

PRÄVENTION FÜR MEHR SICHERHEIT UND STÄRKE IM BERUFSALLTAG

INFORMATIONEN ZUM THEMA HOMEOFFICE: GESUNDHEITLICHE RISIKEN MOBILER ARBEIT

Digitalisierung, Industrie 4.0 oder Arbeit 4.0 sind Schlagworte, die in Gesellschaft und Arbeitswissenschaft, aber auch im Bereich Arbeits- und Gesundheitsschutz nicht erst seit gestern intensiv diskutiert werden. In vielen Berufen ermöglichen digitale Werkzeuge eine steigende Flexibilisierung, bei der sich starre Vorgaben von Arbeitszeit und Ort, an dem die Arbeitsleistung erbracht wird, auflösen.

Fraglos kann höhere Flexibilität grundsätzlich zunächst einmal positiv bewertet werden. Aber wie viel Flexibilität ist gesund? Und welche Risiken bringt sie für Arbeitnehmer mit sich? Dieser Frage widmet sich der aktuelle Fehlzeitenreport des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) und des AOK-Bundesverbandes. (Badura, B., Ducki, A., Schröder, H., Klose, J. Meyer, M. (Hrsg.) (2019): Fehlzeiten-Report 2019: Digitalisierung – gesundes Arbeiten ermöglichen. Heidelberg.) In der repräsentativen Studie wurden im Frühjahr 2019 über 2.000 Erwerbstätige zwischen 16 und 65 Jahren befragt. Danach werden knapp 80 % der insgesamt geleisteten Arbeitsstunden im Unternehmen selbst erbracht. Mehr als jeder Zweite (56 %) gehört zu den „Inhouse-Arbeitenden“, leistet also die gesamte Arbeitszeit in der Betriebsstätte des Arbeitgebers.

Etwa 40 % aller Arbeitnehmer sind auch außerhalb des Unternehmens tätig (Homeoffice oder bei Kunden bzw. beruflichen Partnern) und damit unabhängig von Ort und Zeit.

Homeoffice bedeutet höhere Arbeitszufriedenheit ...

Beschäftigte in Homeoffice schätzen vor allem eine selbstständigere Arbeitsplanung mit größerer Entscheidungsfreiheit und die damit verbundene höhere Autonomie. Zwei von drei betonen, zu Hause mehr Arbeit zu bewältigen, und drei von vier geben an, dort konzentrierter arbeiten zu können. Im Vergleich zu den Inhouse-Beschäftigten zeigt sich jedoch eine stärkere Vermischung von Berufs- und Privatleben. So hat rund jeder dritte in Homeoffice tätige Arbeitnehmer die Ar-



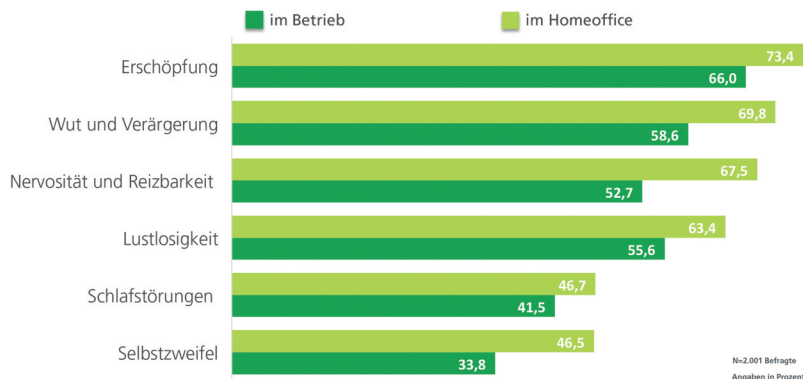
beitszeit sehr häufig oder häufig auf das Wochenende oder die Abendstunden gelegt, um sich während der normalen Betriebszeiten um Belange innerhalb der Familie kümmern zu können.

... aber auch stärkere psychische Belastung

Mehr Flexibilität geht jedoch auch mit gesundheitlichen Gefahren einher. So fühlen sich Beschäftigte in Homeoffice vergleichsweise häufiger in ihrem seelischen Wohlbefinden beeinträchtigt als solche, die ausschließlich in der Betriebsstätte arbeiten. Knapp drei Viertel berichten über Erschöpfung, zwei Drittel über Wut und Verärgerung, Nervosität bzw. Reizbarkeit sowie Lustlosigkeit. Auch der Anteil von Schlafstörungen und Selbstzweifel liegt bei den Heimarbeitern höher.

Nicht zuletzt durch die vielfach erwartete Erreichbarkeit auch in der Freizeit kommt es zu Problemen mit der Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben. Knapp 20 % der in Homeoffice Tätigen geben an, Anrufe oder E-Mails des Arbeitgebers auch außerhalb der Arbeitszeiten zu erhalten. Zudem werden private Aktivitäten aufgrund beruflicher Verpflichtungen häufiger geändert.

Worunter Beschäftigte am meisten leiden



Gesundheitsmanagement als zentrales Element der Personalarbeit

Mit steigenden Belastungen wird ein professionelles Gesundheitsmanagement (BGM) von immer größerer Bedeutung für Betriebe, die ihre Mitarbeiter vor gesundheitlichen Beeinträchtigungen schützen möchten. Maßnahmen und Lösungsansätze gibt es zahlreich. Workshops und Seminare zur Achtsamkeit reduzieren die Gefahr psychischer Erkrankungen und steigern dabei gleichzeitig Kreativität, Selbstbewusstsein und Zufriedenheit des Personals.

Führungskräfte sind im Rahmen des BGM von besonderer Bedeutung. Ihre für das Unternehmen strategisch wichtigen Positionen und die Vorbildfunktion gegenüber anderen Mitarbeitern machen sie zum idealen Ansatzpunkt erster Gesundheitsmaßnahmen. Insbesondere sie sollten hinsichtlich ihrer Gesundheitskompetenz gefördert und weitergebildet werden, um langfristige Diskrepanzen zwischen ihren Fähigkeiten und den beruflichen Anforderungen zu vermeiden.

Eine verschwimmende Grenze zwischen Beruf und Privatleben bedeutet ein erhöhtes Risiko für reduzierte Erholungsphasen.

Weniger Fehlzeiten trotz höherer Belastung

Auch wenn die psychischen Belastungen bei Beschäftigten im Homeoffice offenbar höher sind: Im Vergleich zu Arbeitnehmern, die ausschließlich in den Räumen des Unternehmens tätig sind, weisen sie weniger Fehlzeiten auf (7,7 Tage, Inhouse-Arbeitende 11,9 Tage). Dies dürfte jedoch nicht daran liegen, dass sie häufiger trotz Krankheit arbeiten, denn in beiden Gruppen ist der Anteil derjenigen, die in den letzten 12 Monaten entgegen ärztlichem Rat ihrer Arbeit nachgegangen sind, mit rund 23 % identisch. Vielmehr ist anzunehmen, dass sich Arbeitszeiten im Homeoffice passgerechter einsetzen lassen, so dass Beschäftigte zwar im Krankheitsfall weniger arbeiten, die verlorene Arbeitszeit jedoch später nachholen.

Gesundheitsfördernde Maßnahmen sichern nicht nur die Leistungsfähigkeit, sondern verbessern auch Motivation, Zufriedenheit und Engagement der Beschäftigten.

Durch BGM-Angebot des Arbeitgebers lassen sich qualifizierte Mitarbeiter finden und binden. Damit wird nicht zuletzt auch die Leistungsfähigkeit des Unternehmens auf Dauer gesichert.

Haben Sie Fragen? Wünschen Sie Beratung?
Rufen Sie uns an! Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

Tel. 0231 99 95 50-00

Weitere Informationen:

<https://www.wido.de/publikationen-produkte/buchreihen/fehlzeiten-report/2019/>
www.praevent-gmbh.de/leistungsspektrum



Betriebsmedizin und Arbeitssicherheit

Helenebergweg 19
44225 Dortmund
Tel. 0231 99 95 50-00
Fax 0231 99 95 50-39
mail@praevent-gmbh.de

www.facebook.com/PraeventGmbH