

# Betriebliche psychologische Erstbetreuung nach traumatischen Ereignissen, sogenannte „psychische erste Hilfe“ und Erste Hilfe: Was ist was?

Sachgebiet Psyche und Gesundheit in der Arbeitswelt, Stand 27.06.2025

**Fragen rund um die psychische Gesundheit beschäftigen immer mehr Menschen in unserer Gesellschaft. Dies führt zu unterschiedlichen Qualifizierungs- und Unterstützungsangeboten, auch im Betrieb. Dabei kommt es zu Missverständnissen, da teilweise gleiche Begriffe für unterschiedliche Angebote verwendet werden. Insbesondere die betriebliche psychologische Erstbetreuung und die sogenannte „psychische erste Hilfe“ sind differenziert zu betrachten. Von beidem abzugrenzen ist die betriebliche Erste Hilfe nach §10 ArbSchG. Eine Orientierungshilfe bietet die Tabelle ab Seite 2.**

Dort wo die Gefahr für traumatische Ereignisse bei der Arbeit [1] hoch ist, müssen mögliche Folgen für die Betroffenen so gering wie möglich gehalten werden. Dafür haben Arbeitgebende nach Arbeitsschutzgesetz Sorge zu tragen (insbesondere § 4 und § 5 ArbSchG). Eine mögliche Maßnahme hierbei ist die ereignisnah angebotene **betriebliche psychologische Erstbetreuung** durch qualifizierte Laien [2].

Darüber hinaus gibt es Angebote und Konzepte zur psychischen Gesundheit von Beschäftigten, die häufig unter dem Begriff der **sogenannten „psychischen ersten Hilfe“** zusammengefasst werden. Diese zielen auf die generelle Sensibilisierung und Qualifizierung zum Umgang mit psychischen Erkrankungen, Beschwerden und Problemen.

Beide Angebote sind abzugrenzen vom Begriff der **Ersten Hilfe** (§ 14 SGB VII, § 10 ArbSchG und §§ 24 ff. DGUV Vorschrift 1). Dieser bezeichnet „medizinische, organisatorische und betreuende Maßnahmen an Erkrankten oder Verletzten mit einfachen Mitteln unter Einbeziehung des Notrufs“ [3].

Tabelle 1 - Unterschiede zwischen den Angeboten der betrieblichen psychologischen Erstbetreuung, der sogenannten „psychischen ersten Hilfe“ sowie der betrieblichen Ersten Hilfe.

	<b>Betriebliche psychologische Erstbetreuung</b>	<b>sog. „psychische erste Hilfe</b>	<b>Betriebliche Erste Hilfe</b>
<b>Zielsetzung</b>	Betriebliche Organisation von Angeboten für die akute Betreuung und Stabilisierung von Personen unmittelbar nach arbeitsbedingten traumatischen Ereignissen (zum Beispiel Verkehrsunfälle, Arbeitsunfälle, Überfälle, Übergriffe und Katastrophenfälle) zur Verringerung akuter Stressreaktionen und Verhütung von Folgeerkrankungen	Betriebliche Angebote zur Sensibilisierung und Qualifizierung mit dem Ziel, Kolleginnen und Kollegen mit psychischen Problemen und Krisen aus allen Lebensbereichen zu unterstützen.	Betriebliche Organisation der medizinischen Versorgung bei akuten Verletzungen oder Krankheitssymptomen
<b>Beispielhafte Bezeichnungen, die ebenfalls verwendet werden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kollegiale Erstbetreuung</li> <li>• Kollegiale Unterstützung</li> <li>• Psychosoziale Notfallversorgung</li> <li>• Psychologische Erste Hilfe</li> <li>• Psychologische Soforthilfe</li> <li>• Erstbetreuung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erste Hilfe für die Seele</li> <li>• Erste Hilfe für die mentale Gesundheit</li> <li>• Kollegiale Beratung für psychische Gesundheit</li> <li>• Mental First Aid</li> <li>• Mental Health Coaching</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstversorgung</li> </ul>
<b>Inhalt der Maßnahme</b>	<p>Betriebliche akute Unterstützung für Betroffene von traumatischen Ereignissen bei der Arbeit</p> <p>Beinhaltet zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sofortiger Einsatz / bis zu 48 Stunden nach dem Ereignis</li> <li>• Unterstützende Kontaktaufnahme</li> <li>• Unterstützung von äußerer und innerer Sicherheit, Abschirmen</li> <li>• Psychische Stabilisierung und Beruhigung</li> <li>• Begleitung an einen sicheren Ort / zur weiteren Versorgung</li> </ul>	<p>Betriebliches Angebot zur Sensibilisierung bei psychischen Problemen und Krisen sowie Entstigmatisierung</p> <p>Beinhaltet zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kollegiale Unterstützung bei psychischen Problemen</li> <li>• Psychisch instabilen Personen begegnen und beistehen</li> <li>• Sensibilisierung zu verschiedenen psychischen Störungen</li> <li>• Über professionelle Hilfsangebote informieren</li> </ul>	<p>Die Erste Hilfe beinhaltet unter anderem:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Versorgung von Wunden</li> <li>• Absetzen des Notrufs</li> <li>• Betreuung des Betroffenen</li> <li>• Sofortmaßnahmen (insbesondere bei lebensbedrohlichen Zuständen)</li> </ul>

<p><b>Durchführende</b></p>	<p>Intern / innerbetrieblich:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• geschulte Kolleginnen und Kollegen</li> </ul> <p>Extern:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Externe Anbieter und Dienstleister</li> <li>• Kooperation mit regionaler psychosozialer Akuthilfe (Kriseninterventions- oder Notfallseelsorgeteams)</li> </ul>	<p>Intern / innerbetrieblich:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• geschulte Kolleginnen und Kollegen</li> </ul> <p>Extern:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Externe Anbieter und Dienstleister</li> </ul>	<p>Intern / innerbetrieblich:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aus- bzw. fortgebildete betriebliche Ersthelfende (Kolleginnen und Kollegen)</li> </ul> <p>Extern:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperation mit anderen Unternehmen möglich (aus- bzw. fortgebildete betriebliche Ersthelfende anderer Firmen)</li> </ul>
<p><b>Empfehlungen und Voraussetzungen für den betrieblichen Kontext</b></p>	<p>Es wird empfohlen die Qualifizierung zur betrieblichen psychologischen Erstbetreuung gemäß DGUV Information 206-017 „Gut vorbereitet für den Ernstfall! - Standards im Umgang mit traumatischen Ereignissen im Betrieb“ durchzuführen.</p> <p>Auf Grundlage einer Gefährdungsbeurteilung sollte die betriebliche psychologische Erstbetreuung in einem betrieblichen Notfallplan und Betreuungskonzept berücksichtigt werden. Dadurch wird auch die Anbindung an betriebliche Strukturen sichergestellt.</p> <p>Persönliche Voraussetzungen und Eignung von Mitarbeitenden, die ausgebildet werden, zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• klares Aufgaben- und Rollenverständnis</li> <li>• eigene psychische Stabilität und Abgrenzungsfähigkeit</li> <li>• Belastbarkeit</li> <li>• Vertrauenswürdigkeit</li> <li>• soziale Kompetenz</li> <li>• Einfühlungsvermögen</li> <li>• Kontaktfähigkeit</li> </ul>	<p>Es wird empfohlen ein betriebliches Konzept zu erstellen, das Aufgaben, Rollen und den Einsatz definiert.</p> <p>Sog. „psychische erste Hilfe“ sollte an vorhandene betriebliche Strukturen für Hilfsangebote angedockt werden. Dazu gehört auch das Anknüpfen an bestehende Rollen und Beauftragte im Betrieb, zum Beispiel:</p> <p>Führungskräfte, Personen in Schlüsselpositionen, Sozialberatung, Suchtbeauftragte, Sicherheitsbeauftragte, Betriebsärzte, Personal-/Mitarbeitervertretung, BGM-Beauftragte, BEM-Beauftragte etc.</p> <p>Persönliche Voraussetzungen und Eignung von Mitarbeitenden, die ausgebildet werden, zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• klares Aufgaben- und Rollenverständnis</li> <li>• eigene psychische Stabilität und Abgrenzungsfähigkeit</li> <li>• Vertrauenswürdigkeit</li> <li>• soziale Kompetenz</li> <li>• Einfühlungsvermögen</li> <li>• angemessene Nähe und Distanz im Umgang</li> </ul>	<p>Die Qualifizierung betrieblicher Ersthelfender ist über die Vorgaben aus § 26 DGUV Vorschrift 1 geregelt. Die Aus- und Fortbildung erfolgt in der Regel durch sogenannte ermächtigte Stellen. Die Dauer der Ersthilfe-Kurse (neun Unterrichtseinheiten) sowie die Inhalte sind dabei verbindlich definiert.</p> <p>Mitarbeitende müssen z. B. durch Aushänge und in der Unterweisung über die Alarmierung der betrieblichen Ersthelfenden informiert werden.</p>

<b>Regelungen und Anforderungen an den Arbeitgeber</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• § 4 Abs.1 ArbSchG</li> <li>• § 5 ArbSchG</li> <li>• DGUV Vorschrift 25 „Überfallprävention“</li> <li>• DGUV Grundsatz 306-001 Traumatische Ereignisse – Prävention und Rehabilitation</li> <li>• DGUV Information 206-017 Gut vorbereitet für den Ernstfall! Standards im Umgang mit traumatischen Ereignissen im Betrieb</li> </ul>	Bei Angeboten zur sog. „psychischen ersten Hilfe“ handelt es sich in der Regel um freiwillige Angebote des Arbeitgebers, z. B. im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• § 10 ArbSchG</li> <li>• §§ 24 ff. DGUV Vorschrift 1 „Grundsätze der Prävention“</li> <li>• DGUV Information 204-022 „Erste Hilfe im Betrieb“</li> </ul>
--	---	--	--

**Das Wichtigste auf einen Blick:**

	<b>Betriebliche psychologische Erstbetreuung</b>	<b>sog. „psychische erste Hilfe“</b>	<b>Betriebliche Erste Hilfe</b>
<b>Zusammenfassung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterstützung von Betroffenen nach traumatischen Ereignissen bei der Arbeit</li> <li>• kurzfristige, strukturierte, aber nicht-therapeutische Unterstützung</li> <li>• kann sowohl intern organisiert werden als auch durch externe Dienstleister erfolgen</li> <li>• Empfehlungen für organisatorische und inhaltliche Rahmenbedingungen betrieblicher psychologischer Erstbetreuung finden sich in der DGUV Information 206-017</li> <li>• Gefährdungsbeurteilung und betriebliches Betreuungskonzept als Basis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterstützung von Menschen mit psychischen Problemen und Krisen aus allen Lebensbereichen.</li> <li>• Ansprache, kollegialer Beistand und Vermittlung von Informationen zu professionellen Hilfsangeboten</li> <li>• Anbindung an bestehende betriebliche Strukturen und Rollen wird empfohlen</li> <li>• Klärung von Rolle und Einsatz der ausgebildeten Person im Betrieb ist Voraussetzung</li> <li>• Persönliche Voraussetzungen der Unterstützenden beachten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medizinische Versorgung und Betreuung von Verletzten bzw. Erkrankten bei akuten Verletzungen oder Krankheitssymptomen</li> <li>• Überbrückung der Situation bis zur Versorgung durch professionelle Helfende (Rettungsdienst, medizinisches Personal)</li> </ul>

## Literaturverzeichnis

- [1] DGUV FBGIB-004 Meldung von traumatischen Ereignissen
- [2] DGUV Grundsatz 306-001 Traumatische Ereignisse – Prävention und Rehabilitation, DGUV Information 206-017 Gut vorbereitet für den Ernstfall! - Standards im Umgang mit traumatischen Ereignissen im Betrieb
- [3] DGUV Information 204-022 Erste Hilfe im Betrieb, S. 10

## Tabellenverzeichnis

- Tabelle 1 – Unterschiede zwischen den Angeboten der betrieblichen psychologischen Erstbetreuung, der sogenannten „psychischen ersten Hilfe“ sowie der betrieblichen Ersten Hilfe.

### Impressum

Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung e.V. (DGUV)  
Glinkastraße 40  
10117 Berlin  
Telefon: 030 13001-0 (Zentrale)  
E-Mail: [info@dguv.de](mailto:info@dguv.de)  
Internet: [www.dguv.de](http://www.dguv.de)

Sachgebiet Psyche und Gesundheit in der  
Arbeitswelt  
im Fachbereich GIB der DGUV:  
[https://www.dguv.de/fb-  
gesundheitimbetrieb/index.jsp](https://www.dguv.de/fb-gesundheitimbetrieb/index.jsp)

In Zusammenarbeit mit dem Sachgebiet  
Grundsatzfragen der Ersten Hilfe  
im Fachbereich Erste Hilfe.

Die Fachbereiche der DGUV werden von den  
Unfallkassen, den branchenbezogenen  
Berufsgenossenschaften sowie dem  
Spitzenverband DGUV selbst getragen. Für den  
Fachbereich GIB ist die DGUV federführend und  
damit auf Bundesebene erster Ansprechpartner in  
Sachen Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit  
für Fragen zu diesem Gebiet.

An der Erarbeitung dieser Fachbereich AKTUELL  
haben mitgewirkt:

- Helin Dogan
- Hannah Huxholl
- Jasmine Kix
- Martin Prüße
- Prof. Dr. Sabine Rehmer
- Betty Willingstorfer