

Schlüsselprinzipien der HUMAN FACTORS

beim Arbeiten unter Stress



Übersetzung des englischen Originals mit freundlicher Genehmigung der clinical human factors group.

1. Besprich die Lage mit dem ganzen Team - selbst wenn es nur kurz ist

- Verständige dich auf klare Sprachregelungen, um Mehrdeutigkeiten zu vermeiden und Antworten zu beschleunigen
- Sorge für eine klare Rollenverteilung: wer, wie & was wenn?
- Einigt Euch auf einen Weg, um Bedenken zu äußern
- Führe eine Lagebesprechung vor dem Anlegen der persönlichen Schutzausrüstung durch

2. Handle unter Stress überlegt

- Vertiefe Deine Atmung oder zähle bis 10
- Mach ein Team-time-out - mit einer zuvor vereinbarten Handlung oder einem Codewort
- Benutze eine Gedankenstütze wie "ABCDE", um Erstmaßnahmen zu lenken
- Stelle offene Fragen - Was glaubst DU passiert gerade?
- Nutze eine Tätigkeit - wie das Anlegen der Schutzausrüstung - zum Innehalten

3. Führe offen und binde Dein Team in dynamische Szenarien ein

- Stelle offene Fragen bevor Du handelst - Was glauben wir passiert gerade? Was glauben wir muss jetzt passieren?
- Konzentriere Dich darauf was richtig ist, und nicht darauf, wer Recht hat

4. Hilf Personen die noch nicht eingearbeitet sind

- Sei freundlich und einfühlsam, antizipiere Auslöser von Stress
- Erkläre, warum Dinge auf eine bestimmte Weise gemacht werden

5. Benutze Checklisten und Merkhilfen um Aufgaben zu unterstützen

- Führe jede Handlung aufmerksam und durchdacht aus
- Falls Du unterbrochen wirst, halte inne und erwäge, ob es nicht sicherer wäre, noch mal von vorne zu beginnen

6. Ermutige dein Team sich zu äußern

- Wer Fragen stellt oder Probleme anspricht, hat Lob, nicht Herabwürdigung verdient
- Gib allen Teammitgliedern ausdrücklich die Erlaubnis, ihre Bedenken zu äußern

7. Erkenne Faktoren, die die Leistung schmälern

- Erinnert einander eine Pause zu machen - möglicherweise haben wir Schwierigkeiten, das für uns selbst zu erkennen.
- Folge einem Pausenplan und stell sicher, dass alle essen, trinken und zur Toilette gehen können, besonders, wenn PSA über einen längeren Zeitraum getragen werden muss
- Gib allen Teammitgliedern ausdrücklich die Erlaubnis, ihre Bedenken zu äußern

8. Mach Nachbesprechungen mit dem Team um aus Erfahrungen zu lernen

- Stelle offene Fragen - Worauf sind wir stolz? Was waren die Herausforderungen?
- Sei ein Vorbild - teile eigene Gefühle und Überlegungen. Bestärke andere, es auch zu tun!

9. Denke auch an alle anderen Mitarbeiter im Gesundheitssystem

- Hör Dir Fragen und Bedenken an, die diese Mitarbeiter zu Patienten haben- sie verfügen unter Umständen über wesentliche Informationen
- Unterstütze sie im Umgang mit ihrer Schutzausrüstung und hör dir ihre Sorgen zum Kontakt mit potentiellen Covid-Patienten an