

## **Methode Tea(m)Time**

### **Tea(m)Time@ Ein Konzept des Landeskrankenhauses (AöR)**

Betriebliches Gesundheitsmanagement spielt in allen Bereichen der Arbeitswelt und in allen Branchen eine wichtige Rolle.

Die Methode „Tea(m)Time“ wurde vom Landeskrankenhaus (AöR) entwickelt, erprobt und evaluiert. Tea(m)Time ist eine wirksame, praktikable und nachhaltige Methode, die es Teams möglich macht selbstständig psychischen Belastungen am Arbeitsplatz zu erkennen, zielgerichtete, zeitnahe Maßnahmen einzuleiten und zu evaluieren. Mit Tea(m)Time kann das betriebliche Gesundheitsmanagement in einem Unternehmen in allen Branchen vorangebracht werden.

Tea(m)Time wird den Anforderungen des Arbeitsschutzgesetzes gerecht (§ 4 und 6 Arbeitsschutzgesetz). Evaluiert wurde die innovative Methode durch die Unfallkasse Rheinland-Pfalz. Die Ergebnisse zeigen, dass die „gesetzlichen Anforderungen an die Gefährdungsbeurteilung Psychische Belastung“ erfüllt werden und den Teams gleichzeitig ein Selbsthilfeeinstrument an die Hand gegeben wird wodurch die Team- Resilienz positiv beeinflusst werden kann.

Ganz besonders bietet sich die Methode Tea(m)Time in belastungsintensiven Arbeitsbereichen wie z.B. für die Mitarbeitenden in der Pflege in Krankenhäusern an. Das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung Rheinland-Pfalz unterstützte vom Juli 2019 – März 2022 das Projekt „Tea(m)Time im Krankenhaus- Psychische Belastungen am Arbeitsplatz gut erfassen und handeln“ das durch die Rhein-Mosel-Akademie des Landeskrankenhauses (AöR) durchgeführt wurde.

Im Rahmen der Tea(m)Time-Methode werden regelmäßig und verbindlich Besprechungen durchgeführt, die durch die jeweiligen Vorgesetzten der Teams moderiert werden. Der direkte Vorgesetzte, in der Rolle des Moderators, unterstützt das Team bei der Identifikation von Belastungen und Lösungen. Selbstverständlich sollten die Vorgesetzten der Teams vorab zur Moderation und Durchführung der Tea(m)Time qualifiziert werden.

Verständlich wird diese Methode durch die Betrachtung einer einzelnen Tea(m)Time:

## 1. Erfassung der Arbeitsfähigkeit

Jede Tea(m)Time beginnt mit einer Abbildung der Arbeitsfähigkeit: Alle Beschäftigte eines Teams werden gebeten ihre derzeitige psychische sowie physische Arbeitsfähigkeit anonymisiert einzuschätzen.

## 2. Identifikation /Priorisierung von Belastungen

Darauf folgend wird der Moderator derzeitige Belastungen gemeinsam mit den Beschäftigten identifizieren und nach der Belastungsintensität fragen. Die Belastung mit der höchsten Intensität wird zum Thema der Tea(m)Time.

## 3. Lösungen selbstständig erarbeiten

Im Anschluss werden Gründe für die Belastungen und in dessen Folge, Lösungen erarbeitet. Sollten diese bereits in die Arbeit integrierbar erscheinen, werden Verantwortungen dafür vergeben oder, sofern keine Lösung erarbeitet werden konnte, werden Aufgaben bis zur nächsten Tea(m)Time vergeben.

## 4. Reflexion der Wirkung

Sofern eine Belastung umfänglich bearbeitet werden konnte, wird durch eine kurze Reflexion die Wirkung geprüft und die "Gesundheitsbrille" jedes einzelnen aktiviert.

Normalerweise wird eine Tea(m)Time in die übliche Besprechungskultur eines Teams eingebunden. Sofern diese, z.B. in Zeiten von Corona, ausschließlich digital stattfinden, könnte Tea(m)Time auch auf die digitale Durchführung angepasst werden und somit einer Besprechungskultur im Homeoffice gerecht werden. Tea(m)Time schafft die Möglichkeit das Teams aktiv bei der Suche nach Lösungen für eine Belastung zu beseitigen partizipieren können. So können sich Teams selbstwirksam erleben und dies kann einen positiven Effekt auf die Resilienz der jeweiligen Teams haben.

Idealerweise wird Tea(m)Time in einem Unternehmen begleitet durch ein entsprechendes Reporting, so dass die Ergebnisse der Unternehmensleitung als Bericht zur Verfügung gestellt werden können.