

Helfen will gelernt sein

Wo wir uns auch aufhalten – am Arbeitsplatz, zu Hause, im Sportverein, in der Schule oder im Straßenverkehr – überall und zu jeder Zeit können wir in Situationen geraten, in denen andere Menschen nach einem Unfall unsere tatkräftige Hilfe brauchen. Von diesen Situationen wird man normalerweise überrascht. Nicht jeder Mensch reagiert dann besonnen und weiß sofort, was zu tun ist. Im Gegenteil: Viele haben Angst und sind unsicher. Während sie unschlüssig herumstehen, vergeht wertvolle Zeit, die manchmal sogar über das Leben oder Sterben eines Menschen entscheidet.

Die Schülerinnen und Schüler an Berufsbildenden Schulen begreifen auf der Basis der vorliegenden Unterrichtsmaterialien der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung in einfacher Sprache, dass sie bei einem Notfall verpflichtet sind zu helfen. Sie erkennen, dass sie selbst davon profitieren, wenn sie einer solchen Situation nicht hilflos ausgeliefert sind, sondern gezielt handeln können. Wer weiß, was zu tun ist und eine Notlage positiv beeinflussen kann, hilft nicht nur den Betroffenen, sondern erhält auch Anerkennung. Gute Gründe also, in das erforderliche Know-how ein wenig Zeit und Energie zu investieren. Eine Ausbildung zur Ersthelferin oder zum Ersthelfer – im privaten oder beruflichen Umfeld – und regelmäßige Auffrischkurse sind das beste Mittel gegen die Hilflosigkeit und Ohnmacht im Ernstfall. Die Unterrichtsmaterialien sind in einfacher Sprache aufbereitet und können so zielgruppengerecht umgesetzt oder ergänzend genutzt werden.

Im Rahmen der Unterrichtsmaterialien werden folgende Inhalte vermittelt:

- Was ist in einer Notsituation zu tun?
- Welche Maßnahmen umfasst die Erste Hilfe im Betrieb?
- Welche Vorteile bringt die Ausbildung zur Ersthelferin oder zum Ersthelfer im Betrieb?

Wichtig: Diese Unterrichtsmaterialien ersetzen keinen Erste-Hilfe-Kurs. Sie sind branchenübergreifend einsetzbar.



Arbeitsblatt 1

Einstieg

Verteilen Sie zu Beginn des Unterrichts Arbeitsblatt 1 „Null Plan?“ mit einem Cartoon. Die Schülerinnen und Schüler beantworten die Fragen in Partnerarbeit. Sie analysieren eine Situation, in die sie jederzeit selbst geraten können: Jemand ist in Not, aber aus Unsicherheit und Angst, etwas falsch zu machen oder sich zu blamieren, hilft niemand. Bitten Sie die Lernenden, ihre Ergebnisse im Plenum zu präsentieren und zu diskutieren. Visualisieren Sie die wichtigsten Aussagen an der Tafel, am Smartboard oder an einer Wandzeitung.

Wichtig: Es geht in dieser Lerneinheit immer wieder um Selbsteinschätzung. Das erfordert eine Gesprächsatmosphäre, in der niemand befürchten muss, vorgeführt zu werden. Eine Polarisierung zwischen „dem dummen Gaffer“ und „dem guten Helfer“ ist nicht sinnvoll, denn Notsituationen sind extreme Herausforderungen. Die Psychologie des Helfens ist kompliziert. Ziel ist, den Schülerinnen und Schülern positiv zu vermitteln, dass sie durch eine Erste-Hilfe-Ausbildung ihre Belastbarkeit stärken und im Ernstfall Tatkraft entwickeln können.



Video „Erste Hilfe bei Herzstillstand“, Apotheken Umschau, 3,50 Minuten



Präsentationsmaterial



Verbandkasten mitbringen

Verlauf

Sie können als Aufhänger und zur Sensibilisierung für Erste Hilfe das Video „Erste Hilfe bei Herzstillstand“ (www.apotheken-umschau.de/Erste-Hilfe/Video-Erste-Hilfe-bei-Herzstillstand-37632.html) zeigen. Geben Sie den Schülerinnen und Schülern Gelegenheit, Fragen zu stellen. Informieren Sie sie auf Basis der Hintergrundinformationen und unter Einsatz des Präsentationsmaterials in einem kurzen Vortrag mit Raum für Diskussion über

- die Bürgerpflicht, Hilfe zu leisten
- Erste Hilfe als Sofortmaßnahme in einer Notsituation
- die Aufgaben des Ersthelfers oder der Ersthelferin als Teil einer Rettungskette
- Haftungsfragen
- personelle, materielle und organisatorische Erste-Hilfe-Maßnahmen im Betrieb
- die Ausbildung zur Ersthelferin oder zum Ersthelfer im Betrieb

Visualisieren Sie die zentralen Fakten stichwortartig an der Tafel, am Smartboard oder an einer Wandzeitung. Ermöglichen Sie den jungen Leuten darüber hinaus einen Blick in einen Verbandkasten inklusive Anfassen, Auspacken und Ausprobieren des Verbandmaterials. Es kann auch das Anlegen eines Druckverbands ausprobiert werden.

Nehmen Sie noch einmal Bezug auf Punkt 5 auf Arbeitsblatt 1 sowie die bisherigen Informationen zum Thema „Ersthelfende“ und stellen Sie folgende Fragen in den Raum: „Hand aufs Herz: Würden Sie stehen bleiben und helfen oder wegsehen und vorbeigehen, wenn Sie zufällig Zeuge eines Unfalls werden? Was glauben Sie, wie es sich anfühlt, als ausgebildete Ersthelferin oder ausgebildeter Ersthelfer einem Menschen in Not beistehen zu können? Könnten Sie sich vorstellen, sich persönlich ausbilden zu lassen?“



Pro-/Kontra-Diskussion

Die Schülerinnen und Schüler sollen in Ruhe und in Einzelarbeit Argumente sammeln, die für und gegen eine Ersthelfendenausbildung sprechen (**Pro:** Ich kann anderen helfen, weiß im Notfall, was zu tun, mache weniger oder keine Fehler, bekomme Anerkennung, fühle mich gut etc.. **Kontra:** Ich muss Zeit investieren, muss selbst aktiv werden, bekomme vielleicht im Betrieb oder in der Schule Extraaufgaben übertragen, stehe bei anderen in der Pflicht, muss meine Ängste überwinden, bin dann Ansprechperson für andere, stehe im Ernstfall im Mittelpunkt, habe Angst, dann zu versagen, wenn es darauf ankommt, etc.).

Regen Sie nach dieser Einzelarbeitsphase eine Pro- und Kontra-Diskussion im Plenum an. Sie können auch ein Streitgespräch initiieren. Schreiben Sie die jeweiligen Argumente in getrennten Spalten an die Tafel, das Smartboard oder an die Wandtafel.



Arbeitsblatt 2

Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler nach dem Zufallsprinzip Arbeitsgruppen zu bilden, Gruppengröße etwa fünf bis sieben Personen. Verteilen Sie Arbeitsblatt 2 „Helfen: Je schneller desto besser.“ Bitten Sie die jungen Leute, sich das Fallbeispiel durchzulesen und Punkt 1 des Arbeitsblattes zu bearbeiten. Die Ergebnisse werden im Plenum vorgestellt, diskutiert und anschließend visualisiert. Abschließend sollen alle Schülerinnen und Schüler einen Kenntnisstand erreicht haben, der ihnen die Vorbereitung auf das folgende Rollenspiel ermöglicht.



Rollenspiel

Transfer: Rollenspiel „Erste Hilfe“ als Outdoor-Aktion (Punkt 2, Arbeitsblatt 2). Anhand des Fallbeispiels oder einer selbst erfundenen Geschichte stellt jede Arbeitsgruppe eine Notfallsituation dar, in der der Ablauf von Erste-Hilfe-Maßnahmen durchgespielt und trainiert werden kann (Rettungsgriff, Notruf, Druckverband, Absichern der Unfallstelle, Kommunikation mit dem Verletzten usw.). In jeder Gruppe wird zunächst ein genauer Spielverlauf entwickelt, die Rollen werden festgelegt und herausgearbeitet, die Materialien (Verband-



Erste-Hilfe-Materialien bereitstellen.

material, Rettungsdecke, Telefone usw.) bereitgestellt. Nach Möglichkeit sollte die Aktion im Freien stattfinden (zum Beispiel auf dem Schulhof). Um einen optimalen Trainingseffekt zu erreichen, sollte die Notsituation möglichst realistisch nachgestellt werden. Auch der Einsatz von Theaterschminke und Kunstblut ist erlaubt. Falls Sie als betroffene Lehrkraft keine ausgebildete Ersthelferin beziehungsweise kein Ersthelfer sind, sollten Sie für die Betreuung und eventuelle Korrekturen während des Rollenspiels eine ausgebildete und erfahrene Kollegin oder einen Kollegen hinzuziehen. Wenn es an Ihrer Schule einen Schulsanitätsdienst gibt, finden Sie hier sicherlich Unterstützung.



Arbeitsblatt 3

Ende

Die Erfahrungen werden am Schluss der Aktion gemeinsam ausgewertet und zusammengefasst. Als Hausaufgabe bearbeiten die Schülerinnen und Schüler Arbeitsblatt 3 „Fit in Erster Hilfe?“ Das Arbeitsblatt dient zusammen mit den notierten Arbeitsergebnissen der Ergebnissicherung der Lerneinheit.

Lösungen für Arbeitsblatt 3: Antworten auf die Fragen 1 bis 5: siehe „Hintergrundinformationen für die Lehrkraft“. Frage 6, Rettungszeichen von oben nach unten: Erste Hilfe, Notruftelefon, Augenspüleinrichtung, Automatisierter externer Defibrillator (AED), Sammelstelle, Arzt.

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Erste Hilfe, Februar 2025

Herausgegeben von: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e. V. (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin, Chefredaktion: Kathrin Baltscheit (V.i.S.d.P.), DGUV, Berlin

Redaktion: Melanie Dreher, Pascal Schmidt, Universum Verlag GmbH, Wiesbaden, www.universum.de

E-Mail Redaktion: info@dguv-lug.de

Text: Gabriele Mosbach, Potsdam



Internet-
hinweis



Arbeits-
blätter



Arbeits-
auftrag



Präsentations-
material



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Lehrmaterialien