

Die dunkle Seite der Digitalisierung

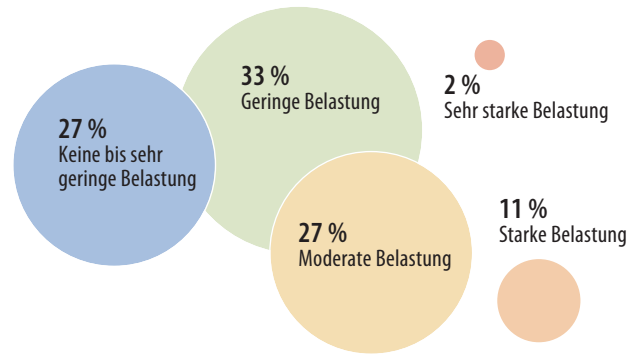
Das Projekt Präditec untersucht die Bedingungen, unter denen „digitaler Stress“ am Arbeitsplatz entsteht. Das Ziel: Entwicklung von Gegenmitteln. Jetzt liegen Ergebnisse vor.

► Die Digitalisierung gehört für viele Menschen zum Arbeitsalltag. Doch wie wirkt sich regelmäßiger Umgang mit neuen Technologien und Medien auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit von Arbeitnehmern aus? Wie hoch ist der digitale Stress in deutschen Büros, und welche Faktoren sind dafür maßgeblich? Diese Fragen soll die Studie „Gesund digital arbeiten?!“ beantworten, die im Rahmen des vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Projekts Präditec (Prävention für sicheres und gesundes Arbeiten mit digitalen Technologien) erhoben wurde und auf Interviews von rund 5000 Erwerbstätigen basiert.

Zwei der an der Befragung beteiligten Organisationen sind das Fraunhofer Institut für Angewandte Informationstechnik (FIT) und die IAS AG in Berlin. Professor Henner Gimpel von der Projektgruppe Wirtschaftsinformatik des FIT und Dr. Michael Drees von IAS fassen die Ergebnisse so zusammen: „Bemerkenswert ist nicht nur, dass jeder dritte Befragte mindestens einem der Belastungsfaktoren sehr stark ausgesetzt ist, sondern auch, dass fast jeder fünfte aufgrund eines Faktors sehr starken digitalen Stress wahrnimmt.“ Denn nicht jede Belastung, dieser Unterschied ist im Sinne der Studie entscheidend, erzeugt Stressempfinden. Aber sie begünstigt es.

Wer gestresst ist, stuft sich als kränker und weniger leistungsfähig ein, ist unzufriedener mit seiner Arbeit und will häufiger seinen Job wechseln. Um die Ursachen genauer zu erfassen, definiert die Studie zwölf Faktoren. Die stärkste Belastung geht demnach von **Leistungsüberwachung** und dem Gefühl aus, die Privat-

Von Arbeitnehmern wahrgenommene Belastung durch digitale Technologien



Quelle: siehe links unten

sphäre werde durch digitale Technologien und Medien verletzt (**Gläserne Person**), laut Studie die stärksten Rollen. Weitere gewichtige Einflüsse sind **Omnipräsenz** (Gefühl ständiger Erreichbarkeit), **Überflutung** (der Eindruck, wegen zunehmender Informationsdichte immer schneller arbeiten zu müssen), **Unterbrechungen und Unzuverlässigkeit (von Technologien)**. Der Faktor **Mangelnde Erfolgserlebnisse** (das Empfinden, durch den Gebrauch digitaler Technologie würden weniger Arbeitsfortschritte gemacht) hat für die Befragten den geringsten Stellenwert.

Zudem hat die Studie untersucht, welche weiteren Einflüsse die Intensität des wahrgenommen digitalen Stresses erhöhen: Hierbei hat sich gezeigt, dass Konflikte am Arbeitsplatz, hohe emotionale Anforderungen, und die Arbeitsmenge und eine zu autonome Auswahl von Technologie und Medien am Arbeitsplatz mit stärkerem digitalem Stress einhergehen. (red) ■

Belastungsfaktoren digitaler Arbeit

Prozentanteil der Befragten, die einen Aspekt als belastend einstufen.

Leistungsüberwachung	17	<div style="width: 17%;"></div>
Gläserne Person	14	<div style="width: 14%;"></div>
Unzuverlässigkeit	10	<div style="width: 10%;"></div>
Unterbrechung	9	<div style="width: 9%;"></div>
Überflutung	9	<div style="width: 9%;"></div>
Nicht-Verfügbarkeit	8	<div style="width: 8%;"></div>
Unsicherheit	5	<div style="width: 5%;"></div>
Unklarheit der Rolle	5	<div style="width: 5%;"></div>
Komplexität	5	<div style="width: 5%;"></div>
Omnipräsenz	4	<div style="width: 4%;"></div>
Jobunsicherheit	4	<div style="width: 4%;"></div>
Mangelndes Erfolgserlebnis	4	<div style="width: 4%;"></div>

Studie „Gesund digital arbeiten?!“, Fraunhofer-Institut FIT, Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Institut für Arbeits- und Sozialhygiene AG und andere, 2019; Basis: siehe Kästen

Die Studie im Überblick

Für die Studie „Gesund digital arbeiten?!“ wurden im Zeitraum von Dezember 2018 bis Februar 2019 rund **5000 Erwerbstätige im Alter zwischen 18 und 67 Jahren** befragt. Sie ist Teil des Projekts Präditec (Prävention für sicheres und gesundes Arbeiten mit digitalen Technologien), das **im September 2020 abgeschlossen** sein soll. Vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert, verknüpft es Theorie mit Input aus Unternehmen und soll in die Entwicklung von Instrumenten münden, die digitalen Stress vermeiden oder abbauen helfen.



Die Studie finden Sie unter <https://gesund-digital-arbeiten.de/>.