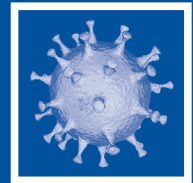


Stand
27.04.2021

Coronavirus Handlungshilfe Psychische Belastung in Krisenzeiten



Ab dem 27. Januar 2021 ist die Corona-Arbeitsschutzverordnung (Corona-ArbSchV) des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales in Kraft getreten mit den bestehenden drei Änderungsverordnungen. Ihre Gültigkeit ist bis **30.6.2021** befristet.

[BMAS - SARS-CoV-2-Arbeitsschutzverordnung](#)

Mit der ergänzten SARS-CoV-2-Arbeitsschutzverordnung sind Arbeitgeber verpflichtet, in ihren Betrieben allen Beschäftigten, die nicht ausschließlich im Homeoffice arbeiten, regelmäßige Selbst- oder Schnelltests anzubieten, grundsätzlich mindestens 2-mal pro Woche.

Die Regelungen zum Homeoffice wurden in das [Infektionsschutzgesetz §28b](#) aufgenommen und parallel in der SARS-CoV-2-Arbeitsschutzverordnung gestrichen.

Neu ist dabei, dass es eine zusätzliche Verpflichtung für Beschäftigte geben wird, das Angebot von Homeoffice anzunehmen, soweit ihrerseits keine Gründe entgegenstehen. Gründe können beispielsweise die Störung durch Dritte im Homeoffice sein oder ein fehlender adäquater Arbeitsplatz.

Die wesentlichen neuen Anforderungen der Verordnung:

- Alle Möglichkeiten zur Reduzierung betrieblicher Personenkontakte sind zu nutzen – Angebot von Homeoffice im Falle von Büroarbeit – betriebliche Zusammenkünfte auf das notwendige Minimum reduzieren bzw. durch Verwendung von Informationstechnologie ersetzen.
- Ist die gleichzeitige Nutzung von Räumen durch mehrere Personen erforderlich, soll die Mindestfläche pro Person 10 m² betragen. Wenn dies nicht möglich ist, muss durch andere geeignete Maßnahmen der Schutz der Beschäftigten gewährleistet sein. Dies sind insbesondere – Lüftungsmaßnahmen – geeignete Abtrennungen zwischen den anwesenden Personen – das Tragen von medizinischen Gesichtsmasken, FFP2-Masken oder vergleichbaren Masken, die durch den Arbeitgeber bereitzustellen sind.
Achtung: Mund-Nase-Bedeckungen (MNB) aus Stoff (auch als Alltagsmasken, Community-Masken o. ä. bezeichnet) sind nach Corona-ArbSchV nicht mehr zulässig.
- Die o. g. Masken sind darüber hinaus immer dann bereitzustellen, wenn der Mindestabstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann. Wenn bei der Tätigkeit mit erhöhtem Aerosolausstoß zu rechnen ist, z. B. bei körperlich schwerer Arbeit, müssen Masken zum Eigenschutz getragen werden, z. B. FFP2-Masken.

Wir weisen darauf hin, dass es bundeslandspezifische Regelungen geben kann, deren Geltungsdauer und Inhalte über die Inhalte der Corona-ArbSchV hinausgehen können.

Darüber hinaus ist die [SARS-CoV-2-Arbeitsschutzregel](#) zu beachten



Branchenspezifische Konkretisierung im Sinne des SARS-CoV-2 Arbeitsschutzstandards für die Branche Holz und Metall

Die Handlungshilfe bezieht sich ausschließlich auf die aktuelle Situation der Coronavirus-Pandemie; die erforderlichen Maßnahmen des Arbeitsschutzes bleiben davon unberührt.

Tätigkeiten mit Biologischen Arbeitsstoffen (einschließlich des Umgangs mit Viren) sind abschließend in der BioStoffV geregelt. Für alle Tätigkeiten, die unter den Anwendungsbereich der BioStoffV fallen, gelten die Festlegungen dieser Verordnung sowie des entsprechenden untergesetzlichen Regelwerks (insbesondere die Technischen Regeln für Biologische Arbeitsstoffe) unverändert.

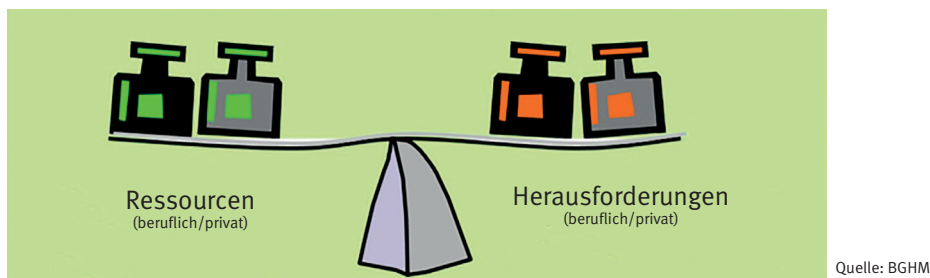
Bitte beachten Sie auch die weiteren Praxishinweise unter www.bghm.de – Webcode: 3759.

Bei Fragen wenden Sie sich an folgende Rufnummer: 0800 9990080-2

Das Leben mit Corona verändert die Arbeitswelt. Corona wirkt sich auch hier auf die Psyche der Menschen aus, also auf ihre Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen. Beschäftigte und ihre Führungskräfte sind verunsichert, wie sie ihre Arbeit wieder aufnehmen und sich dabei bestmöglich an die Vorgaben halten können. Besonders bei den Risikogruppen werden Ängste wach, sich anzustecken. Andere Beschäftigte erleben den Spagat zwischen beruflichem Einsatz und der Betreuungsnotwendigkeit ihrer Kinder zuhause.

Ein paar Dinge können Sie für sich und Ihre Beschäftigten tun, um ihnen die Situation zu erleichtern. Es geht darum, negative Aspekte zu minimieren und positive Aspekte der Krise hervorzuheben, also die Herausforderungen anzunehmen und die Ressourcen zu beleben.

Negatives minimieren



In erster Linie gilt es, die möglichen Ängste Ihrer Beschäftigten und Führungskräfte abzubauen. Auch bei der Gestaltung der psychischen Faktoren im Arbeitsleben gilt das T-O-P-Prinzip. Es gibt die Reihenfolge vor, nach der die technischen, organisatorischen und persönlichen Schutzmaßnahmen umgesetzt werden sollten.

Wirkung technischer Maßnahmen auf die Psyche

Setzen Sie die besonderen betrieblichen Arbeitsschutz-Maßnahmen zur Unterbrechung der Infektionsketten um! Sie haben oberste Priorität. Nur unter diesen Voraussetzungen werden Sie erreichen können, dass sich Ihre Beschäftigten sicher fühlen. Weitere Informationen zu aktuellen Arbeitsschutzvorgaben der Bundesregierung (SARS-CoV-2 Arbeitsschutzstandard) und aufbereitete Handlungshilfen zum Schutz vor Coronaviren finden Sie auf unseren Internetseiten unter www.bghm.de, Webcode 3759.

Wirkung organisatorischer Maßnahmen auf die Psyche

- Schutz-Strategien:
 - Bewahren Sie vertraute Strukturen unter neuen Rahmenbedingungen. Vertrautes gibt Sicherheit (z. B. die morgendliche Besprechung – nun unter freiem Himmel, die gemeinsame Mittagspause – nun mit Abstand, usw.).
 - Dokumentieren Sie ihre eingeleiteten Maßnahmen schriftlich und geben Sie sie Ihren Beschäftigten bekannt. Sie erkennen daran, dass Sie sich ernsthaft und strukturiert um ihre Gesundheit bemühen.
- Information:
 - Unterweisen Sie Ihre Beschäftigten in die neuen Schutzmaßnahmen und Regeln.
 - Halten Sie Ihre Beschäftigten auf dem Laufenden über betriebliche Entwicklungen. Damit bleibt das Geschehen für die Beschäftigten nachvollziehbar und handhabbar.
 - Informieren Sie sich selbst nur über seriöse Quellen und in Maßen (z. B. nicht mehr als einmal täglich über BGHM, Veröffentlichungen Ihrer Länder und deren Krisen-Hotlines, Robert Koch-Institut, usw.).
- Kommunikation:
 - Bleiben Sie mit Ihren Beschäftigten in Kontakt (z. B. telefonisch).
 - Tauschen Sie sich mit Ihren Beschäftigten, Führungskräften und anderen Expertinnen und Experten aus.

Wirkung persönlicher Maßnahmen auf die Psyche

- Haben Sie eine offene Tür und ein offenes Ohr für Ihre Beschäftigten.
- Widmen Sie sich besonders Risikogruppen, zum Beispiel Personen über 60 Jahre und Menschen mit bekannter Vorerkrankung. Sie haben oft größere Angst vor einer Ansteckung. Holen Sie sich Rat bei Ihren Betriebsärztinnen und Betriebsärzten.
- Finden Sie gemeinsam mit den Beschäftigten Lösungen, die ihre Arbeit, die Betreuung ihrer Kinder und ihrer pflegebedürftigen Eltern unter einen Hut bekommen müssen.
- Begleiten Sie entstehende Konflikte und lösen Sie sie gemeinsam mit den Beteiligten.

Positives verstärken

Ein Perspektivwechsel ist der Schlüssel zu neuen Ideen und kann helfen, eine Krise zu meistern. Sich neu zu orientieren, setzt oft enorme Ressourcen frei und öffnet neue Wege für ein besseres Zusammenleben. Indem Sie die positiven Aspekte hervorheben und verstärken, gewinnen Sie eine optimistische Sichtweise auf die Zukunft. Das löst Sie möglicherweise aus einer Schockstarre und macht Sie wieder handlungsfähig. Gemeinsam mit Ihren Beschäftigten und Führungskräften können Sie neue Wege für Ihren Betrieb erkennen und eröffnen. Eine zuversichtliche Herangehensweise stabilisiert nicht nur die Gesundheit aller Menschen im Betrieb, sondern auch die Gesundheit Ihres Unternehmens.

Um die Zuversicht in einer Krise zu entwickeln, sind drei Faktoren besonders hilfreich:

- Das Gefühl der Verstehbarkeit – „Wir verstehen es.“
Man kann Zusammenhänge und eine gewisse Logik im Leben nachvollziehen.
- Das Gefühl der Handhabbarkeit – „Wir schaffen das.“
Man ist überzeugt, das eigene Leben mitgestalten zu können.
- Das Gefühl der Sinnhaftigkeit – „Alles hat einen Sinn.“
Man glaubt, dass alle Höhen und Tiefen im Leben einen Sinn haben.

Wie können Sie mit diesen Punkten die Zuversicht in der Corona-Krise stärken?

Verstehbarkeit:

- Informieren und beteiligen Sie sich und Ihre Beschäftigten und Führungskräfte.
- Tauschen Sie sich untereinander und auch mit Familienangehörigen und Freunden aus.

Handhabbarkeit:

Stellen Sie sich, den Beschäftigten und Führungskräften folgende Fragen und versuchen Sie gemeinsam, Antworten darauf zu finden:

- Welche Krisen haben wir bisher schon gemeistert?
- Wie ist uns das gelungen?
- Was hat uns dabei geholfen?

- Was können wir daraus für heute lernen?
- Welche innovativen Wege wollen wir weiter gehen?

Sinnhaftigkeit:

- Welche Chance sehen Sie für uns und das Unternehmen in der Krise?
- Welche positiven Veränderungen nehmen Sie im Miteinander unter den Menschen innerhalb und außerhalb des Betriebs wahr?
- Welche Werte erfahren wir neu in unserer Gesellschaft? Was ist uns wichtig?
- Welche positiven Entwicklungen nehmen Sie an sich selbst wahr?

In diesem Sinn bleiben Sie positiv gestimmt und negativ getestet. Auch die Corona-Krise hat irgendwann ein Ende.

Ihre BGHM

Weiterführende Informationen:

- Artikel in der BGHM-Aktuell, Ausgabe 3/2020 (Seite 6 und 7).
[„Denkanstöße und Hinweise: Psychische Stabilität in der Coronakrise“](#)
- Handlungshilfen der BGHM unter www.bghm.de, Webcode 3759
- [FBGIB-005 „Psychische Belastung und Beanspruchung von Beschäftigten während der Coronavirus-Pandemie“](#)