

# Bericht zur Studie: New Way of Working

## Wichtige Erkenntnisse und Einblicke von Fellowes Brands

### **Hat die erzwungene Umstellung auf Heimarbeit einen nachteiligen Effekt auf die Mitarbeiter?**

Die Antwort der befragten 7.000 Büroangestellten in ganz Europa, die in den letzten Monaten von zu Hause aus gearbeitet haben, lautet eindeutig "Ja".

Die von Fellowes Brands durchgeführte Umfrage unter Angestellten in Deutschland, Frankreich, Italien, den Niederlanden, Polen, Spanien und Großbritannien, die alle mindestens vier Monate lang aufgrund von Covid-19 von zu Hause aus gearbeitet haben, zeichnet ein besorgniserregendes Bild der Probleme, mit denen viele in den letzten Monaten konfrontiert waren.

Die Antworten der Studienteilnehmer zeigen uns, dass zu viele Arbeitgeber ihrer Sorgfaltspflicht nicht nachkommen. Von der Gefährdungsbeurteilung des Arbeitsplatzes und der Büroausstattung über die Pausengestaltung bis hin zum Verständnis ihrer Rechte am Arbeitsplatz - es scheint, dass viele Arbeitnehmer noch nicht über das verfügen, was sie brauchen, um in ihren Heimbüros erfolgreich zu sein.

Wenn Arbeitgeber keine Maßnahmen ergreifen, um dies zu beheben, könnte die physische und psychische Gesundheit der Mitarbeiter ernsthaft gefährdet sein.

### **Unsere Untersuchungsergebnisse zeigen unter anderem Folgendes:**

- Ein Drittel der Heimarbeiter (35 %) hat Stress und Angstzustände erlebt.
- Mehr als jeder Dritte (37 %) hat schon einmal unter Rückenschmerzen gelitten.
- Mehr als zwei Drittel (71 %) haben aus eigener Tasche für die Ausstattung ihres Home-Office Arbeitsplatzes bezahlt.

Da die meisten Teilnehmer der Meinung sind, dass sich die Arbeitgeber mehr um Produktivität, Ergebnisse und Geldverdienen kümmern als um das Wohlergehen der Mitarbeiter, müssen die Unternehmen mehr tun, um zu zeigen, dass Gesundheit und Wohlbefinden ihrer Belegschaft eine Priorität für ihr Unternehmen darstellen.

Durch die Covid-19-Pandemie hat sich der Trend zur Heimarbeit beschleunigt, und die meisten Mitarbeiter erwarten nicht, zu einer traditionellen oder vollständig bürobasierten Arbeitsweise zurückzukehren. Mehr als vier von fünf Befragten hoffen, langfristig von zu Hause aus arbeiten zu können, und 35 % erwarten für die Zukunft einen Blended-Working-Ansatz (auch Hybrid-Working genannt). Damit dies ein erfolgreicher langfristiger Übergang wird, müssen die Menschen produktiv und gesund arbeiten können. Die Verbesserung des Wohlbefindens der Mitarbeiter muss daher in jeder Arbeitsumgebung eine größere Priorität haben.

Dies sind die Kernbereiche, die angegangen werden müssen, um zu verhindern, dass arbeitsbedingte Erkrankungen und Verletzungen zu Hause in den kommenden Monaten und Jahren zu einem noch größeren Problem werden:

## Körperlicher Komfort

Viele Menschen, die von zu Hause aus arbeiten, scheinen von Komfort weit entfernt zu sein, denn eine beträchtliche Anzahl von ihnen leidet unter Schmerzen und Beschwerden, die durch ihre Arbeitsumgebung verursacht werden.

Im europäischen Durchschnitt hatten ganze 41 % der Befragten schon einmal mit überanstrengten Augen zu kämpfen, mehr als jeder Dritte (37 %) berichtete von einem schmerzenden Rücken, weitere 30 % von Nackenverspannungen und 39 % von Kopfschmerzen.

Mehr als die Hälfte (52 %) der Befragten gab an, dass ihr Heimarbeitsplatz mehr Schmerzen und Verspannungen verursacht als ihr Büroarbeitsplatz, was darauf hindeutet, dass nicht genug getan wird, um die Gesundheits- und Sicherheitsstandards am heimischen Arbeitsplatz zu erfüllen.

**Mehr als die Hälfte der Arbeitnehmer hatte bei der Arbeit zu Hause mehr Schmerzen und Beschwerden als im Firmenbüro**

Schmerzen und Verspannungen werden am häufigsten in Spanien berichtet, wo 61 % der Studienteilnehmer diese Beschwerden bei der Arbeit von zu Hause aus erleben.

Die Polen leiden am häufigsten unter überanstrengten Augen, 61 % haben mit diesem Problem zu kämpfen, verglichen mit 41 % der gesamten Befragten. Eine sehr hohe Anzahl (56 %) der polnischen Heimarbeiter hat mit Rückenschmerzen zu kämpfen, im Vergleich zu 37 % im europäischen Durchschnitt.

## Rechte von Heimarbeitern

Wenn es um die Rechte von Home Workern in der europäischen Region geht, scheinen die Gesetzgebung und Richtlinien veraltet zu sein. Sie spiegeln nicht die modernen Arbeitspraktiken wider, insbesondere im Kontext von Millionen von Menschen, die während einer Pandemie von zu Hause aus arbeiten. Auch wenn die Heimarbeit aufgrund der aktuellen Pandemie vorübergehender Natur ist, gelten die Gesundheits- und Sicherheitsgesetze. Die Arbeitgeber haben eine Gesundheits- und Sicherheitsverantwortung für Mitarbeiter, die von zu Hause aus arbeiten.

Zudem haben Arbeitgeber eine Fürsorgepflicht für die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden ihrer Mitarbeiter, unabhängig davon, ob diese zu Hause oder im Büro arbeiten. Heimarbeit kann arbeitsbedingten Stress verursachen und die psychische Gesundheit beeinträchtigen, da es für die Mitarbeiter schwierig sein kann, angemessene Unterstützung zu erhalten.

Während 45 % der Befragten angeben, dass sie ihr Recht auf eine sichere und gesunde Arbeitsumgebung zu Hause kennen, sind sich weitere 42 % zwar bewusst, dass sie Rechte haben, sind aber mit den Details nicht vertraut. Beachtliche 13 % der Teilnehmer kennen ihre Rechte auf ein sicheres und gesundes Arbeitsumfeld zu Hause nicht.

Wenn es darum geht, wie die häusliche Arbeitsumgebung reguliert werden sollte, sind 65 % aller Befragten der Meinung, dass die Regierungen für diese Regulierung verantwortlich sein sollten. In der Tat sind vier von fünf spanischen Arbeitnehmern der Meinung, dass es wichtig ist, dass die Regierung die Heimarbeit gesetzlich regelt.

**52 % der Arbeitnehmer haben keine Risikobewertung ihres Heimarbeitsplatzes erhalten.**

Gemäß der EU-Richtlinie 90/270/EWG ist es für Arbeitgeber gesetzlich vorgeschrieben, regelmäßige Gefährdungsbeurteilungen des Bildschirmarbeitsplatzes von Büroangestellten und ständigen Heimarbeitern durchzuführen. Die Richtlinien für Mitarbeiter, die temporär im Home Office tätig arbeiten, sind allerdings weniger klar.

Mehr als die Hälfte unserer Befragten (52 %) haben keine Gefährdungsbeurteilung ihrer Arbeitsumgebung zu Hause vorgenommen. Eine solche Gefährdungsbeurteilung mag wie ein Luxus erscheinen, aber sie kann den entscheidenden Unterschied für die Gesundheit und Sicherheit der Mitarbeiter ausmachen. **Wird der Bildschirmarbeitsplatz überprüft**, können arbeitsbedingte Erkrankungen vermieden und die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeiter verbessert werden. Bei dieser Beurteilung wird auch festgestellt, ob die Mitarbeiter ergonomische Hilfsmittel benötigen, um sicher und effektiv arbeiten zu können, wie z. B. einen höhenverstellbaren Bürostuhl, eine Rückenstütze, eine Monitor- oder eine Laptop-Erhöhung.

Die Briten scheinen am ehesten eine Gefährdungsbeurteilung des Arbeitsplatzes zu bekommen, denn 55 % gaben an, dass sie eine solche hatten. Dennoch arbeitet immer noch fast die Hälfte der britischen Arbeitnehmer zu Hause, ohne dass eine solche Prüfung durchgeführt wurde. Nur 43 % der Arbeitnehmer in Deutschland haben eine Gefährdungsbeurteilung ihres Arbeitsplatzes erhalten, so dass mehr als die Hälfte ohne diese Schutzmaßnahme arbeitet.

## Eine Kopfsache

Es mag nicht überraschen, dass das Jahr, in dem Covid-19 aufkam, auch ein Jahr war, in dem die psychische Gesundheit der Arbeitnehmer in ganz Europa unter Druck geriet. Etwa ein Drittel der Heimarbeiter (35 %) hatte mit Stress und Angstzuständen zu kämpfen, 43 % fühlten sich müde oder energielos und weitere 36 % sagten, sie seien einsam oder isoliert. In der Tat berichten 52 % der Spanier und 42 % der Italiener, die von zu Hause aus arbeiten, von Stress und Angstzuständen.

Zu Hause zu sein, kann es auch schwieriger gemacht haben, den Arbeitstag zu beenden: 52 % der Menschen gaben an, während der Pandemie länger zu arbeiten.

40 % der Befragten berichteten, dass sie das Gefühl hatten, immer erreichbar sein zu müssen, während 32 % es schwierig fanden, Privatleben und Büro zu trennen. Weitere 30 % glaubten, sie seien zu beschäftigt, um eine Pause zu machen.

**Drei Viertel (74 %) gaben an, dass eine bessere Arbeitsumgebung zu Hause ihnen helfen würde, sich motivierter und produktiver zu fühlen**

Während viele unserer Befragten in der Flexibilität und der ausgewogeneren Work-Life-Balance die positiven Aspekte der Heimarbeit sahen, gaben die meisten zu, dass sie sich im Büro motivierter und produktiver fühlen würden.

## **Pausen einlegen**

Regelmäßige Pausen gehören zu einem gesunden Arbeitstag dazu und werden normalerweise in einer Büroumgebung gefördert.

Etwa zwei von drei unserer Befragten gaben an, dass ihr Arbeitgeber sie dazu ermutigt hat, auch Zuhause während des Tages Pausen außerhalb ihres Arbeitsbereichs zu machen, aber nur einer von fünf (19 %) sagte, dass der Arbeitgeber diese Ermutigung oft wiederholt.

Die Briten wurden am ehesten dazu ermuntert, Pausen zu machen, wobei 25 % angaben, dass sie sich der Notwendigkeit solcher Pausen bewusst waren.

Durchschnittlich 66 Minuten nahmen sich die Menschen Zeit, um sich von ihrem Arbeitsplatz zu entfernen. 51 % gaben an, dass sie Zuhause mehr Möglichkeiten haben, eine Pause zu machen und sich zu bewegen, als im Büro.

## **Helfende Hand**

**Haben die Arbeitgeber ihren Mitarbeitern bei der Umstellung auf Heimarbeit eine helfende Hand gereicht?**

Etwas mehr als die Hälfte (53 %) der Befragten gab an, dass ihr Arbeitgeber sie bei der Einrichtung einer gesunden Arbeitsumgebung zu Hause unterstützt hat, und 59 % wurden mit entsprechendem Equipment ausgestattet, um ihnen bei der Umstellung auf Heimarbeit zu helfen.

Die niederländischen Arbeitgeber scheinen die Umstellung auf die Heimarbeit mit am besten unterstützt zu haben: 62 % dort gaben an, dass ihr Arbeitgeber die Umstellung unterstützte, und 68 % nutzten die von ihrem Arbeitgeber zur Verfügung gestellten Arbeitsmittel.

Für einige war das Bild jedoch nicht ganz so positiv: 13 % erhielten nie eine Antwort, nachdem sie Ausstattung für Zuhause angefordert hatten, und bei 8 % wurde die Anfrage gänzlich abgelehnt.

**Bei mehr als einem von fünf Heimarbeitern wurde die Anfrage nach Büroausstattung ignoriert oder abgelehnt**

Dies mag der Grund dafür sein, dass viele Heimarbeiter in die eigene Tasche gegriffen haben, um das Arbeiten von zu Hause aus komfortabler und produktiver zu gestalten. 71 % der Befragten gaben an, dass sie persönlich in die Ausstattung ihres Heimbüros investiert haben.

Obwohl die meisten Befragten (74 %) glauben, dass sich ihr Arbeitgeber um ihre körperliche und geistige Gesundheit und ihr Wohlbefinden sorgt, sind sie nicht der Meinung, dass dies für ihr Unternehmen eine Top-Priorität ist. Die meisten Befragten gaben an, dass ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden auf der Liste ihres Arbeitgebers weiter unten stehen als Produktivität, Ergebnisse, Geldverdienen und gute Zusammenarbeit im Team. Von allen Arbeitsplatzausstattungen, die Heimarbeiter am meisten schätzen, scheint der Bürostuhl ganz oben auf der Liste zu stehen: Ein Viertel der Befragten gab an, dass sie ihren Bürostuhl am meisten an ihren Firmenbüros vermissen, wobei 34 % hoffen, einen neuen Stuhl zu bekommen.

Weitere 33% der Befragten wünschen sich eine bessere Unterstützung des Rückens beim Sitzen. **Rückenstützen**, die mit einem verstellbaren Gurt an Bürostühlen befestigt werden, sollen helfen, Schmerzen zu beseitigen und die Körperhaltung zu verbessern, indem sie den gesamten Rücken oder den Lendenbereich stützen.

Häufiger im Stehen statt nur im Sitzen arbeiten zu können, ist der Wunsch von 28 % der Heimarbeiter. Eine Lösung hierfür ist ein **Sitz-Steh-Aufsatz**, der einen Schreibtisch schnell in einen dynamischen Arbeitsbereich verwandeln kann und dabei hilft, bei der Arbeit aktiv zu bleiben.

## Wie geht es jetzt weiter?

Mit Blick auf die Zukunft der Heimarbeit geben 88 % der Befragten an, dass sie gerne langfristig von zu Hause aus arbeiten würden, wobei 51 % dies idealerweise nur ein paar Tage pro Woche tun möchten.

Bei der Beschreibung des zukünftigen Arbeitsmodells prognostizieren 35 % der Befragten einen Blended-Working Ansatz, bei dem die Mitarbeiter einen Teil der Woche von zu Hause aus arbeiten und die anderen Tage im Büro verbringen. Etwa ein Drittel (33%) der Arbeitnehmer erwartet in diesem Zusammenhang eine stärkere Abhängigkeit von Technologie und virtuellen Arbeitsplätzen und ein weiteres Drittel erwartet mehr Flexibilität von den Arbeitgebern.

Bei den leitenden Angestellten steht eine größere Flexibilität ganz oben auf der Liste (35 %), gefolgt von einem hybriden Arbeitsansatz (32 %) und einem größeren Vertrauen in die Technologie (30 %).

Da die pandemiebedingte Verlagerung der Arbeit in die eigenen vier Wände wahrscheinlich zu einem festen Bestandteil des Arbeitslebens wird, scheint auch klar, dass die Arbeitgeber mehr für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Heimarbeiter tun müssen. Dies wird in den kommenden Monaten und Jahren zudem immer wichtiger werden, um die besten Talente anzuziehen und zu halten.

Für weitere Informationen und Ideen zum sicheren Arbeiten zu Hause bietet **Fellowes Brands einen schnellen und kostenlosen Arbeitsplatz-Check an**

**Das Fellowes 4-Zonen-Konzept™** bietet eine einfache Hilfestellung zur Beurteilung der Bedürfnisse von Mitarbeitern an ihren Arbeitsplätzen. Dieses Konzept befasst sich mit den vier Hauptproblemen, die Menschen davon abhalten können, optimal zu arbeiten: Rückenschmerzen, Druck auf die Handgelenke, Nackenverspannungen und Inaktivität.

**Zu den Produktlösungen**, die helfen können, diese Probleme zu reduzieren, gehören Fußstützen, Rückenstützen, Handgelenkauflagen, Monitorarme, Laptopträger und Steh-Sitz-Aufsätze.