

TÜV Rheinland: Traumatische Erfahrungen im Beruf können jeden treffen

Heftige Sofortreaktionen sind normal / Hilfsangebote für betroffene Mitarbeiter / So können Arbeitgeber vorbeugen

Köln, 8. Oktober 2015. Ein Arbeitsunfall – vor allem mit tödlichem Ausgang – ist für die Kollegen ein Schock. Glücklicherweise sind tödliche Arbeitsunfälle vergleichsweise selten: Im Jahr 2014 kam es nach Angaben der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) zu 473 solcher Ereignisse. Doch nicht nur ein Unfall kann Betroffene und Zeugen schwer belasten. Kristina Soldo, Psychologin bei TÜV Rheinland: „Verschiedene Erlebnisse können ein Trauma auslösen. Überfälle, sexuelle Übergriffe, persönliche Angriffe oder eine schwere Erkrankung eines Kollegen wie ein Herzinfarkt am Arbeitsplatz sind nur einige dieser Situationen. Gemeinsam ist ihnen, dass sie eine schwer zu verarbeitende Erfahrung darstellen, die mit intensiver Furcht, Hilflosigkeit und Entsetzen einhergeht. Betroffene berichten, das Schlimmste sei das Gefühl, die Kontrolle über sich und die Situation zu verlieren.“ Prinzipiell kann jeder am Arbeitsplatz mit einer belastenden Situation konfrontiert werden. Erhöht ist das Risiko bei Arbeitnehmern, die mit Geld zu tun haben, wie Bankangestellte, Kassierer oder Mitarbeiter in Spielhallen. Auch Pflegepersonal in Krankenhäusern und Altenheimen oder Mitarbeiter in Ämtern und Behörden kennen Übergriffe von Patienten oder verärgerten Kunden.

Im Ernstfall richtig reagieren

Reaktionen auf eine belastende Situation wie heftiges Weinen, innere Unruhe, Schreckhaftigkeit oder auch das wiederholte Durchleben des Ereignisses sind in der ersten Zeit normal. „Diese akute Belastungsreaktion sollte allerdings nach fünf bis zehn Tagen abklingen. Hält sie über Wochen oder mehrere Monate an, könnte es sich um eine posttraumatische Belastungsstörung handeln, bei der professionelle Hilfe durch einen Psychotherapeuten sinnvoll ist“, so Soldo.

Direkt nach einem traumatischen Erlebnis ist es wichtig, dem Betroffenen Sicherheit zu geben. Das bedeutet, ihn beispielsweise vom Ort des Geschehens weg in einen Nebenraum zu bringen und dort auf seine Bedürfnisse einzugehen: Schon kleine Gesten, wie das Reichen von Taschentüchern oder einem Getränk oder auch einfach nur da zu sein und zuzuhören, zeigen Anteilnahme und wirken

beruhigend. Zwar entlastet auch ein Gespräch. Doch ob, wann und mit wem über das Erlebte gesprochen wird, entscheidet allein der Betroffene.

In der ersten Zeit nach einem schockierenden Ereignis gibt die normale Alltagsroutine Sicherheit. Aktivität, positive Erlebnisse, gemeinsame Mahlzeiten und Ablenkung verhindern belastendes Grübeln. Ebenso wichtig für die Verarbeitung des Geschehens ist es, dass der Betroffene mit nahestehenden Personen – Freunde, Partner, Kollegen – über das Erlebte sprechen kann.

Hilfsangebote für Unternehmen

Professionelle Gesprächspartner finden Arbeitnehmer nach einem belastenden Erlebnis in der externen Mitarbeiterberatung, die einige Unternehmen in Zusammenarbeit mit TÜV Rheinland ihren Beschäftigten anbieten. Stellen die Experten bei den Gesprächen fest, dass beispielsweise eine ambulante Psychotherapie sinnvoll ist, helfen sie bei der Organisation der Maßnahme.

Angriffe durch Kunden, Überfälle und Unfälle sind unvorhersehbare Ereignisse. Aber auch hier ist Prävention möglich: Krisenpräventionsseminare bereiten Führungskräfte und Mitarbeiter auf mögliche Extremsituationen vor. Experten von TÜV Rheinland vermitteln beispielsweise Wissen über Gefahrensituationen. Ein Aspekt kann dabei die Gestaltung des Arbeitsplatzes sein: Was kann ein Besucher beispielsweise als Waffe nutzen? Das können alltägliche Dinge wie ein Locher oder eine Schere auf dem Schreibtisch sein. Aber auch Kenntnisse darüber, wie Körpersprache wirkt, sowie Strategien, um eine angespannte Situation zu entschärfen, beugen möglichen Gefahrensituationen vor. „Hilfreich ist zudem das Wissen über normale Belastungsreaktionen, Stress und Angst. Es erleichtert betroffenen Mitarbeitern, ihre Reaktionen einzuordnen und ein Trauma zu verarbeiten“, erläutert Soldo.

Weitere Informationen unter www.tuv.com/amd bei TÜV Rheinland im Internet.

TÜV Rheinland ist ein weltweit führender unabhängiger Prüfdienstleister mit über 140 Jahren Tradition. Im Konzern arbeiten 19.300 Menschen in 69 Ländern weltweit. Sie erwirtschaften einen Jahresumsatz von über 1,7 Milliarden Euro. Die unabhängigen Fachleute stehen für Qualität und Sicherheit von Mensch, Technik und Umwelt in fast allen Lebensbereichen. TÜV Rheinland prüft technische Anlagen, Produkte und Dienstleistungen, begleitet Projekte und Prozesse für Unternehmen. Die Experten trainieren Menschen in zahlreichen Berufen und Branchen. Dazu verfügt TÜV Rheinland über ein globales Netz

anerkannter Labore, Prüf- und Ausbildungszentren. Seit 2006 ist TÜV Rheinland Mitglied im Global Compact der Vereinten Nationen für mehr Nachhaltigkeit und gegen Korruption.
www.tuv.com im Internet.

Ansprechpartner Presse: Antje Schweitzer, Telefon: +49 221 806-5597.

Die aktuellen Presseinformationen erhalten Sie auch per E-Mail über presse@de.tuv.com
sowie im Internet: www.tuv.com/presse und www.twitter.com/tuvcom_presse