

# FORUM BEDROHUNGSMANAGEMENT

## Zwischen Pandemie und New Normal – was heißt das eigentlich für uns als Bedrohungsmanager?

Waren in der Pandemie unsere großen Herausforderungen, wie erfahren wir, wenn Kolleginnen oder Kollegen Unterstützung benötigen, aber sie selbst nicht in der Lage sind, sich zu melden und wie transportieren wir, dass wir auch im Lock-down für sie erreichbar sind? Im Homeoffice sind nicht nur die Kolleg\*innen räumlich weit entfernt, auch die Vorstellung Unterstützung durch den Arbeitgeber zu bekommen rückt weiter in die Ferne.

Nun sind wir eine Stufe weiter – zumindest, hoffen wir alle, ohne eine massive 4. Welle davon zu kommen.

In unserer täglichen Arbeit schauen wir auf Veränderungen eines Menschen. Kolleginnen und Kollegen melden sich bei uns, weil sie eine besorgniserregende Veränderung wahrgenommen haben, spüren, erleben bei sich oder anderen. Doch wie sieht es nun im New Normal aus? Sind wir bei *Normal* schon angekommen und können die Abweichungen wahrnehmen?

Phillippa Lally ist Gesundheitspsychologieforscherin am University College London (UCL). Sie hat mit ihrem Forscherteam in einer Studie untersucht, wie lange es dauert, um eine Gewohnheit zu etablieren. Im Durchschnitt dauert es 66 Tage, also mehr als zwei Monate, bevor ein neues Verhalten automatisch wird. Wie lange es dauert eine neue Gewohnheit zu bilden, kann je nach vorliegenden Umständen und von Mensch zu Mensch stark variieren. Lallys Studie ergab, es dauert 18 bis 254 Tage, um eine neue Gewohnheit zu bilden. Soweit die Studie, aber wie sieht es nun bei uns tatsächlich aus?

In unserer 1. Frage haben wir nach dem Empfinden gefragt, wieder Kolleg\*innen im Büro zu treffen?

Mit dieser Frage werden gleich zwei große Veränderungen erfragt- zumindest für einige: Zurück ins Büro, den heimischen Arbeitsplatz verlassen und gemeinsam mit Kolleg\*innen in einem Raum zu arbeiten.

Die Mehrheit der Befragten freut sich auf die Kolleg\*innen. Doch sind 1/3 der Befragten waren eher skeptisch, lief doch von zu Hause, im neuen „H“-Office auch alles ganz gut.

In unserem Team wurde in Pandemiezeiten die Kameranutzung zur Routine, ein visueller Eindruck ist mehr als nur der Ton, doch immer noch weit weniger als ein persönliches Treffen.

In unserer 2. Fragen haben wir nach dem **Gefühl, ob sich Kolleginnen und Kollegen verändert haben**, gefragt (Wesen, Aussehen etc.).

Laut einer Studie der TU München (veröffentlicht in der Zeit online) haben die erwachsenen Deutschen im letzten Jahr 5,6 Kilo zugenommen, soweit die äußerlichen Veränderungen.

Blicken wir auf uns, so gaben die meisten Befragten an, ihre Kolleg\*innen sind mehr oder weniger ganz die „Alten“ geblieben. Manche können diese Frage nicht beantworten, da sie die Kolleg\*innen noch nicht wieder real getroffen haben oder aufgrund von organisatorischen Veränderungen einem neuen Team zugeordnet wurden und die Kolleg\*innen noch nicht kennenlernen konnten.

**Hat sich die Achtsamkeit anderen gegenüber in der Pandemie verändert?** Für uns als Bedrohungsmanager eine sehr wichtige Frage. Sowohl mit sich selbst als auch mit anderen achtsam umzugehen, ist Voraussetzung, um besorgniserregende Veränderungen wahrzunehmen

# FORUM BEDROHUNGSMANAGEMENT

und aktiv zu werden. Circa die Hälfte der Befragten nehmen für sich keine Veränderung in der Achtsamkeit wahr. Dahingegen erlebt die andere Hälfte der Befragten eine erhöhte Wachsamkeit, mehr Sensibilität füreinander „Man spricht viel persönlicher miteinander“ so eine Aussage, oder „volle Aufmerksamkeit im Team, damit niemand untergeht“. Erste Anzeichen von zunehmender Achtsamkeit lassen sich auch bei uns im Bedrohungsmanagement erkennen, ob sich der Eindruck verfestigt, bleibt abzuwarten.

Bei der Frage, **wie fühlst Du Dich im Büro mit Personen, bei denen Du nicht weißt, ob sie getestet, geimpft oder genesen sind**, wird deutlich, dass New Normal noch weit entfernt von „normal“ ist. Hier spalten sich die Geister in gleich große Lager: Sind die einen völlig entspannt und vertrauen auf das Hygienekonzept, fühlen sich die anderen unwohl und sind gestresst.

Und natürlich durfte die Frage **„Was wünschst Du Dir von den Kolleg\*innen damit es leichter geht?“**, nicht fehlen. Auf Platz 1 der genannten Punkte stand – wie zu erwarten – der Wunsch nach Einhaltung der Hygieneregeln und der Offenlegung des Impfstatus, gefolgt von Rücksichtnahme und Achtsamkeit.

Sind die Erwartungen an die Kolleg\*innen umsetzbar, gleichen die Anforderungen an die Führungskräfte einem Balanceakt zwischen zentralen Vorgaben und dem Wunsch nach individuellen Optionen.

Fazit:

Doch noch sind wir nicht im „New Normal“ angekommen. Absolute Flexibilität gekoppelt mit klaren Regelungen / Vorgaben ergänzt durch mehr Achtsamkeit für sich und andere = New Normal, so das Ergebnis unseres Stimmungsbildes.

Claudia Brandkamp

Kommentare/eigenen Erfahrungen hierzu bitte an: [Redaktion@forum-bedrohungsmanagement.de](mailto:Redaktion@forum-bedrohungsmanagement.de)