

DAK
Gesundheit



HOMEOFFICE ALS
GESUNDHEITSAKTOR
– MEHRWERT &
RISIKEN

STUDIENZIEL UND -DESIGN

WAS WAR DER ANLASS DER STUDIE? WER WURDE BEFRAGT?

- 1 Erhebung von Gründen für die Arbeit im Büro vs. im Homeoffice
- 2 Welche Rolle spielt das Homeoffice für die Organisationskultur?
- 3 Identifikation von Faktoren für eine erfolgreiche virtuelle Zusammenarbeit
- 4 Ermittlung verschiedener Homeoffice-Typen und deren Bedürfnisse und Wünsche
- 5 Ableitung von Handlungsempfehlungen für die DAK und DAK-Firmenkunden



Onlinebasierte Befragung
von 996 Beschäftigten



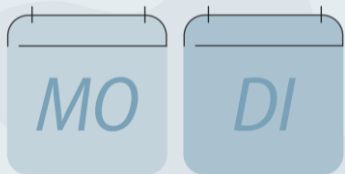
Interviews mit 30
Unternehmens-
verantwortlichen



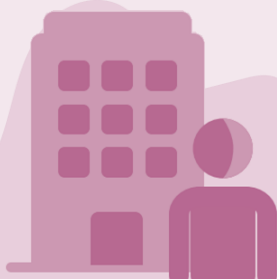
DIE WICHTIGSTEN ERGEBNISSE

WAS HAT DIE STUDIE HERAUSGEFUNDEN?

- Kulturelle Gelingensfaktoren und unternehmensbezogene Rahmenbedingungen sind die Erfolgsfaktoren
- Zeit im Homeoffice spielt eine untergeordnete Rolle



- Unternehmenskultur und Führungsqualität haben signifikanten Einfluss auf Outcome-Variablen
- Bspw. Burnout-Risiko, Arbeitsengagement, Leistungsfähigkeit etc.



- Es besteht Handlungsbedarf für virtuelle Zusammenarbeit
- Top 3: Treffen in Präsenz, Homeoffice-Vereinbarung, informeller Austausch



- Es gibt sechs unterschiedliche Homeoffice-Typen
- Hauptmerkmal: Diskrepanz zwischen Wunsch und Realität beim Thema Homeoffice



DIE 6 HOMEOFFICE-TYPEN – WAS ZEICHNET SIE AUS?

1

Der Bürogänger: Kommt gerne in das Büro, unzufrieden mit der virtuellen Zusammenarbeit.

2

Der Flexibilitätsfürsprecher: Arbeitet selten im Homeoffice, wünscht sich aber mehr Flexibilität bzw. Zeit im Homeoffice.

3

Der Arbeitsort-Wechsler: Arbeitet zwei bis drei Tage im Homeoffice und ist zufrieden damit.

4

Der Einzelgänger: Arbeitet zwei bis drei Tage im Homeoffice, wünscht sich aber noch mehr Zeit im Homeoffice.

5

Der Bürofreund: Arbeitet zwei bis fünf Tage im Homeoffice, wünscht sich aber häufiger im Büro zu arbeiten.

6

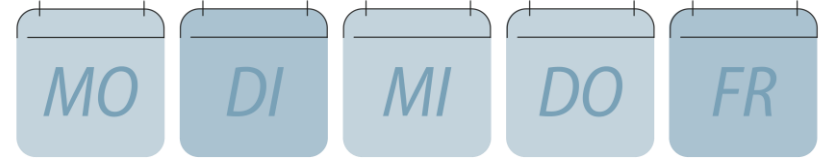
Der Homeoffice-Fan: Arbeitet vier bis fünf Tage im Homeoffice und ist zufrieden damit.

Dabei kommt es auf die **Diskrepanz** zwischen Wunsch-Tagen im Homeoffice und der Realität an: Gehen diese weit auseinander, steigt die Unzufriedenheit.



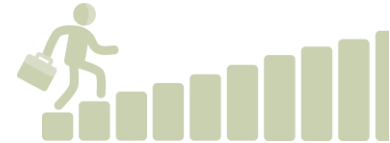
WAS KANN AUS DEN ERGEBNISSEN ABGELEITET WERDEN?

- > Jedes Team kann **aus sechs unterschiedlichen Homeoffice-Typen** bestehen, die unterschiedliche Wünsche, Bedürfnisse und Handlungsbedarfe sehen.



- > Die virtuelle **Zusammenarbeit, Führungsqualität und Unternehmenskultur** haben einen bedeutsamen Effekt auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Beschäftigten – nicht die Zeit, die sie im Homeoffice verbringen.
- > Das Arbeiten im Homeoffice hat eine große Bedeutung für die Beschäftigten und gilt **als wichtiges Attraktivitätsmerkmal für Arbeitgeber** – 31.1 % würden Ihren Arbeitgeber wechseln, wenn sie nicht im Homeoffice arbeiten könnten.

- > Beschäftigte kommen für den sozialen Austausch in das Büro und **wünschen sich persönliche Treffen**.
- > Die **Mehrheit der Befragten arbeitet im Homeoffice produktiver**. Voraussetzungen für die erfolgreiche Arbeit im Homeoffice sollten dabei beachtet werden.



PROJEKT **WORK@DAK**: ANALYSE TRAGFÄHIGKEIT VON DER EINFÜHRUNG VON HOMEOFFICE

Aufgrund von Corona wurde die flächendeckende Umsetzung von Homeoffice innerhalb eines kurzen Zeitraums ermöglicht. MA und FKs haben flexibel und unkompliziert gemeinsame Lösungen für die Organisation der (Zusammen-) Arbeit gefunden.

Erkenntnis: Kein Trend zurück zum „alten Büro“ – aber Anpassungen sind nötig

Etablierte Instrumente


Dienstvereinbarungen & Erreichbarkeitsvereinbarungen

Integration neuer Mitarbeitenden & Azubis


Betriebliche Gesundheitsförderung im Homeoffice

Vereinheitliche Vollausstattung im Homeoffice

Finanzierung von Mobiliar & ergonomische Schulungen



Umsetzung des bundesweiten Desksharing

Beginn bei 4 Teststandorten

Einführung des Arbeitsplatzbuchungssystem

Implementierung von Schließfachsystemen

Durchführung der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen

Hohe Teilnahmequote – subjektive Einschätzung

Meinungsverschiedenheit in Organisationssträngen

Hohe Zufriedenheit im Homeoffice & Desksharing

Gefühl der Dauererreichbarkeit

Ergebnisworkshops wurden durchgeführt

HOMEOFFICE ALS GESUNDHEITSFAKTOR

Positive Effekte

Weniger Pendelstress, mehr Flexibilität

Arbeiten im Einklang mit dem eigenen Biorhythmus

Kosten- & CO₂-Einsparungen

Produktivität in ruhiger Umgebung

Wettbewerbsvorteil im
Employer Branding

Risiken

Entgrenzung von Arbeit und Privatleben

Soziale Isolation & fehlender Teamspirit

Motivation & Selbstdisziplin als Belastung

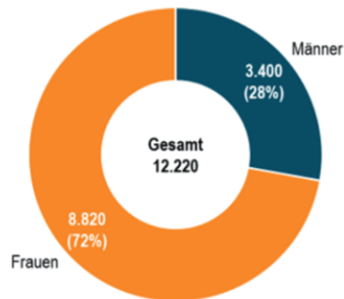
Fehlende ergonomische Standards

HOMEOFFICE BEI DER DAK-GESUNDHEIT

KENNZAHLEN DAK-GESUNDHEIT

Am 01. Januar 2024 beschäftigte die DAK-Gesundheit 12.220 Mitarbeitende, davon 8.820 Frauen und 3.400 Männer. Die Zahl der operativen Mitarbeiterkapazitäten betrug 9.323.

Anzahl Beschäftigte



Homeoffice-Modelle der Beschäftigten

- Ca. 79% arbeiten regelmäßig im HO
- Ca. 21% arbeiten nicht im HO

HOMEOFFICE IM KONTEXT DES BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSMANAGEMENTS

▶ Homeoffice beeinflusst unsere **physische, psychische und soziale Gesundheit**
Betriebliches Gesundheitsmanagement gestaltet gesundheitsförderliche Rahmenbedingungen

Physische Gesundheit

Risiken: Bewegungsmangel, ergonomische Defizite

BGM-Maßnahmen: Zuschüsse für Mobiliar, digitale Ergonomie-Checks, Online-Bewegungsangebote



Psychische Gesundheit

Risiken: Stress durch Entgrenzung, Einsamkeit, Dauererreichbarkeit

BGM-Maßnahmen: Erreichbarkeitsregeln, digitale Stressprävention, virtuelle Austauschformate



Soziale Gesundheit

Risiken: Weniger Teamgefühl, erschwerte Kommunikation

BGM-Maßnahmen: Hybrid-Führung stärken, Teamentwicklung, Onboarding-Konzepte



Gesundheitsschutz & Prävention bei der DAK-Gesundheit

Angebote für Mitarbeitende:

- ✓ Lernreise im HO & MS Teams
- ✓ Selbstmanagement im HO
- ✓ Weiterbildungsangebote
- ✓ Firmenfitness
- ✓ BGM-Angebote
- ✓ EAP Beratung
- ✓ BEM

Angebote für Führungskräfte:

- ✓ FK-Foren
- ✓ Netzwerktreffen
- ✓ Seminar „Führen über Distanz“
- ✓ Digitale Weiterbildungsangebote
- ✓ One Minute Read
- ✓ Podcast

Homeoffice ist nur gesundheitsförderlich, wenn es aktiv durch BGM begleitet wird.

FAKTOREN DIE DEN KULTURWANDEL BEI DER DAK-GESUNDHEIT IM ZUSAMMENHANG MIT HOMEOFFICE GUT FUNKTIONIEREN LASSEN



Ergonomieberatung

Es steht eine **professionelle Fachkraft** für Arbeitssicherheit von BG prevent zur Verfügung. Beraten wird zu allen Fragen rund um die **Einrichtung und Ergonomie des Arbeitsplatzes**, egal ob in der Dienststelle oder an am Home-Office Arbeitsplatz. Unkomplizierte und bequeme Online-Terminvereinbarung.

Zusammenarbeit

Es werden **regelmäßige Teamtage und Präsenztreffen** in den Dienststellen vereinbart. **Virtuelle Austauschformate**, Netzwerktreffen, Kaffee-Connect oder Onboardingdays sind **bereichsübergreifend etabliert**.

Führungswerkstätten

Hierarchiefreier & Dienststellenübergreifender Führungsdialog mit Diskussions- und Reflexionsraum, Best Practice Ansätzen, **Erfahrungsaustauschen**, sowie vernetzen und interagieren.

Work-Life-Balance

Es werden **flexible Arbeitszeitmodelle** (Gleitzeit, Mehrstundenabbau in Freizeit, Teilzeitmodelle) sowie **individuelle Home-Office-Modelle** angeboten. Unbezahlter Urlaub, Beurlaubung nach Mutterschutzfristen oder Eltern-Kind-Büros in einigen Dienststellen erleichtern den Alltag.

SICH ZU **SEHEN** GEHÖRT ZU EINEM GESUNDEN MITEINANDER



ZUKUNFTSPERSPEKTIVEN



Hybride Modelle: Balance zwischen Homeoffice & Präsenz
Homeoffice als fester Bestandteil eines modernen, gesunden Arbeitsplatzes

Desksharing: Effiziente Raumnutzung & übergreifende Zusammenarbeit

Digitalisierung: Innovationen sichern Austausch & Produktivität;
Investition in digitale Infrastruktur

Nachhaltigkeit: Homeoffice als CO₂-reduzierender Faktor

Gesundheitsschutz 4.0: Hybride Präventions- & BGF-Angebote;
Risiken v. a. in psychischer & sozialer Dimension → aktives BGM nötig

Zusammenarbeit: Balance zwischen Flexibilität & Miteinander
Stärkung hybrider Zusammenarbeit & Führung

INTERAKTIVER SELBSTTEST WELCHER **HOMEOFFICE-TYP** SIND SIE?

Welcher Homeoffice-Typ sind Sie?
QR-Code scannen, Homeoffice-Typ herausfinden
und praktische Tipps erfahren.

