkt jeder Hilfeleistung steht der Schutz und die Sicherheit der eigenen Person und der Verletzten.

#### Notruf

Phone first: Ruf so schnell wie möglich den Rettungsdienst (112), um professionelle Hilfe anzufordern.

#### Einzelmaßnahmen

Versuche dem Verletzten nach bestem Wissen zu helfen. Häufig reicht ein beruhigendes Zureden bereits aus.

dienstpersonals zu überbrücken. Häufig reicht dazu ein beruhigendes Zureden bereits aus.

Auf der Basis dieses Automatismus bauen alle weiteren Maßnahmen auf, wie beispielsweise das Stillen von Blutungen oder die Durchführung der Helmabnahme.

### Die Rettungskette

Die Versorgung der Verletzten vom Unfallgeschehen bis hin zum Krankenhaus wird in einem aktuellen Modell als viergliedriges Kettensystem dargestellt:

- Sofortmaßnahmen & Notruf,
- Erste Hilfe,
- Rettungsdienst/Transport,
- ärztliche Versorgung im Krankenhaus.

Entscheidend für die Darstellungsform der Rettungskette sind zwei Aspekte:

- Die Versorgung findet lückenlos statt.
- Die Maßnahmen greifen ineinander und sind direkt voneinander abhängig.

Da es im Notfall bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes einige Minuten dauert, kommt dem Ersthelfer in dieser Phase eine exklusive Rolle zu, die die ersten zwei Glieder der Rettungskette beinhaltet. Die Notwendigkeit zur Hilfeleistung in den ersten Minuten ist anhand der Kettenstruktur gut zu veranschaulichen. Nur so kann die Weiterversorgung durch Rettungsdienstpersonal und Ärzte Erfolg versprechend sein.

Sofortmaßnahmen & Notruf:

- Absichern der Unfallstelle,
- Retten aus dem Gefahrenbereich,
- Kontaktaufnahme mit dem/den Verletzten,
- Notruf 112.

Im Rahmen der Ersten Hilfe werden Verletzte sachgerecht gelagert, kleinere Wunden versorgt und der Patient psychisch betreut. Die Erste Hilfe als zweites Glied der Kette beinhaltet also je nach medizinischer Indikation:

- Wiederbelebung,
- Stillen lebensbedrohlicher Blutungen,
- Seitenlage bei Bewusstlosigkeit,
- Schockbekämpfung
- und die weitere Betreuung der Verletzten bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes, soweit dies dem Ersthelfer möglich ist.

Der Notruf muss einerseits so schnell wie möglich abgesetzt werden, andererseits sollten die Hilfeleistungen am Unfallort dadurch nicht unterbrochen werden. Ist nur ein Helfer vor Ort, muss die Rettungskette insofern modifiziert werden, als dass es heißt: »Phone first!« – also: zuerst den Notruf absetzen!

### Lernsituation 1

»Meine Oma fährt auf einmal mit dem Auto in Schlangenlinien über die Landstraße«



#### Ausbildung betrieblicher Ersthelfender

Lernziele und praktische Inhalte in der Lernsituation 1:

Die Teilnehmenden können grundsätzliche Maßnahmen bei Notfallsituationen nach anerkannten und geltenden Standards systematisch anwenden. Die Vermittlung erfolgt praxisnah und kompetenzorientiert. Die Maßnahmen sollen im Gesamttablauf unter Einfluss der psychischen Betreuung der vom Notfall betroffenen Personen geübt werden.

Die Teilnehmenden sollen ...

- eigene Sicherheit/eigenes Schutzverhalten beachten; z.B. Absichern einer Unfallstelle vornehmen können,
- den Notruf absetzen können,
- Rettung aus einem Gefahrenbereich inklusive Straßenverkehr kennen,
- Maßnahmen zur psychischen Betreuung und zum Wärmeerhalt durchführen können,
- die Helmabnahme beim bewusstlosen Motorradfahrer kennen,
- hirnbedingte Störungen erkennen und entsprechende Maßnahmen bei Schlaganfall und Krampfanfall durchführen können.

**Praktische Inhalte:**

- ▶ Rettung aus dem Gefahrenbereich (AD\*)
- ▶ Absetzen des Notrufes (im Rahmen eines Fallbeispiels)
- ▶ Abnehmen eines Helmes durch zwei Helfende (AD)
- ▶ Maßnahmen zur psychischen Betreuung und des Wärmehalts (im Rahmen eines Fallbeispiels).

\* AD (Ausbilderdemonstration): Die Maßnahme wird vom Trainer demonstriert, erläutert und ggf. von einzelnen Teilnehmenden geübt.  
TÜ (Teilnehmerübung): Die Maßnahme wird vom Trainer demonstriert, erläutert sowie grundsätzlich von allen Teilnehmenden (insbesondere durch zielgruppenspezifische Fallbeispiele) geübt.

**Unfälle im Straßenverkehr / Absichern der Unfallstelle**

Gerade im Straßenverkehr müssen Helfer sowohl auf die eigene als auch auf die Sicherheit aller Beteiligten achten, seien es die Verletzten oder der nachfolgende Verkehr. Daher ist das Absichern der Unfallstelle die erste Maßnahme, die vom Ersthelfer durchzuführen ist.

Es wird folgendes Vorgehen empfohlen:

- ▶ Schalte das Warnblinklicht an, sobald Du die Unfallstelle erkennst und bremsstotternd ab. Dadurch warnst Du die nachfolgenden Verkehrsteilnehmer.
- ▶ Fahre langsam an die Unfallstelle heran und stelle das Fahrzeug mit einem Sicherheitsabstand von etwa 10–15 m vor der Unfallstelle

am rechten Straßenrand ab. Nachts kannst Du die Unfallstelle mithilfe Deines Abblendlichts ausleuchten.

- ▶ Zieh Deine Warnweste an.
- ▶ Nimm das Warndreieck aus dem Fahrzeug, baue es noch am Fahrzeug auf und gehe dem Verkehr mit hochgehaltenem Warndreieck entgegen.
- ▶ Stelle das Warndreieck in angemessenem Abstand gut sichtbar am rechten Fahrbahnrand ab:
  - ca. 200 m auf Autobahnen,
  - ca. 100 m auf Landstraßen,
  - ca. 50 m innerhalb von Ortschaften.
- ▶ An unübersichtlichen Stellen, wie etwa Kurven oder Bergkuppen, sollte der Abstand entsprechend größer sein.
- ▶ Nachfolgende Fahrzeuge kannst Du mit Handzeichen oder einer Taschenlampe warnen.
- ▶ Wenn Du eine Warnblinkleuchte hast, stelle diese zusätzlich zwischen dem Unfallort und dem Warndreieck am Fahrbahnrand auf.
- ▶ Um je nach Unfallsituation auch den Gegenverkehr zu warnen, kannst Du weitere Verkehrsteilnehmer zur Mithilfe auffordern. Verteile dabei konkrete Aufgaben.

Nicht nur bei Verkehrsunfällen ist das Absichern wichtig. Auch in Betrieben oder auf Skipisten ist auf die Sicherheit der Beteiligten zu achten!

**Rettungsgriff**



# B ▶ Praxisteil



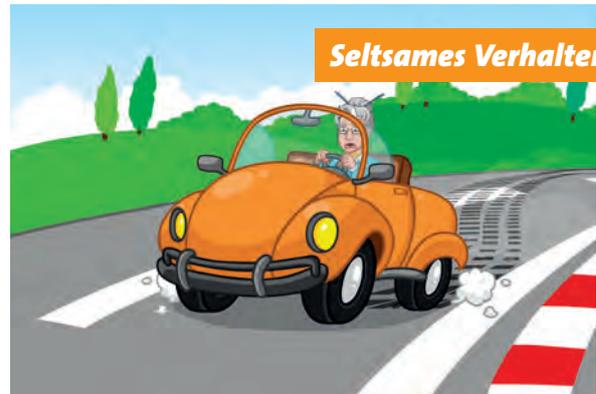
## Das kannst Du tun

Schlaganfall
SALZ
Sprechen
Arme heben
Lächeln
Zunge zeigen

Herz-Kreislauf-Problem
keine Lebenszeichen
Prüfen
112 rufen
Drücken

Schwere Blutung
Druckverband
Aufpressen

## Situationen



## Ein Bild findet mich



Gesamtgruppe bis max. 15 Teilnehmer



etwa 15 Minuten



Kartei mit großen, laminierten Bildern  
(mindestens im DIN-A5-Format)



Die Bilder werden für jeden gut sichtbar auf dem Boden oder auf den Tischen ausgelegt. Jeder Teilnehmer sucht sich innerhalb einer Minute ein Bild aus, das ihm etwas zur Vorgabe des Erste-Hilfe-Ausbilders sagt, bzw. ihn zur Vorgabe besonders anspricht.

Vorgaben können z.B. sein: »Wähle ein Bild aus, das etwas aussagt über ...

... Dich.

... Deine Stimmung.

... Deine Erwartungen an das Seminar.«



Es sollten mindestens doppelt so viele Bilder wie Teilnehmer ausliegen. Erst wenn jeder sich für »sein« Bild entschieden hat, darf man das Bild in die Hand nehmen.

Alternativ zu den Bildern kannst Du auch eine Sammlung von Gegenständen aus dem Erste-Hilfe-Bereich mitbringen und auf dem Boden ausbreiten. Ein dunkles Samttuch als Unterlage verleiht den Gegenständen einen Hauch von »Würde«.

### Notizen:



## Mindmapping



Gesamtgruppe bis max. 15 Teilnehmer



10 Minuten



Flipchart, Stifte

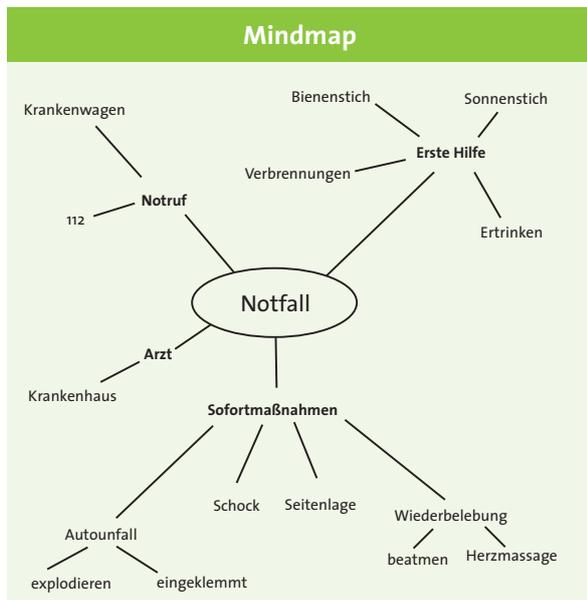


Die Teilnehmer nennen spontan ihre Gedanken, Ideen, Erinnerungen zu einem komplexen Thema. Die Thematik wird in die Mitte geschrieben oder gemalt. Die Äußerungen (max. 2–3 Schlagwörter pro Gedanke) werden notiert und mit den anderen Begriffen bzw. der zentralen Thematik in Verbindung gebracht.

Somit entsteht eine Art Landkarte der Gedanken. Bedeutsame Inhalte werden von weniger wichtigen optisch unterschieden oder durch Verzweigungen verdeutlicht.



Die Methode ist sowohl in Einzelarbeit (mit anschließendem Vergleich der Einzelergebnisse) als auch in Gruppenarbeit durchführbar.



## Schneeball



ausgehend von Einzelarbeit oder Kleingruppenarbeit bis zur Gesamtgruppe



20–30 Minuten



Arbeitsblätter, Farbkarton, Stifte, Textauszug mit Fragen



Jeder Teilnehmer bzw. jede Kleingruppe bekommt einen Textauszug mit drei Aufgaben zu den Themen Helfen und Hilfsbereitschaft (s. nachstehende Kopiervorlage) sowie einen Stift und ein leeres Arbeitsblatt. Zunächst werden der Text durchgelesen und die Aufgaben beantwortet. Die Aufgaben 1 und 2 versetzen den Teilnehmer einerseits in die Rolle eines Verkehrsunfallopfers, andererseits in die Situation eines möglichen Ersthelfers. Zur Beantwortung von Aufgabe 3 soll eine generelle Reihenfolge von Maßnahmen entwickelt werden, die der Ersthelfer im Beispiel durchführen würde. Nach Beendigung der Arbeitsphase soll sich im nächsten Schritt jeder Teilnehmer bzw. jede Kleingruppe mit seinem Nachbarn oder mit einer Nachbargruppe über die Aufgaben austauschen und eine Einigung über die Reihenfolge der Maßnahmen festlegen. Dieser Arbeitsschritt wird so lange fortgesetzt, bis ein Ergebnis der Gesamtgruppe vorliegt, das auf einem Karton notiert und präsentiert wird. Der Trainer hat nun im Plenum die Möglichkeit, die Themen »Rechtliche Grundlagen« und »Motivation« zum Helfen aufzugreifen und fehlendes Wissen zu ergänzen. Die von den Teilnehmern erarbeiteten Maßnahmen sollten im Raum aufgehängt bleiben, sodass immer wieder auf sie Bezug genommen werden kann.



Moderationsvorschlag: Der Trainer sollte jede einzelne Arbeitsphase mit einer genauen Zeitvorgabe einleiten und beenden.

## Würdest Du helfen?

28. März, kurz nach 17 Uhr. Es ist ein schrecklicher Anblick auf einer Bundesstraße im Kreis Koblenz: Ein Verletzter liegt regungslos neben dem Wrack seines Wagens. Allerdings ist der Unfall nicht echt, sondern ein Versuch, um die Hilfsbereitschaft der Autofahrer zu testen.

Es sieht böse aus: Das völlig zerstörte Auto schleuderte offensichtlich von der Fahrbahn, knallte gegen die Böschung am Waldrand, kippte um und blieb seitlich auf der Beifahrerseite liegen. Aus dem Motorraum steigt Rauch auf. Mit letzter Kraft klettert der Fahrer aus dem demolierten Kleinwagen und bricht vor dem Wrack zusammen.

Weit und breit ist kein Mensch zu sehen.

Dann rollt ein Mercedes heran. Der Fahrer reckt den Hals, schaut genau hin und – tritt aufs Gas. Acht Minuten später erreicht ein Golf die Unfallstelle. Auch diesmal schaut die Fahrerin genau hin und fährt weiter. Immer noch liegt der – vermeintlich – Verletzte hilflos einen Meter neben der Fahrbahn im Matsch und wartet bei eisigen Temperaturen auf Rettung ...

### Aufgabe 1:

*Wie würdest Du Dich in dieser Situation als Opfer fühlen?*

*Sammle stichpunktartig drei Begriffe, die Deine Gefühle beschreiben.*

Die Rettung naht erst eine Viertelstunde später: Der Fahrer eines Wagens sieht den Unfall, hält sofort an und will Erste Hilfe leisten. Glück hat, wer von solch einem Menschen entdeckt wird! Zu seiner Handlungsweise befragt, antwortet der Retter, dass für ihn Hilfe »ein eingespeichertes Programm« sei, das quasi automatisch ablaufe, und dass er schließlich »auch mal so daliegen und Hilfe brauchen könnte.«

Der Fahrer hat eine vorbildliche Handlungsweise bewiesen, mit der er im Ernstfall Leben gerettet hätte.

Aber: Jeder Zweite fährt bei einem Verkehrsunfall vorbei und lässt das Opfer liegen, weil er nicht helfen will oder kann. Mehr als die Hälfte der Autofahrer traut sich im Ernstfall trotz bescheinigten Kurses nicht zu, rettend Hand anzulegen. Nach einer Studie aus dem Jahr 2002 haben sogar 20 % aller Deutschen nie eine Ersthelfer-Ausbildung gemacht.

### Aufgabe 2:

*Stelle Dir vor, Du kämst an der Unfallstelle vorbei:*

*a) Ich würde anhalten.*

*b) Ich würde lieber weiterfahren.*

Die niederschmetternde Bilanz: Rund 10 % der Opfer könnten einen Unfall überleben, wenn rechtzeitig Erste Hilfe geleistet würde. Doch viele Ersthelfer plagt nicht nur die Angst vor Blut und zermalmten Körperteilen. Sie fürchten, durch falsche Handgriffe noch Schlimmeres anzurichten. Dies ist jedoch vollkommen unbegründet. Im ersten Augenblick reichen neben der medizinischen Hilfe vielfach schon Trost und Zuspruch aus, mit dem baldige Hilfe angekündigt wird. In einer Studie der Bundesanstalt für Straßenwesen sagten mehr als die Hälfte von nachträglich befragten Unfallopfern aus, dass sie allein beruhigende Worte und die Anwesenheit eines Helfers als hilfreich empfunden hätten.

### Aufgabe 3:

*Überlege Dir anhand des Beispiels konkrete Maßnahmen, wie Du als Ersthelfer vorgehen würdest.*

*Notiere oder male einen Maßnahmenplan und stelle ihn anschließend den anderen vor!*



## Methoden mit spieltypischen Elementen »Gamification«

Monotone Beschäftigungen, reduzierte Wahrnehmungsmöglichkeiten und wenig Bewegung für Körper und Geist lassen unsere allgemeine Aufmerksamkeit schon nach kurzer Zeit schwinden. Das gilt umso mehr für die junge Generation Z mit ihrer spezifischen Lernbiografie und ihren Bedürfnissen in Bezug auf Lernen und Unterrichtsgestaltung. Insbesondere junge Menschen sind nicht mehr in der Lage, dem Trainer durch zu lange Vortragsepisoden herkömmlicher Art zu folgen. Sie schalten ab, lenken sich ab und lernen nichts.

Um die Aufmerksamkeit der Teilnehmer zu erhalten, sollte ein Trainer nicht mehr als 20–30

Minuten vortragen oder ein Lehrgespräch führen (mit guten Fragen übrigens!), dann sollte ein Wechsel der Aktivität erfolgen. Vor allem wenn die Zielgruppe jünger ist, sollte der Erste-Hilfe-Trainer spieltypische Elemente wie Ranglisten, Punktvergabe, Vergleiche und spieltypische Regeln (»Gamification«) in das Unterrichtssetting und die Lernumgebung einbauen. Er wird somit dem Drang der jungen Generation nach Abwechslung und »Gamification« gerecht.

Du findest hier einige Methoden und Spiele, die diesem Bedürfnis entsprechen und Dich anregen, eigene und neue Spiele zu entwickeln.



## VERBANDKASTEN

HEFTPFLASTER

PFLASTERSTREIFEN

DEFIBRILLATOR

VERBANDSCHERE

VERBANDTUCH

RED BULL

WUNDKOMPRESSE

MULLBINDEN

STETHOSKOP

VERBANDPÄCKCHEN

DREIECKTUCH

WARNDREIECK

RETTUNGSDECKE

KREIDE

PAPIERTÜCHER

SPRITZEN

STECKNADEL

TRAUBENZUCKER

SICHERHEITSNADEL

STREICHHÖLZER

MEDIKAMENTE

STOFFTIER

EINMALHANDSCHUH

BLUTKONSERVEN

TAPE-VERBAND

KUGELSCHREIBER

ASPIRIN

LUTSCHPASTILLEN

FOTOAPPARAT

EH-BROSCHÜRE

SALBENVERBAND

KNIE-BANDAGEN

KNICKLICHTER

MÜTZE

SKALPELL

ASTHMA-SPRAY

SCHLÜSSELBUND

BUTTERDOSE

BEATMUNGSTUCH

GELDBÖRSE

LEGOSTEINE

KLEBESTREIFEN



# WORTPUZZLE

T	R	E	P	B	L	K	S	G	D	R	U	C	K	V	E	R	B	A	N	D
S	E	N	I	L	A	E	U	K	W	T	S	P	R	E	H	E	L	F	E	N
L	M	D	U	H	I	P	R	L	N	O	I	T	A	V	I	T	O	M	G	
L	R	C	S	T	P	L	H	M	D	K	N	L	U	K	W	H	J	Q	M	A
A	E	B	E	J	O	N	Q	N	N	E	G	A	W	N	E	K	N	A	R	K
F	A	L	L	E	B	E	N	S	R	E	T	T	E	R	Z	T	T	F	E	L
T	W	B	E	W	U	S	S	T	S	E	I	N	O	L	U	R	F	U	I	N
O	N	K	N	R	E	H	C	I	S	B	A	S	P	H	O	G	D	R	T	E
N	E	G	T	C	S	W	Z	B	A	P	T	M	R	S	I	F	L	T	E	T
I	G	W	S	T	E	R	I	L	L	U	A	F	T	O	N	C	B	O	N	I
K	I	S	I	X	M	V	S	V	I	L	R	O	U	A	T	M	U	N	G	A
S	E	I	T	E	N	L	A	G	E	S	E	P	M	H	P	Q	E	D	F	S



**Johannes Wischerhoff**

Dieses Praxisbuch wird Dich davon überzeugen, neue Methoden der Seminargestaltung zu erproben und eine zeitgemäße Ersthelferausbildung anzubieten. Denn methodische Vielfalt, zielgerichteter Medieneinsatz und abwechslungsreicher Unterricht sind unabdingbar. Erfahrene Trainer und angehende Ausbilder lernen 38 Einzelmethoden und Variationsmöglichkeiten kennen, die konkret im Unterrichtsraum umgesetzt werden können. Die ausgearbeiteten Arbeitsblätter und Kopiervorlagen erleichtern die Anwendung.

Das Buch behandelt unter anderem Methoden

- zum Seminareinstieg,
- zur Wiederholung und Festigung von Kenntnissen,
- zur spielerischen Gestaltung des Unterrichts und
- zur Selbstreflexion des Trainers.

Das Arbeitsbuch fasst die Grundaussagen der Weiterbildung im Erste-Hilfe-Wesen zusammen und beantwortet Fragen, die sich jeder Erste-Hilfe-Trainer stellt:

- Was bedeutet Teilnehmer- und Handlungsorientierung?
- Wie kann man Motivation und Emotionen der Teilnehmer ansprechen?
- Welche Rolle übernimmt die Lehrkraft im Lernprozess?

Die 3. Auflage hält für Dich den bewährten Kurszeit-Leitfaden bereit. Dieses Kurskonzept zur Ersten-Hilfe-Ausbildung ist bei den Berufsgenossenschaften gern gesehen. Du profitierst von dieser erprobten Herangehensweise.

# Der Erste-Hilfe-Ausbilder

## Praxisbuch zu pädagogischen und medizinischen Grundlagen