



Pressemitteilung zum Fehlzeiten-Report 2019
Wissenschaftliches Institut der AOK (WIdO) und AOK-Bundesverband
17. September 2019, Berlin

Arbeiten im Homeoffice

Höhere Arbeitszufriedenheit, aber stärkere psychische Belastungen

Rund 40 Prozent der Beschäftigten arbeiten schon heute regelmäßig außerhalb ihres Unternehmens, unabhängig von Ort oder Zeit. Knapp die Hälfte davon arbeitet häufig von zu Hause aus. Eine aktuelle Befragung des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) zeigt die großen Vorteile von Homeoffice. Dazu gehört, dass die Beschäftigten ihre Arbeit selbstständiger planen können und mehr Entscheidungsfreiheit sowie Mitspracherechte haben. Gleichzeitig haben diese Beschäftigten jedoch auch stärkere psychische Belastungen als Menschen, die nur an ihrem Arbeitsplatz tätig sind. „Erschöpfung, Konzentrationsprobleme, Schlafstörungen. Wer viel im Homeoffice arbeitet, leidet häufiger unter solchen Problemen als andere Beschäftigte. Dennoch haben flexible Arbeitsbedingungen viele Vorteile. Wichtig ist, die Arbeitsbedingungen gesundheitsförderlich zu gestalten“, sagt Helmut Schröder, stellvertretender Geschäftsführer des WIdO und Mitherausgeber des Fehlzeiten-Reports. Für die Studie, die im aktuellen Fehlzeiten-Report 2019 erschienen ist, hat das WIdO im Frühjahr 2019 etwa 2.000 Beschäftigte zwischen 16 und 65 Jahren befragt.

Mehr Autonomie und höhere Arbeitszufriedenheit

Viele Befragte mit Homeoffice berichten von einer höheren Arbeitszufriedenheit und den Vorteilen flexibler Arbeit. Neben einer höheren Autonomie gehört für mehr als zwei Drittel (67,3 Prozent) dazu, dass sie zu Hause mehr Arbeit bewältigen können und drei Viertel (73,7 Prozent) schätzen daran, dass sie konzentrierter arbeiten können als am Arbeitsplatz. Darüber hinaus beschreibt fast jeder Zweite (45,8 Prozent) mit Homeoffice seinen Arbeitsaufwand außerhalb des Unternehmens als genau richtig.

Mehr psychische Belastungen, aber weniger Fehltage

Gleichzeitig fühlten sich laut der Befragung 73,4 Prozent der Befragten, die häufig im Homeoffice arbeiten, in den letzten vier Wochen erschöpft. Bei Beschäftigten, die ausschließlich im Büro tätig sind, waren es nur 66 Prozent. Über Wut und Verärgerung klagten 69,8 Prozent der Beschäftigten im Homeoffice gegenüber 58,6 Prozent; bei Nervosität und Reizbarkeit waren es im Homeoffice 67,5

Prozent im Vergleich zu 52,7 Prozent. Auch Lustlosigkeit, Konzentrationsprobleme und Schlafstörungen unterscheiden sich deutlich zwischen den beiden Gruppen.

„Im Homeoffice verschwimmt die Grenze zwischen Job und Privatleben stärker. Damit wächst das Risiko, dass Erholungsphasen schrumpfen“, gibt Schröder zu bedenken. So verlegt laut der WIdO-Befragung jeder Dritte mit Homeoffice häufig Arbeitszeit auf den Abend oder das Wochenende (33,9 Prozent). Fast ein Fünftel der betroffenen Befragten berichtet über Probleme mit der Vereinbarkeit von Arbeitszeit und Freizeit (18,8 Prozent) oder über Anrufe beziehungsweise E-Mails des Arbeitgebers außerhalb ihrer Arbeitszeiten (19,5 Prozent). Darüber hinaus gibt mehr als ein Drittel der Beschäftigten mit Homeoffice an, dass sie Probleme haben, nach Feierabend abzuschalten (38,3 Prozent). Bei den Beschäftigten, die ausschließlich im Betrieb arbeiten, ist das nur jeder Vierte (24,9 Prozent).

Trotz der höheren psychischen Belastung haben Beschäftigte im Homeoffice geringere Fehlzeiten (7,7 Tage) als solche, die nur am Unternehmenssitz tätig sind (11,9 Tage). „Im Homeoffice lassen sich die Arbeitszeiten passgenauer einteilen. Unter Umständen arbeiten die Menschen im Krankheitsfall weniger und holen die verlorene Arbeitszeit dann nach,“ erläutert Helmut Schröder.

„Es mag auf den ersten Eindruck wie ein Widerspruch klingen, dass sowohl die psychischen Belastungen als auch die Arbeitszufriedenheit im Homeoffice höher sind. Aber ob sich durch die Veränderungen aufgrund der Digitalisierung gesundheitsförderliche oder gesundheitsschädigende Effekte ergeben, ist wesentlich von der konkreten Gestaltung der Arbeit abhängig und von den digitalen Kompetenzen der Menschen“, bekräftigt Antje Ducki, Professorin an der Beuth Hochschule für Technik und Mitherausgeberin des Fehlzeiten-Reports, die Ergebnisse der WIdO-Umfrage. „Da die digitalen Techniken rund um die Uhr zur Verfügung stehen, braucht es beispielsweise mehr Selbstdisziplin des Einzelnen, sie auch mal auszuschalten.“

Qualifizierung und Betriebliches Gesundheitsmanagement

Ducki verweist darauf, dass die Digitalisierung einen massiven Bedarf an Weiterbildung sowie Neu- und Nachqualifizierung auslöst, damit die Fähigkeiten der Beschäftigten den Arbeitsanforderungen gewachsen bleiben. Jens Martin Hoyer, stellvertretender Vorstandsvorsitzender des AOK-Bundesverbandes bestätigt das: „Lebenslanges Lernen wird durch die Digitalisierung wichtiger denn je.“

Unternehmen können ihre Beschäftigten darüber hinaus durch Angebote des Betrieblichen Gesundheitsmanagements unterstützen, das von Krankenkassen durchgeführt wird. „Die AOK ist hier seit vielen Jahren sehr erfolgreich. Im Zuge der Digitalisierung verändern wir auch unser Betriebliches Gesundheitsmanagement und greifen digitale Techniken auf“, so Hoyer. Eines dieser Angebote ist das Onlineprogramm „Gesund führen“ (aok-gesundfuehren.de), bei dem die Teilnehmer in sechs individuell durchführbaren Modulen ihr Führungsverhalten reflektieren, um die Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu fördern, und lernen, sich auch um die eigene Gesundheit zu kümmern.

Krankenstand 2018 geprägt von Erkältungswelle

Der Fehlzeiten-Report 2019 enthält zusätzlich detaillierte Arbeitsunfähigkeitsanalysen auf der Grundlage der Daten von 13,9 Millionen AOK-versicherten Arbeitnehmern, die 2018 in mehr als 1,6 Millionen Betrieben beschäftigt waren.

Entsprechend dieser Daten ist der Krankenstand bei den erwerbstätigen Mitgliedern der AOK 2018 um 0,2 Prozentpunkte auf 5,5 Prozent gestiegen. Dabei bezeichnet der Krankenstand den Anteil der im gesamten Jahr 2018 angefallenen Arbeitsunfähigkeitstage am Kalenderjahr. Damit hat jeder AOK-versicherte Beschäftigte im Durchschnitt 19,9 Tage aufgrund einer ärztlichen Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung am Arbeitsplatz gefehlt (2017: 19,4 Tage je AOK-Mitglied).

Nachdem bereits 2017 eine Erkältungswelle zu beobachten war, hat die erneute Erkältungswelle Anfang des Jahres 2018 zu weiter steigenden Fehlzeiten geführt. Die Anzahl der Arbeitsunfähigkeitstage aufgrund akuter Infektionen der oberen Atemwege – hierunter fallen die Erkältungskrankheiten – lag bei 3,5 Tagen je AOK-Mitglied und stieg damit um 10,5 Prozent (0,2 Tage) im Vergleich zum Vorjahr an. Am häufigsten waren Atemwegserkrankungen (52,8 Fälle je 100 AOK-Mitglieder) und Muskel-Skelett-Erkrankungen (34,2 Fälle je 100 AOK-Mitglieder). Psychische Erkrankungen traten bei 11,4 Fällen je 100 AOK-Mitglieder auf. Allerdings ist die Zahl der Fehltage aufgrund psychischer Erkrankungen in den letzten zehn Jahren konstant angestiegen, zwischen 2009 und 2018 um 64,2 Prozent. Außerdem führen diese Erkrankungen zu langen Ausfallzeiten. Mit 26,3 Tagen je Fall dauerten sie 2018 mehr als doppelt so lange wie der Durchschnitt mit 11,8 Tagen je Fall.

Der Fehlzeiten-Report 2019

Digitalisierung gilt derzeit als wichtigster Treiber für Veränderungen in der Arbeitswelt. Für den Fehlzeiten-Report untersuchen die Autorinnen und Autoren in 30 Fachbeiträgen, welche Chancen und Risiken die Digitalisierung für die Arbeitswelt und für die Gesundheit der Beschäftigten birgt, wie entgrenztes Arbeiten gesundheitsgerecht gestaltet werden kann und welche Herausforderungen und Chancen sich daraus zukünftig für das Betriebliche Gesundheitsmanagement ergeben.

KONTAKT UND INFORMATION

Christine Göpner-Reinecke | AOK-Bundesverband | 030 346 46 2298 | presse@bv.aok.de