

Digitalisierung und Homeoffice entlasten Arbeitnehmer in der Corona-Krise

- **DAK-Sonderanalyse untersucht Gesundheitsaspekte und Work-Life-Balance in der Corona-Krise**
- **Tägliche Arbeit im Homeoffice verdreifacht**

Die zunehmende Digitalisierung und das Homeoffice in der Corona-Krise entlasten Arbeitnehmer. Jeder zweite bewertet die Arbeit mit Laptop, Smartphone und Videokonferenzen als positiv. Arbeitnehmer, die während der Corona-Krise erstmalig regelmäßig im Homeoffice sitzen, zeigen eine hohe Arbeitszufriedenheit und berichten von guter Work-Life-Balance. Drei Viertel von ihnen möchten auch nach der Corona-Krise - zumindest teilweise - von zu Hause aus arbeiten. Die Anzahl derjenigen, die die Digitalisierung als Entlastung wahrnehmen, steigt während der Corona-Krise um 39 Prozent. Das tägliche Stresserleben geht um 29 Prozent zurück. Das zeigen zwei repräsentative Befragungen von jeweils über 7.000 Erwerbstätigen vor und während der Pandemie. Die Sonderanalyse zum DAK-Gesundheitsreport ist die einzige Vorher-Nachher-Messung zu Digitalisierung und Homeoffice.

„Arbeitnehmer empfinden das Homeoffice als Entlastung - und zwar in weit größerem Maße als vermutet“, sagt Andreas Storm, Vorstandschef der DAK-Gesundheit. „Corona bringt einen Durchbruch für das Homeoffice. Die positiven Erfahrungen aus der Hochphase der Krise sollten zum Startschuss für nachhaltige Homeoffice-Konzepte werden.“ Die aktuelle Sonderanalyse „Digitalisierung und Homeoffice in der Corona-Krise“ haben die Institute IGES und Forsa im Auftrag der DAK-Gesundheit durchgeführt. Befragt wurde im Dezember 2019 eine für Deutschland repräsentative Stichprobe von über 7.000 Erwerbstätigen. Davon nahmen fast 6.000 auch an der zweiten Erhebung im April 2020 teil. Ein Ergebnis: Vor der Pandemie nahm nur etwa jeder dritte Arbeitnehmer die zunehmende Digitalisierung bei der eigenen Arbeit als Entlastung wahr. Während der Pandemie ist es annähernd jeder zweite - ein Plus von 39 Prozent. Die Gruppe derjenigen, die in der Digitalisierung eine Belastung sehen, schrumpft hingegen um 80 Prozent.

Insbesondere die Einstellung der Arbeitgeber zum Homeoffice ändert sich unter dem Eindruck der Pandemie. Während vorher drei Viertel großen Wert auf Anwesenheit im Betrieb legen, schicken in der Krise viele Chefs ihre Mitarbeiter ins Homeoffice: Die Anzahl der Arbeitnehmer, die annähernd täglich im Homeoffice arbeiten, verdreifacht sich fast von vormals zehn auf 28 Prozent. Entsprechend erhöht sich auch die Anzahl derjenigen, die mehrmals in der Woche oder sogar mehrmals täglich an Telefon- oder Videokonferenzen teilnehmen: Während vorher nur jeder Sechste virtuell konferiert, ist es in der Krise jeder Dritte.

Vom Trend zum Homeoffice profitieren Arbeitgeber und Arbeitnehmer gleichermaßen: Arbeitnehmer, die erstmalig regelmäßig im Homeoffice sitzen, zeigen eine hohe Arbeitszufriedenheit und berichten von einer erfreulichen Work-Life-Balance - bei guter Produktivität. Die Mehrheit (59 Prozent), arbeitet dort nach eigenen Angaben produktiver oder eher produktiver als am normalen Arbeitsplatz. Was die Arbeitnehmer vor allem schätzen, ist der Zeitgewinn, weil der Weg zur Arbeit wegfällt (68 Prozent). Die Arbeit lässt sich auch besser über den Tag verteilen (65 Prozent) und ist für die Hälfte angenehmer als im Betrieb (54 Prozent). Viele Erwerbstätige können zudem durch das

Homeoffice Beruf und Familie besser miteinander vereinbaren. Für diejenigen mit Kindern unter 12 Jahren ist dieser Vorteil besonders relevant (77 Prozent). „Von zu Hause aus zu arbeiten, senkt nicht nur die Ansteckungsgefahr vor Virusinfektionen, sondern zahlt sich auch für das seelische Gleichgewicht aus“, sagt Andreas Storm. „Wir gewinnen in der Corona-Krise wertvolle Erkenntnisse, um gesundes Arbeiten für die digitale Zukunft neu zu definieren. Es gilt, die positiven Aspekte des Homeoffice für die Zukunft fruchtbar zu machen, ohne die negativen zu übergehen.“

So sehen drei Viertel der Befragten kritisch, dass im Homeoffice wenig direkter Kontakt zu den Kollegen besteht. Viele vermissen zudem die Möglichkeit, sich kurzfristig – auch mit dem Chef – zu besprechen (48 Prozent) oder ihnen fehlt ausreichend Zugang zu Akten oder sonstigen Arbeitsunterlagen (41 Prozent). Vor allem jungen Mitarbeitern fällt es häufiger schwer, eine Grenze zu ziehen. Eine klare Trennung zwischen Beruf und Privatleben gelingt nur jedem zweiten unter 30 Jahren.

Ähnlich positiv bedeutsam wie die Arbeitszufriedenheit ist für die psychische Gesundheit das Stresserleben. Auch hier zeigt sich während der Pandemie eine positive Tendenz: Der Anteil der täglich gestressten Arbeitnehmer geht um 29 Prozent zurück. Im Dezember 2019 ist noch mehr als ein Fünftel der Befragten meistens oder die ganze Zeit gestresst, im April sind es nur noch 15 Prozent. Die Mehrheit der Befragten (57 Prozent) fühlt sich während der Corona-Krise zu keinem Zeitpunkt oder nur ab und zu unter Druck.

Die Mehrheit der Arbeitgeber (57 Prozent) weitet in der Corona-Krise die Möglichkeiten für digitales Arbeiten spürbar aus. Den stärksten Schub erleben digitale Vorreiter, also die Firmen, die neue digitale Technik grundsätzlich schnell und möglichst breit im Betrieb einführen. Aber auch die Hälfte der digitalen Nachzügler reagiert in der Krise. Zu den Branchen, die die Möglichkeiten digitalen Arbeitens während der Krise besonders stark ausbauen, gehören Banken und Versicherungen (80 Prozent) sowie IT-Dienstleister (75 Prozent). Leicht überdurchschnittlich reagieren Automobilindustrie sowie Kultur und Medien (jeweils 68 Prozent).

Unter dem Eindruck der Veränderungen erweitert die DAK-Gesundheit ihre Online-Angebote für Arbeitgeber und Arbeitnehmer. Sie bietet Firmen Online-Workshops und -Schulungen für ihre Mitarbeiter an, die gesundes Arbeiten im Homeoffice unterstützen. Die Angebote sind ortsunabhängig, stehen als Bestandteil des betrieblichen Gesundheitsmanagements allen interessierten Arbeitgebern und Arbeitnehmern offen und werden stetig den aktuellen Entwicklungen angepasst. Eine Liste aller Angebote sowie weitere Informationen gibt es online unter: www.dak.de/digitalesBGM