

# Aus der Arbeit des IAG

Ausgabe 05/2021

617.0-IAG: 610

## Gesundheitsgerechte Arbeitszeitgestaltung im Homeoffice

### Problem

Immer mehr Beschäftigte führen zeitweilig ihre berufliche Tätigkeit zu Hause aus. Die Corona-Pandemie, die Verbreitung technischer Möglichkeiten und die Wünsche von Beschäftigten nach mehr Flexibilität fördern diese Entwicklung. Häufig arbeiten sie im Homeoffice nicht nur örtlich, sondern auch zeitlich flexibel, beispielsweise im Rahmen von Vertrauensarbeitszeit.

Neben Vorteilen birgt letztere auch Herausforderungen für die Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit, wenn daraus Überstunden, ausgefallene Pausen oder Erreichbarkeit außerhalb der Arbeitszeit resultieren, die den Anforderungen des Arbeitszeitgesetzes (ArbZG) und des Arbeitsschutzgesetzes (ArbSchG) widersprechen. Mögliche Gründe sind die erschwerte Beurteilung der Arbeitsbedingungen auf Distanz und fehlende Kompetenzen der Arbeitgebenden und Beschäftigten zur gesunden Arbeitszeitgestaltung im Homeoffice.

### Aktivitäten

Angestoßen durch die Corona-Pandemie, beschäftigt sich das IAG intensiv mit dem Thema Homeoffice, wobei Arbeitszeitgestaltung ein Schwerpunkt ist. Eine interne Literaturrecherche zum Thema Homeoffice und Vertrauensarbeitszeit bildete die Basis für Veröffentlichungen in verschiedenen Medien. Zentral waren dabei Gestaltungsempfehlungen für die Arbeit im Homeoffice, um mit den genannten Herausforderungen



Grafik: IAG

bestmöglich umgehen zu können. Der CHECK-UP Homeoffice beispielsweise unterstützt Arbeitgebende und Beschäftigte bei der Gestaltung der Arbeitsbedingungen und deren Beurteilung.

Zudem untersucht das IAG, welche Kompetenzen Arbeitgebende und Beschäftigte benötigen, um ihre Gesundheit im Homeoffice zu schützen, zu erhalten und zu fördern. Dazu hat das IAG eine Definition zu Sicherheits- und Gesundheitskompetenz entwickelt.

### Ergebnisse und Verwendung

Auch im Homeoffice gelten ArbZG und ArbSchG. Diese schreiben die Einhaltung von Pausen, Ruhezeiten und eine maximale werktägliche und wöchentliche Arbeitsdauer vor. Im Gegensatz zur Telearbeit unterliegt die Arbeit im Homeoffice nicht der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV).

Über den gesetzlichen Rahmen hinaus ergeben sich aus den Recherchen Handlungsempfehlungen für eine gesundheitsgerechte Arbeitszeitgestaltung im Homeoffice:

- Pausen werden leichter eingehalten, wenn sie bereits am Beginn des Arbeitstags geplant werden. Qualifizierungen zum Zeitmanagement können hierbei unterstützen.
- Kurzpausen helfen, die Konzentration zu fördern.
- Erwartungen zur Erreichbarkeit sollten zwischen Führungskraft und Beschäftigten und auch unter Kolleginnen und Kollegen explizit geklärt werden, um arbeitsbedingte erweiterte Erreichbarkeit zu vermeiden.
- Da Vertrauensarbeitszeit nicht gesetzlich definiert ist, sollten Arbeitgeber- und Arbeitnehmerseite deren Gestaltung gemeinsam vereinbaren. Unter anderem sollte geregelt sein, wer auf welche Art Überstunden dokumentiert.
- Realistische Zielvereinbarungen zwischen Beschäftigten und Führungskraft beugen Überlastung vor.
- Organisationen sollten die Sicherheits- und Gesundheitskompetenz ihrer Führungskräfte und Beschäftigten fördern, damit diese gut mit der erhöhten Eigenverantwortung umgehen können, beispielsweise bei der Abgrenzung von Arbeit und Privatleben.
- Eine gute Präventionskultur umfasst Vertrauen und regelmäßige offene Kommunikation zwischen Beschäftigten und Führungskraft. Probleme wie Überlastung oder Entgrenzung von Arbeit und Privatleben können so angesprochen werden.

Zusammen mit dem Beitrag „Ergonomische Arbeitsgestaltung im Homeoffice“ in dieser Reihe unterstützen diese Empfehlungen Beschäftigte, Arbeitsplatz und Arbeitszeit im Homeoffice gesundheitsgerecht zu gestalten. Sie helfen außerdem Arbeitgebenden, zusammen mit den Beschäftigten deren Arbeitsbedingungen zu Hause zu beurteilen.

### **Nutzerkreis**

Unfallversicherungsträger, Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Aufsichtspersonen, Beraterinnen und Berater, Beschäftigte

### **Weiterführende Informationen**

- Freiberg, S.: Ergonomische Arbeitsgestaltung im Homeoffice. Aus der Arbeit des IAG, Nr. 3115 (2021)
- [CHECK-UP Homeoffice](#). Hrsg.: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Berlin 2021.
- Heitmann, C.: [Arbeitsbedingte erweiterte Erreichbarkeit - wie Unternehmen Risiken vermeiden können](#). Hrsg.: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Berlin 2020.
- Heitmann, C.; Fietz, T.; Zieschang, H.: [Sicheres und gesundes Arbeiten von zu Hause aus: Informationen und Empfehlungen zu Homeoffice und Vertrauensarbeitszeit](#). DGUV Forum (2020) Nr. 5-6
- Heitmann, C.; Zieschang, H.: [Sicherheits- und Gesundheitskompetenz](#). DGUV Forum (2020) Nr. 8

### **Fachliche Anfragen**

IAG, Bereich Arbeitsgestaltung – Demografie