

Schöne neue digitale Arbeitswelt – Welche Auswirkungen hat sie auf die Gesundheit?

Dr. Anja Gerlmaier
Institut Arbeit und Qualifikation
Universität Duisburg-Essen

Impuls-Vortrag für das Dialogforum
2. INGEMO-Branchenallianz
11. Oktober 2017, Nürnberg

Produktionsarbeit im digitalen Zeitalter: Herausforderungen für die betriebliche Prävention

- Zunahme psychischer Anforderungen (Arbeitsintensivierung)
 - unklare Gefährdungslagen durch neue Formen hybrider Arbeit (Entgrenzung von Arbeiten und Leben, Arbeit auf Abruf, Prekarisierung)
 - ergebnisorientierte Führungsinstrumente (z.B. agile Führung, ziel-/ergebnisorientierte Steuerung) mit der Gefahr persönlicher Selbstüberforderung (Stichwort: interessierte Selbstgefährdung)
 - Zunahme von selbstorganisierten Arbeitsformen: Verlagerung von Arbeitsschutzaufgaben des Arbeitgebers auf den Mitarbeitenden
- moderne Produktionsarbeit erfordert **vermehrte Arbeitsgestaltungskompetenzen auf allen Ebenen** einer Organisation, um gesundheitliche Risikolagen frühzeitig zu erkennen und effizient abzubauen
-

Welche Annahmen gibt es über die Effekte der Digitalisierung in der Arbeitswelt auf die Gesundheit von Beschäftigten?

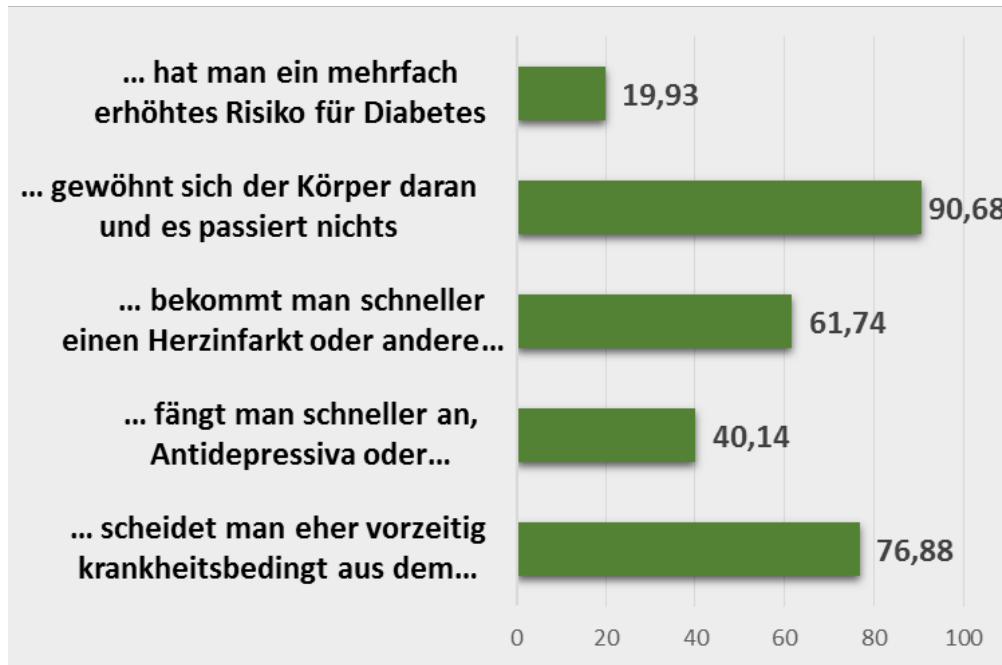
- Zunahme psycho-mentaler Anforderungen, z.B. durch höhere Arbeitsintensität oder Multi-Tasking
- Flexibilisierung der Arbeitszeiten
- Verschwimmen der Grenzen von Arbeiten und Leben (z.B. bei Mobilarbeit, Rufbereitschaft, Erreichbarkeit außerhalb regulärer Arbeitszeiten)
- Fremd- bzw. Selbstbestimmtheit bei der Wahl der Arbeitszeiten: Hier gibt es widersprüchliche Annahmen sowohl in Richtung mehr Zeitsouveränität als auch in Richtung stärkere Fremdbestimmtheit durch "Durchregieren" des Kunden bei der Auftragsabwicklung

Was wissen wir über die Wirkung langer Arbeitszeiten? Arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse

- Bis zu 15% der Beschäftigten arbeiten über 50 Stunden pro Woche (*Wirtz et al., 2012*)
 - Arbeitende, die regelmäßig länger als 55 Stunden pro Woche arbeiten, haben ein deutlich erhöhtes Risiko an Schlafstörungen, verkürzten Schlafstunden und Schwierigkeiten beim Einschlafen zu leiden (*Virtanen et al., 2009*)
 - Überlange Arbeitszeiten erhöhen das Erkrankungsrisiko für HKE, Diabetes, Muskelskeletterkrankungen (*Virtanen et al., 2012*)
 - Langjährige Mehrarbeit (mehr als 60 Stunden in der Woche) erhöht das Risiko von Frühverrentung um das 2,7-fache (*van der Hulst, 2003*)
-

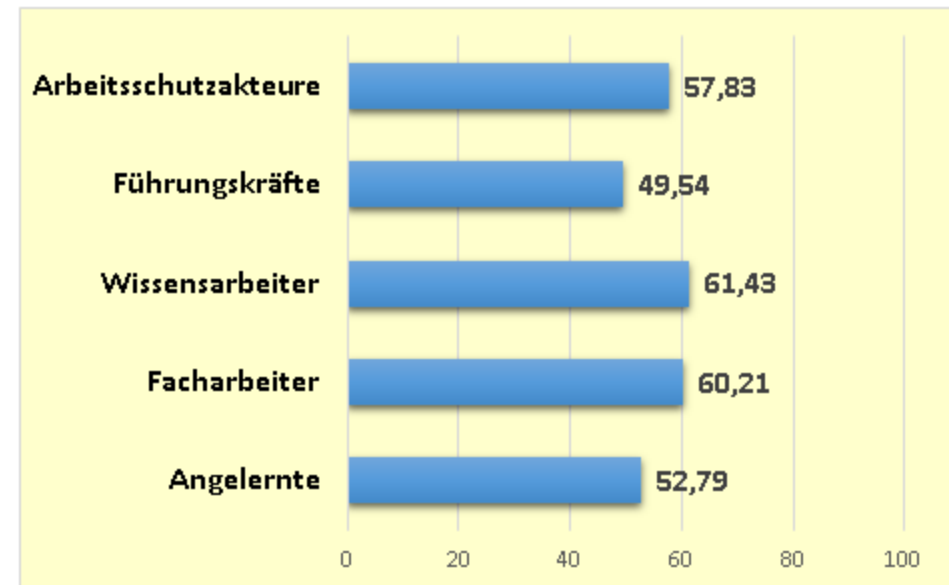
Was wissen die Befragten aus der INGEMO-Stichprobe über die Auswirkungen langer Arbeitszeiten?

Wenn man regelmäßig länger als 10 Stunden pro Arbeitstag arbeitet, ...



Durchschnittliche Antwortrichtigkeit (in Prozent)

(alle Teilfragen)

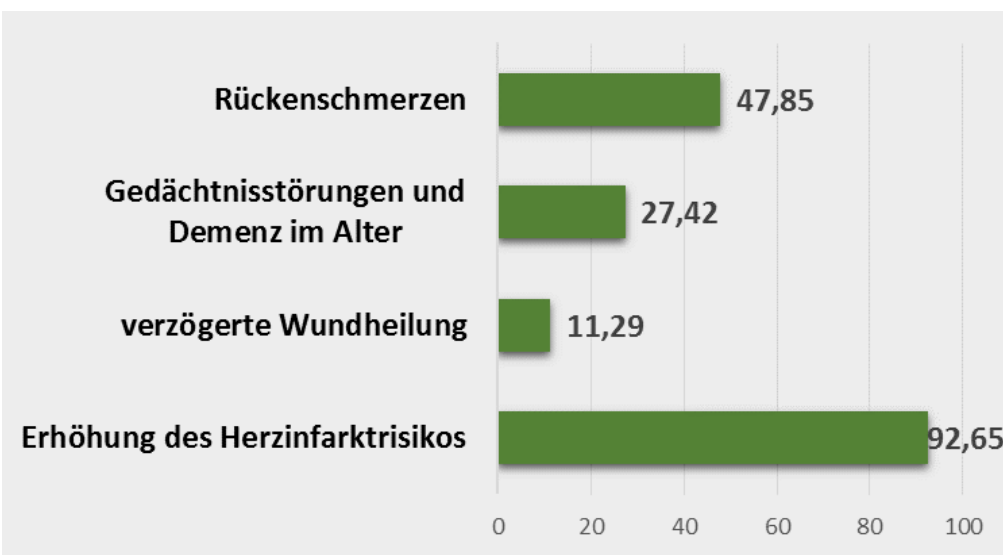


Was wissen wir über die Auswirkungen von hoher Arbeitsintensität auf die Gesundheit? Arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse

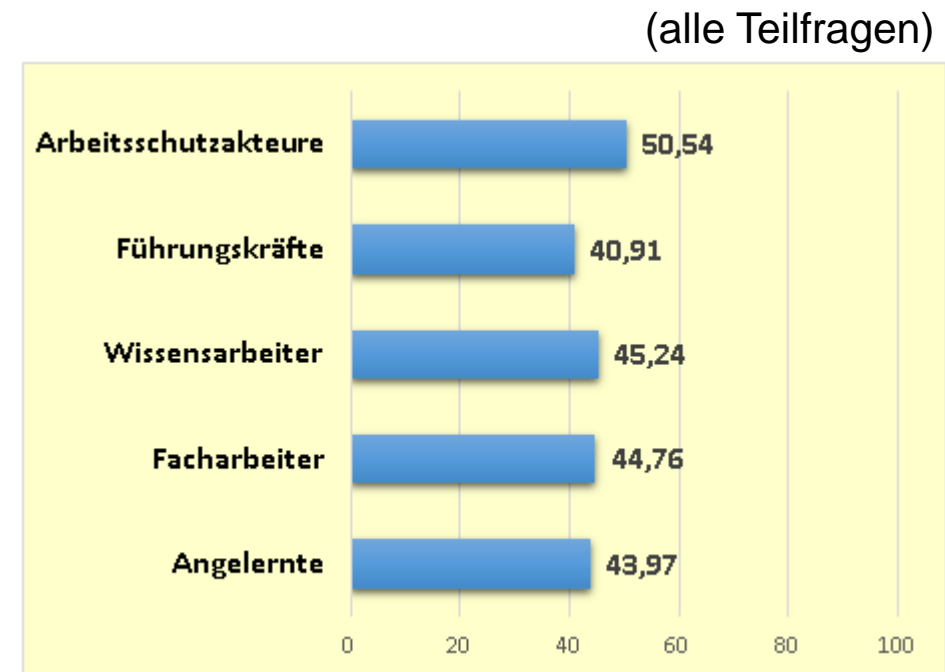
- hoher Zeitdruck begünstigt das Risiko von Wegeunfällen (*Elfering et al, 2013*)
- Hoher Zeitdruck begünstigt das Auftreten von Schulter-und Nackenschmerzen (*Sigrist, 2007*)
- kombinierte Belastung in Form von quantitativ hohem Zeitdruck und niedrigen Kontroll- und Entscheidungschancen: 4.1-fach erhöhtes Risiko für vorzeitigen Renteneintritt (*Stattin & Järvholm 2005*)

Was wissen die Befragten aus der INGEMO-Stichprobe über die Auswirkungen hoher Arbeitsintensität?

Folgen von chronischem Stress



Durchschnittliche Antwortrichtigkeit (in Prozent)



Befunde zu gesundheitlichen Auswirkungen von Rufbereitschaften bzw. Erreichbarkeit außerhalb der regulären Arbeitszeit

- 22% der Befragten einer BAuA-Studie berichten, dass ihr Arbeitsumfeld von ihnen erwartet, auch im Privatleben für dienstliche Angelegenheiten erreichbar zu sein (*Wörmann et al., 2016*)
 - Starker Zusammenhang zwischen dem Ausmaß von Rufbereitschaften und dysfunktionalen Bewältigungsverhalten wie Alkoholkonsum, Übergewicht, Bewegungsmangel (*Heponiemi et al., 2008*)
 - Befindensbeeinträchtigungen wie Erschöpfung, Stress, Probleme abzuschalten, treten gehäuft bei Beschäftigten auf, die abends häufiger dienstlich mobile Endgeräte nutzen (*Pangert & Schüpbach, 2016*)
-

Was wissen die Befragten aus der INGEMO-Stichprobe über die Auswirkungen entgrenzter Arbeitsweisen?

Wenn man regelmäßig nach der regulären Arbeitszeit dienstliche Dinge erledigt (z. B. Rufbereitschaft, Liegendebliebenes aufarbeiten), dann ...

... erhöht sich das Risiko für Depressionen und chronische Müdigkeit.

64,08

... entlastet man das Gedächtnis und kann besser schlafen.

96,59

... erhöht sich das Risiko für Schlafstörungen.

83,98

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

Durchschnittliche Antwortrichtigkeit (in Prozent)

(alle Teilfragen)

Arbeitsschutzakteure

82

Führungskräfte

75

Wissensarbeiter

84

Facharbeiter

82

Angelernte

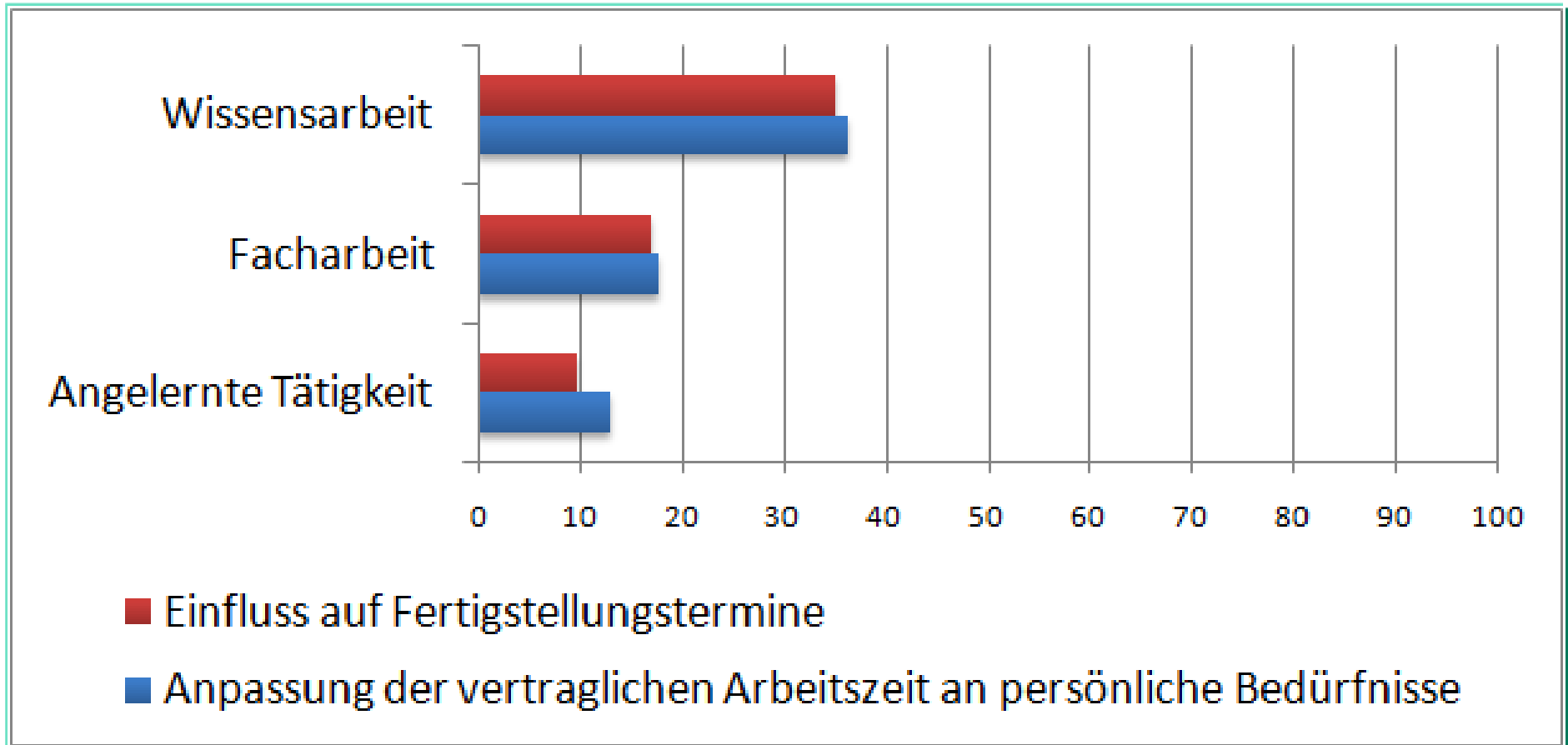
79

0 20 40 60 80 100

Befunde zu gesundheitlichen Auswirkungen von Arbeitszeit-souveränität

- Hohe Kontrolle über Arbeitszeiten reduziert die negativen Auswirkungen von Stress am Arbeitsplatz auf Krankheitsfehlzeiten, besonders bei den weiblichen Beschäftigten; Männer berichten eine höhere Kontrolle über ihre tägliche Arbeitszeit als Frauen (*Ala-Mursula et al., 2005*).
 - Rufbereitschaften werden als weniger belastend wahrgenommen, wenn die/der Betroffene Einfluss auf Lage und Kontextfaktoren hat (*Vahle-Hinz & Bamberg, 2009*).
-

Welches Ausmaß an Gestaltungsspielraum und Zeitsouveränität erleben die Beschäftigten aus unserer INGEMO-Befragung?



(Prozentualer Anteil „trifft immer zu / trifft oft zu“)

Arbeitswissenschaftliche Gestaltungsempfehlungen zu digitaler Arbeit: Subjektebene

- ständige Erreichbarkeit nicht von sich aus anbieten
 - eigenverantwortlichen vernünftigen Umgang mit den technischen Möglichkeiten erlernen („Single-Tasking-Fähigkeit“)
 - möglichst bewusst die eigene Freizeit gestalten und auf Abgrenzung zur Arbeitssphäre achten
 - Freiräume schaffen (Orte und Zeiten, in denen man nicht erreichbar ist)
-

Arbeitswissenschaftliche Gestaltungsempfehlungen zu digitaler Arbeit: kollektive Regelungen

Wenn individuelle Strategien nicht ausreichend sind, möglichst kollektive Lösung auf Organisationsebene einfordern.

Zu den Eckpunkten für einen guten Umgang mit arbeitsbezogener erweiterter Erreichbarkeit zählen:

- Kompensation von Erreichbarkeitszeiten (Gleichsetzung mit Arbeitszeit, Freizeitausgleich, monetäre Zuschläge)
 - Transparente Regeln für Zeiten der Erreichbarkeit.
Regeln für Zeiten der Nicht-Erreichbarkeit
 - Vertretungsregelungen für Urlaub oder Krankheitsfall.
Zeitspanne festlegen, innerhalb der reagiert werden muss
 - Regeln für Umgang mit E-Mails festlegen.
-

Gruppenaufgabe

Bitte bearbeiten Sie folgende Fragen:

- 1. Welche Praktiken zur Regulierung digitaler Arbeit kennen Sie aus Ihrem Betrieb?*
 - 2. Wo gibt es Ihrer Meinung nach noch Regulierungsbedarf hinsichtlich digitaler Arbeit? Welche Herausforderungen sehen Sie?*
-

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Dr. Anja Gerlmaier
Institut Arbeit und Qualifikation
Universität Duisburg-Essen
Gebäude LE
47048 Duisburg
Tel.: +49.203.379-2408
Mail: [anja.gerlmaier\(at\)uni-due.de](mailto:anja.gerlmaier@uni-due.de)

[www.ingemo-
projekt.de](http://www.ingemo-projekt.de)

Weiterführende Literatur

Ala-Mursula, L.; Vahtera, J.; Linna, A.; Pentti, J.; Kivimaki, M. (2005): Employee worktime control moderates the effects of job strain and effort-reward imbalance on sickness absence: the 10-town study. In: *Journal of epidemiology and community health* 59 (10), S. 851–857.

Derks, D.; Brummelhuis, L. L.; Zecic, D.; Bakker, A. B. (2013): Switching on and off ... Does smartphone use obstruct the possibility to engage in recovery activities? In: *European Journal of Work and Organizational Psychology* 23 (1), S. 80–90.

Heponiemi T, Kouvonen A, Vänskä J, Halila H, Sinervo T, Kivimäki M, Elovainio M. Effects of active on-call hours on physicians' turnover intentions and well-being. *Scand J Work Environ Health* 2008;34(5):356–363.

Merkus, S. L.; van Drongelen, A.; Holte, K. A.; Labriola, M.; Lund, T.; van Mechelen, W.; van der Beek, A. J. (2012): The association between shift work and sick leave: a systematic review. In: *Occupational and environmental medicine* 69 (10), S. 701–712.

Pangert, B.; Pauls, N.; Schüpbach, H. (2016): Die Auswirkungen arbeitsbezogener erweiterter Erreichbarkeit auf Life-Domain-Balance und Gesundheit. Forschung Projekt F 2353. 2., vollständig überarbeitete und ergänzte Auflage. Dortmund, Berlin, Dresden: baua, Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (baua: Bericht).

Siegrist J., Dragano N. (2007): Rente mit 67 – Probleme und Herausforderungen aus gesundheitswissenschaftlicher Sicht, Düsseldorf (Arbeitspapier 147 Hans-Böckler-Stiftung)

Vahle-Hinz, T.; Bamberg, E. (2009): Flexibilität und Verfügbarkeit durch Rufbereitschaft – die Folgen für Gesundheit und Wohlbefinden/ Achieving flexibility and availability through on-call work. The impact on health and well-being. In: *Arbeit* 18 (4).

van der Hulst, M. (2003): Long workhours and health. In: *Scand J Work Environ Health* 29 (3), S. 171–188.

Weiterführende Literatur

Virtanen, M.; Ferrie, J. E.; Gimeno, D.; Vahtera, J.; Elovainio, M.; Singh-Manoux, A. et al. (2009): Long working hours and sleep disturbances: the Whitehall II prospective cohort study. In: *Sleep* 32 (6), S. 737–745.

Virtanen, M.; Heikkila, K.; Jokela, M.; Ferrie, J. E.; Batty, G. D.; Vahtera, J.; Kivimaki, M. (2012): Long working hours and coronary heart disease: a systematic review and meta-analysis. In: *American journal of epidemiology* 176 (7), S. 586–596.

Virtanen, M.; Nyberg, S. T.; Batty, G. D.; Jokela, M.; Heikkila, K.; Fransson, E. I. et al. (2013): Perceived job insecurity as a risk factor for incident coronary heart disease: systematic review and meta-analysis. In: *BMJ (Clinical research ed.)* 347, f4746.

Vyas, M. V.; Garg, A. X.; Iansavichus, A. V.; Costella, J.; Donner, A.; Laugsand, L. E. et al. (2012): Shift work and vascular events: systematic review and meta-analysis. In: *BMJ (Clinical research ed.)* 345, e4800.

Wirtz, A.; Nachreiner, F. (2012): Arbeit zu ungewöhnlichen Zeiten - Arbeiten mit ungewöhnlichem Risiko? In: M. Schütte (Hg.): Gestaltung nachhaltiger Arbeitssysteme. Wege zur gesunden, effizienten und sicheren Arbeit ; 58. GfA-Frühjahrskongress ; [vom 22. bis 24. Februar 2012]. Dortmund: GfA-Press (/Jahresdokumentation / Gesellschaft für Arbeitswissenschaft e.V, 2012), S. 669–672.

Wöhrmann, A. M.; Gerstenberg, S.; Hünefeld, L.; Pundt, F.; Reeske-Behrens, A.; Brenscheidt, F.; Beermann, B. (2016): Arbeitszeitreport Deutschland 2016. 1. Auflage. Hg. v. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Dortmund.