



European Agency  
for Safety and Health  
at Work



Healthy Workplaces

# **Psychische und physische Herausforderungen der digitalen Kommunikation**

**Dr. Dietmar Elsler, EU-OSHA  
Arbeitsschutz bei der mobilen Arbeit, 18.11.2021**

#EUhealthyworkplaces  
#StopthePandemic



STOP  
THE  
PANDEMIC

## Kampagne 2020-22

### „Gesunde Arbeitsplätze – Entlasten Dich!“

#### Prävention und Bekämpfung von Muskel-Skeletterkrankungen (MSE)



#EUhealthyworkplaces  
#StopthePandemic



# EU-OSHA und Kampagnenpartner



# Maßnahmenbereiche – vorrangige Bereiche



Fakten und Zahlen



Chronische Erkrankungen



Sitzende Tätigkeiten



Arbeitnehmervielfalt



Künftige Generationen



Psychosoziale Risiken

# Kampagnenressourcen



[Veröffentlichungen](#)



[Kampagnenmaterial](#)



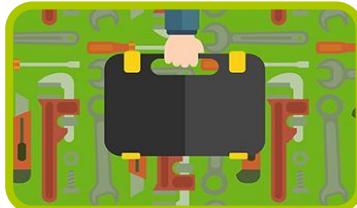
[Kampagnen-Toolkit](#)



[Napo-Filme](#)



[OSHwiki](#)



[Praktische Tools und Leitlinien](#)



[Fallstudien](#)



[Rechtsvorschriften](#)

# Web analytics - Oktober 2020 bis September 2021

**889,216**  
Page views

**39,308**  
Downloads

## Most visited web sections

**Tools and Publications : 338,400 pageviews**

**Campaign toolkit: 141,142 pageviews**

**Media Centre: 89,832 pageviews**

**Get involved: 51,773 pageviews**

**Campaign Partners: 39,466 pageviews**

# Web analytics - Oktober 2020 bis September 2021

## Statistik nach Ländern



**Spanien:** 23,530 visits 8.2%

**Italien:** 21,663 visits 7.6%

**Deutschland:** 10,510 visits 3.7%

**Frankreich:** 11,194 visits 3.9%

**Belgien:** 10,547 visits 3.7%

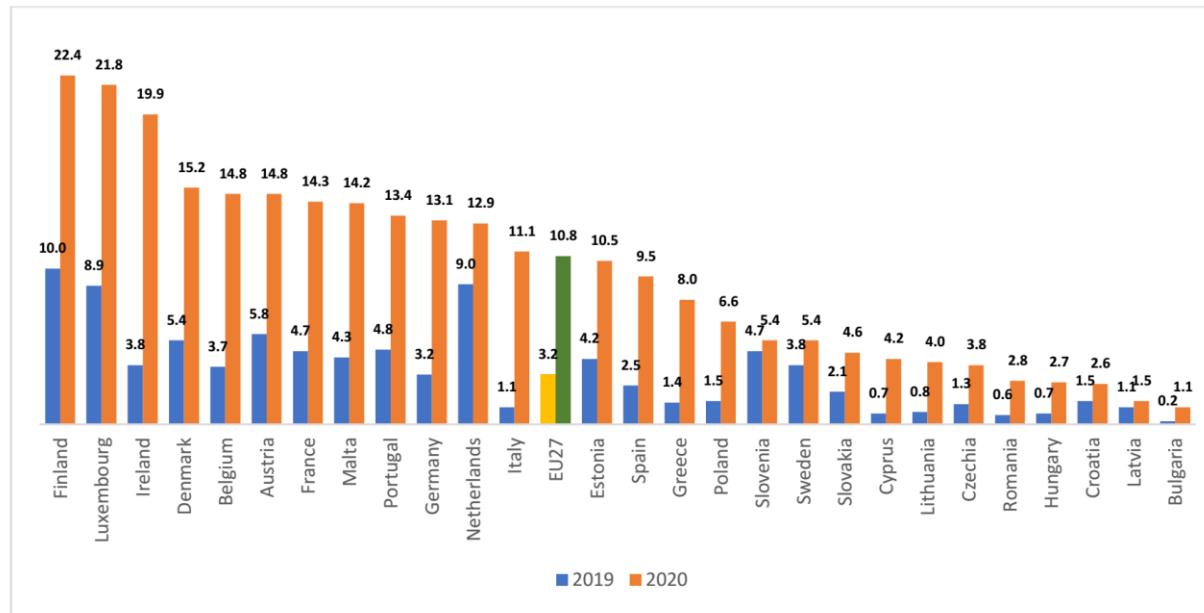
---

**USA:** 20,716 visits 7.3%

**Indien:** 14,516 visits 5,1%

# Auswirkungen von Covid-19 auf Telearbeit

Figure 4: Employees working mostly from home by country (% of total employees aged 15-64), EU-27, 2019 and 2020



Source: Eurostat, EU-LFS. Dataset: Ifsa\_ehomp (last update: 2 June 2021)

# COVID-19: MSE und Telearbeit von zu Hause

- Telearbeit hat in der EU zugenommen und wird nach COVID-19 weiter zunehmen
- Telearbeit erhöht das Risiko von MSE
- Bedeutender Anstieg von Berichten über MSE unter Telearbeitern während der Pandemie
- Damit verbundene MSE- und psychosoziale Risikofaktoren müssen angegangen werden



# Psychische Herausforderungen

- Intensivierung der Arbeit
- Technostress:
  - Kognitive Überanspruchung
  - Digitale Ermüdung
  - Mentale Erschöpfung
- Digitale Galeeren-Sklaven
  - Einfacher Arbeitsinhalt
  - Hohe psychologische Beanspruchung
- Autonomie und Selbstbestimmung gefährdet
- Physische and soziale Isolation
- Wenig soziale Unterstützung



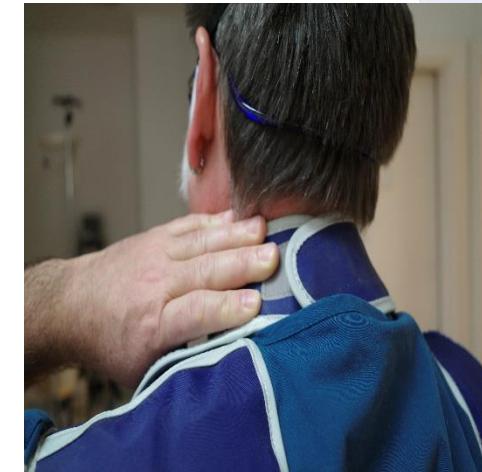
Image by Abdou Moussaoui from Pixabay

# Physische Herausforderungen

- Muskelskelett-Erkrankungen sind multifaktoriell
  - Biomechanik
  - Organisation
  - Psychologie
- Anforderungs-Kontroll-Modell (Karasek)
- Roboter und Cobots
- Einseitige Tätigkeiten und fehlende Pausen (z.B. Lager)
- Mehr sitzende Tätigkeiten
  - Stärkere Kontrolle (z.B. Videokamaras)
  - Fehlende ergonomische Ausstattung der Heimarbeitsplätze



# Gesundheitliche Auswirkungen von zu viel Sitzen



# Ethische Bedenken, fehlende Gerechtigkeit

- Digitales HR, „people analytic“
  - Management nach Algorithmen
  - Permanente Überwachung
- Fehlende organisationelle Gerechtigkeit
  - Intransparente automatische Entscheidungsprozesse und Personalbeurteilung
  - Fehlendes Vertrauen und Fairness
- Ethische Bedenken
  - Effort-reward imbalance (Siegrist)
  - Fragile professionelle Identität
- Arbeitsplatz-Unsicherheit
  - Mehre prekäre Beschäftigungsverhältnisse
  - Schein-Selbstständigkeit
- Größere emotionale Belastung
  - Kundenkontakt, automatische Überwachung
  - Unterdrücken von Gefühlen (5-Sterne Bewertung?)
  - Work-life balance

# Schlussfolgerungen

- **Transparente Regelungen für Telearbeit notwendig**
- **Wichtige Rolle der Führungskräfte für vertrauensvolle Zusammenarbeit**
  - Schulungen für Führungskräfte über Telearbeit
  - Arbeitszeit: klare Regelungen für Erreichbarkeit
  - Organisation für synchrone vs. asynchrone Aufgaben
- **Zoom-Fatigue: Begrenzung von Online-Meetings**
- **Vorbeugung der Isolation: alternierende Telearbeit**
- **Gefährdungsanalyse, ergonomische Gestaltung**
- **Einbeziehung der Arbeitnehmer in die Prävention**
- **Sozialer Dialog**

# Machen Sie mit und entlasten Sie sich!

➤ Nähere Informationen auf der Kampagnenwebsite:  
[www.healthy-workplaces.eu](http://www.healthy-workplaces.eu)

➤ Abonnieren Sie unseren Newsletter zur Kampagne:  
<https://healthy-workplaces.eu/de/healthy-workplaces-newsletter>

➤ Über die sozialen Medien können Sie sich laufend über unsere Aktivitäten und Veranstaltungen informieren:



#EUhealthyworkplaces

➤ Mehr zu Veranstaltungen in Ihrem Land erfahren Sie bei Ihrem nationalen Focal Point:  
<https://healthy-workplaces.eu/de/campaign-partners/national-focal-points>

