



6. August 2014



## **Gemeinsame Pressemitteilung**

von AOK-Bundesverband, Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), BKK Dachverband e. V. und Deutscher Gesetzlicher Unfallversicherung

### **Flexibel im Job und ständig erreichbar? Mit Zeitpuffern und klaren Absprachen Balance schaffen**

**Die heutige Arbeitswelt fordert Flexibilität von Unternehmen und Beschäftigten: ständige Erreichbarkeit, Bereitschaft zu Überstunden und häufig wechselnde Aufgaben. Die aktuelle Befragung iga.Barometer zeigt, dass wachsende Flexibilitätsanforderungen zu Konflikten zwischen Arbeits- und Privatleben führen und Erschöpfungszustände auslösen können. Deutlich wird aber auch, dass klare Absprachen und ausreichende Zeitpuffer Abhilfe schaffen können.**

Im Rahmen des iga.Barometers 2014 wurden rund 2.000 Erwerbstätige in Deutschland zur beruflichen Flexibilität und deren Auswirkungen auf Familie, Gesundheit und Erholungsfähigkeit befragt. Demnach sind die Anforderungen an Beschäftigte beträchtlich: Zwei Drittel (65 Prozent) der Erwerbstätigen leisten regelmäßig Überstunden. Von den Betroffenen fühlt sich jeder Fünfte durch die Erwartung des Arbeitgebers belastet, Mehrarbeit leisten zu müssen. Von einem Fünftel (22 Prozent) der Befragten wird erwartet, dass sie auch im Privatleben für dienstliche Angelegenheiten zur Verfügung stehen, wobei jeden dritten Betroffenen diese Erreichbarkeit ziemlich belastet.

Auffällig ist, dass Erschöpfungszustände und Vereinbarkeitsprobleme häufiger bei Beschäftigten vorkommen, die auch in ihrer Freizeit für ihren Job verfügbar sind. In erster Linie führt die Erreichbarkeit für Jobfragen während des Privatlebens zu Zeitkonflikten: 18 Prozent stimmen der Aussage zu, private Aktivitäten deswegen ausfallen zu lassen. 23 Prozent der Befragten fühlen sich aus diesem Grund zu erschöpft, privaten Verpflichtungen nachzukommen. In geringerem Umfang hat „ständige Erreichbarkeit“ auch emotionale Erschöpfung zur Folge.

Ulrike Elsner, Vorstandsvorsitzende des Verbandes der Ersatzkassen e. V. (vdek): „Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sollten mit ihrem Vorgesetzten bzw. Arbeitgeber klare Absprachen treffen, wann und wie sie erreichbar sein sollen. Dadurch werden Konflikte vermieden und die Belastungen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begrenzt, sie können besser abschalten und ihre Freizeitaktivitäten planen.“

Auch unvorhergesehene neue Arbeitsanforderungen und Unterbrechungen erfordern ein hohes Maß an Flexibilität in der Arbeitswelt. So bestätigen 38 Prozent der Befragten, dass sie häufig ihre Arbeit unterbrechen müssen, weil etwas „Wichtiges“ dazwischen kommt. Beinahe jeder Dritte bestätigt, dass sich während des Arbeitens häufig die Prioritäten verändern (32 Prozent) oder Aufgaben dazu kommen, die nicht zum eigentlichen Job gehören (27 Prozent).

Uwe Deh, Geschäftsführender Vorstand des AOK-Bundesverbandes: „Die digitale und vernetzte Arbeitswelt macht die Arbeit abwechslungsreich, sorgt aber auch für immer mehr Unterbrechungen und Zusatzaufgaben. Das kann dazu führen, dass sich Beschäftigte überfordert fühlen. Führungskräfte sollten daher darauf achten, dass die Mitarbeiter gut mit diesen zusätzlichen Anforderungen umgehen können.“

Die Befragungsergebnisse zeigen, dass sich gesetzte Zeitpuffer positiv auf das Wohl der Beschäftigten auswirken können. Vereinbarkeitsprobleme zwischen Arbeit und Privatleben sowie Erschöpfungszustände sind bei Beschäftigten, die hohe Zeitpuffer in ihrer Arbeit haben, deutlich geringer ausgeprägt als bei Beschäftigten mit geringen Zeitpuffern.

Klare Absprachen und mehr Zeit für die Bearbeitung von Aufgaben wirken sich aber nicht nur positiv auf das Arbeitsleben aus, sie können auch das Privatleben bereichern. So stimmen zwei Drittel der Beschäftigten der Aussage völlig oder ziemlich zu, dass ihre Arbeit ihnen das Gefühl gibt, etwas zu leisten, und dies sich positiv auf ihr Privatleben auswirkt.

Alle Ergebnisse der vierten Befragungswelle können im iga.Report 27: „iga.Barometer 2014, 4. Welle“ nachgelesen werden. Diese repräsentative Befragung wird bereits seit 2005 regelmäßig alle drei Jahre durchgeführt. Die aktuelle Ausgabe steht unter folgendem Link zum Download bereit: [www.iga-info.de/veroeffentlichungen/iga-reporte/iga-report-27.html](http://www.iga-info.de/veroeffentlichungen/iga-reporte/iga-report-27.html)

Der iga.Report 23: „Auswirkungen von ständiger Erreichbarkeit und Präventionsmöglichkeiten“ gibt einen Überblick über den Stand der Wissenschaft und Empfehlungen für einen guten Umgang in der Praxis und kann unter [www.iga-info.de/veroeffentlichungen/iga-reporte/iga-report-23.html](http://www.iga-info.de/veroeffentlichungen/iga-reporte/iga-report-23.html) abgerufen werden.

#### **Initiative Gesundheit und Arbeit**

In der Initiative Gesundheit und Arbeit (iga) kooperieren gesetzliche Kranken- und Unfallversicherung. Ziel der Initiative ist die Verbreitung von Erkenntnissen zu Zusammenhängen von Arbeit und Gesundheit sowie von betrieblicher Gesundheitsförderung. Getragen wird iga vom AOK-Bundesverband, dem BKK Dachverband e. V., der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung und dem Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek). [www.iga-info.de](http://www.iga-info.de)

#### **Pressekontakt:**

Dr. Kai Behrens	AOK-Bundesverband	030/ 34646-2309	presse@bv.aok.de
Michaela Gottfried	Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)	030/26931-1200	michaela.gottfried@vdek.com
Andrea Röder	BKK Dachverband e. V.	030/2700406-301	Andrea.Roeder@bkk-dv.de
Stefan Boltz	Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung	030/288763-768	presse@dguv.de