

# BRK 2021

Mobil arbeiten. Gelassen bleiben.

## Arbeit und Leben

BERLIN-BRANDENBURG



## Zukunftszentrum Brandenburg

Arbeit zusammen gestalten

Gefördert durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds sowie vom Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Energie des Landes Brandenburg aus Mitteln des Landes Brandenburg kofinanziert.



# Mobil arbeiten. Gelassen bleiben.

- Wo stehen wir beim Thema Mobiles Arbeiten?
- Wie erleben wir *digitalen Stress* und wie können wir mit neuen Belastungen umgehen?
- Welche Unterstützung bietet das Zukunftszentrum Brandenburg für die digitale Betriebsratsarbeit?



# Wissen und Machen



## Wissen

Wir informieren zu den Chancen Ihres Betriebs im digitalen Wandel

Informieren



## Machen

Wir helfen Ihnen bei der Umsetzung und Integration des digitalen Wandels

Erleben

# Team



**Leitung**



Forschungsinstitut  
Betriebliche Bildung

**Arbeit und  
Leben**  
BERLIN-BRANDENBURG



Handwerkskammer  
Potsdam

bbw Bildungswerk  
der Wirtschaft in  
Berlin und Brandenburg  
**bbw**

## Beratung und Lernangebote - branchenoffen für alle Unternehmen

Laufzeit bis 31.12.2022



Beratung & innovative Lehr-Lernkonzepte  
Qualifizierung im Betrieb neu denken und erproben



vor allem KMU, BR + Belegschaften



max. 5 Beratungstage + passgenaue Lernformate



für KMU kostenfrei dank Förderung



vor Ort im Betrieb,  
online, telefonisch

# Mobiles Arbeiten – Wo stehen wir?

## Kurze Vorstellungsrunde

- Wer bin ich?
- Wo steht mein Betrieb beim Thema Mobiles Arbeiten?

**Alles gut  
geregelt!**

**Völliges Chaos!**

**1**

**2**

**3**

**4**

**5**

# Mobiles Arbeiten – Auswirkungen

Vorteile von  
Erreichbarkeit aus  
Beschäftigtensicht

Flexibilitäts- und  
Mobilitätsgewinne,  
Vereinbarkeit  
Schnellere Unterstützung und  
Feedback  
Identitäts- und Statusgewinn  
Flexibilität, Selbstorganisation

Verkürzte und unterbrochene  
Erholungszeiten  
Mehrfachbelastung  
Erreichbarkeitsanforderungen,  
Unruhe  
Struktur- und Kontrollverlust  
durch Intransparenz  
Unsicherheiten in der  
Anwendung

Negative  
Auswirkungen auf  
Erholung und  
Wohlbefinden



## Vereinbarungen abschließen – Ausnahmesituation Coronavirus-Pandemie

- betriebliche Abläufe sichern und ggfs. umstellen,
- ggfs. Anwesenheit einer Mindestanzahl an Mitarbeitenden
- geeignete Tätigkeiten für mobiles Arbeiten bzw. Auswahlkriterien bestimmen (technische Ausstattung, Datenumgang, Löschfristen, Erreichbarkeit, Qualifikation, u.a.)
- Vorrang von Mitarbeitenden, die zu Risikogruppen gehören
- Rücksichtnahmepflichten



– jegliche Leistungs- und Verhaltenskontrolle ausschließen (bspw. durch Aufzeichnung von audiovisuellen Besprechungen, Chatverläufe, Ortung).



# Resilienz in Zeiten der digitalen Transformation

„Resilienz ist das Immunsystem unserer Psyche oder unserer Seele, welches uns beim Umgang mit Stress, Belastungen und Krisen unterstützt“ – Ella Gabriele Amann, Resilienz

„psychische Widerstandskraft; Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen“ – Duden.de (2020)

„Resilienz kann sich im Umgang mit Belastungen und Krisen unterschiedlich zeigen. Resiliente Menschen haben im Umgang mit Stressoren, Druck und Belastungen ein besseres Coping (Bewältigung), das sich im Krisenverlauf oder bei der Erholung von der Krise oder in Kombination von beidem zeigt“ – Jutta Heller, Resilienz für die VUCA-Welt



Nach dem LOOVANZ-Prinzip,  
AHAB-Akademie

# Warum über Digitalen Stress sprechen?



# Digitaler Stress

Die intensivere Nutzung digitaler Technologien und Medien geht mit erhöhten digitalen Anforderungen einher.

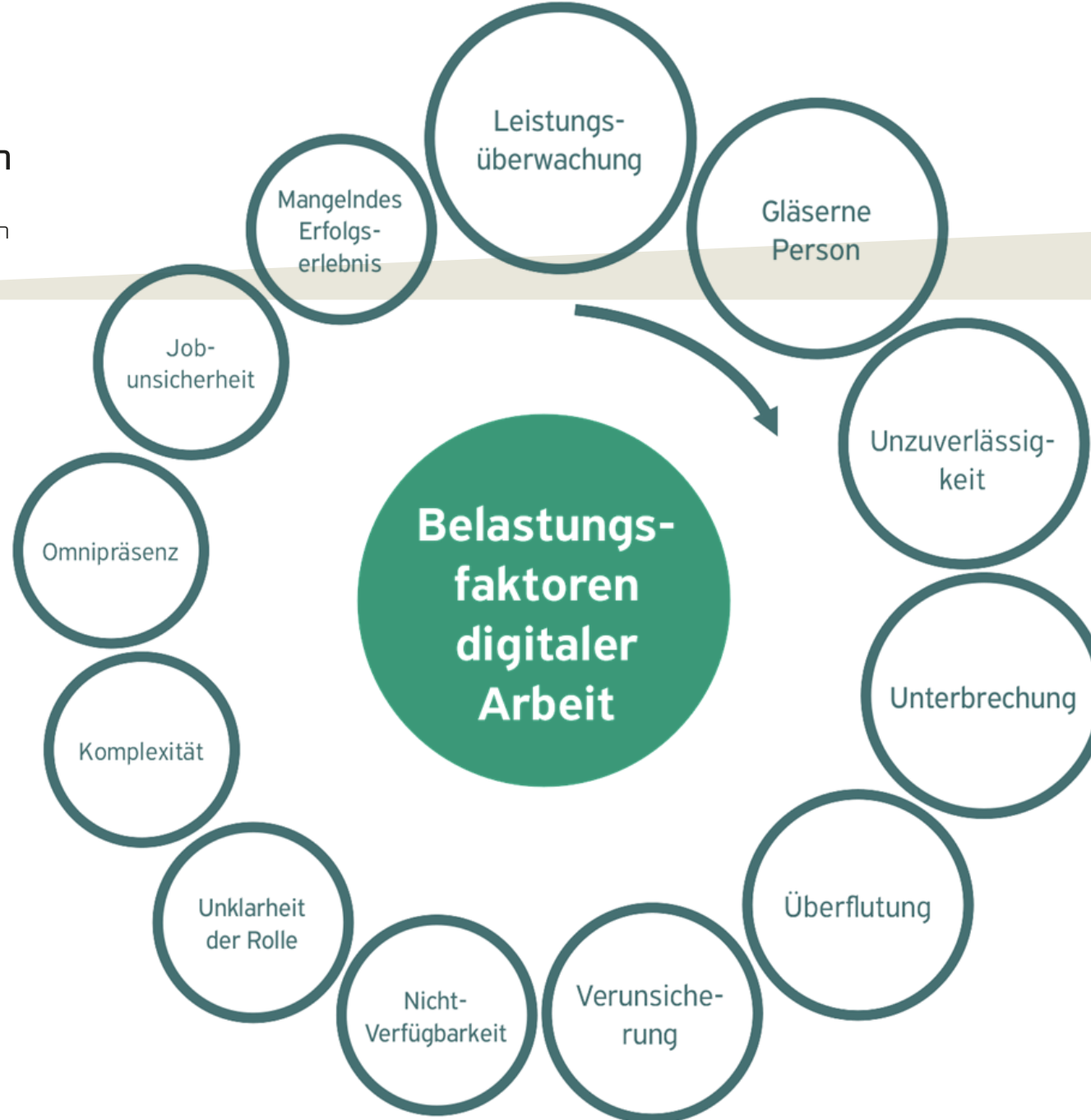
Schätzt eine Person ihre individuellen und situativen Ressourcen im Vergleich zu den Anforderungen als nicht ausreichend ein, kann als negative Folge eine Stressreaktion resultieren. Digitaler Stress bezeichnet somit die negativen Folgen durch Belastungsfaktoren der digitalen Arbeit.

Anforderungen > „eigene“ Ressourcen

Gimpel, Henner; Lanzl, Julia; Regal, Christian; Urbach, Nils; Wischniewski, Sascha; Tegtmeier, Patricia; Kreilos, Mathias; Kühlmann, Torsten; Becker, Julia; Eimecke, Jörgen; Derra, Nicholas Daniel (2019).

**Gesund digital arbeiten?!  
Eine Studie zu digitalem Stress in  
Deutschland.**

Augsburg: Projektgruppe  
Wirtschaftsinformatik des Fraunhofer FIT.



Gimpel, Henner; Lanzl, Julia; Regal, Christian; Urbach, Nils; Wischniewski, Sascha; Tegtmeier, Patricia; Kreilos, Mathias; Kühlmann, Torsten; Becker, Julia; Eimecke, Jörgen; Derra, Nicholas Daniel (2019).

**Gesund digital arbeiten?!**

**Eine Studie zu digitalem Stress in Deutschland.**

Augsburg: Projektgruppe Wirtschaftsinformatik des Fraunhofer FIT.



# Was ist für mich der wichtigste Belastungsfaktor?

Gläserne Person

Verunsicherung

Leistungs-  
überwachung

Unterbrechung

Unzuverlässigkeit

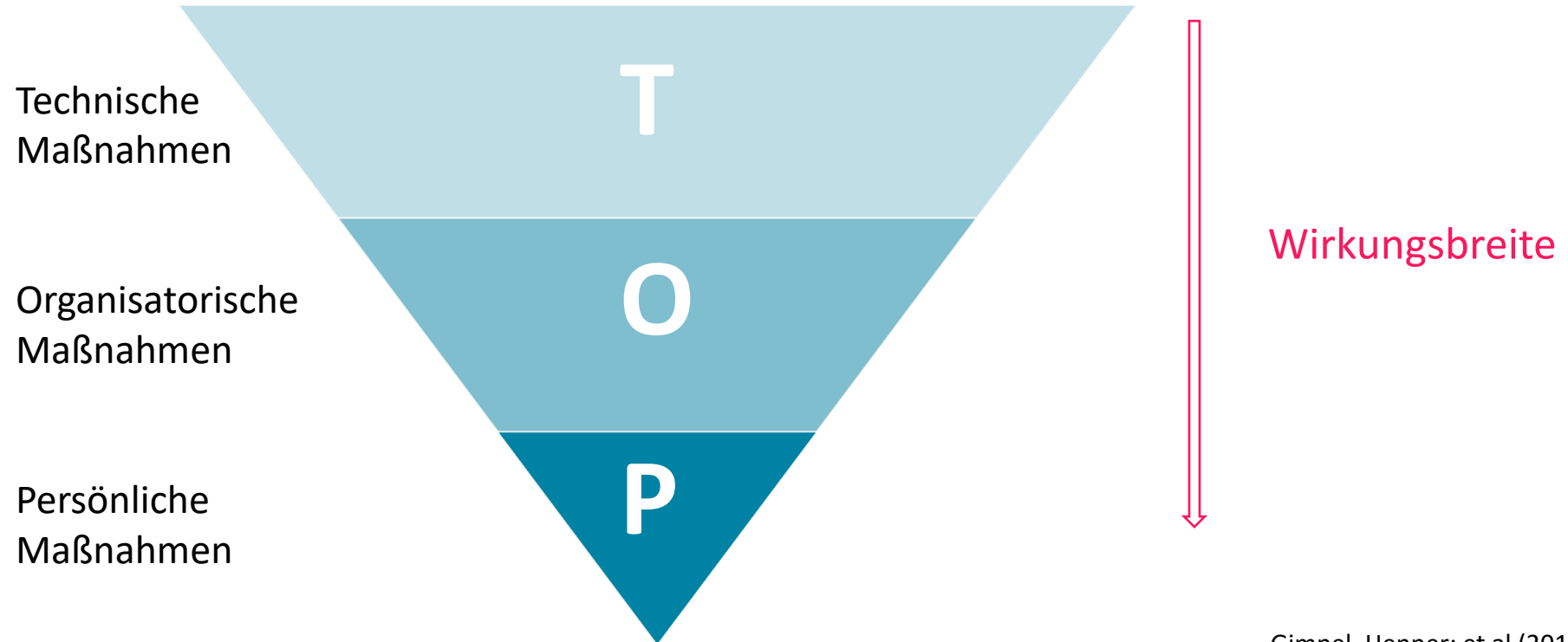
Überflutung



STOP



S = Substitution



Gimpel, Henner; et al (2019).  
**Gesund digital arbeiten?!**  
**Eine Studie zu digitalem Stress in Deutschland.**

**Welche Maßnahmen zur Prävention von  
digitalem Stress wenden wir bereits an?**



## Wo bekomme ich Unterstützung her?

### Ihr möchtet...

- ... flexibel mit der Belegschaft kommunizieren
- ... digitale Betriebsversammlungen abwechslungsreich gestalten
- ... agile Arbeitsmethoden und mobile Tools kennenlernen
- ... mehr über Einsatzmöglichkeiten menschenzentrierter KI-Lösungen erfahren
- ... digitale Lern- und Weiterbildungsmöglichkeiten für den Arbeitsalltag finden
- ... digitalen Stress reduzieren



### Wir bieten ...

- ... bis zu 5 Tage begleitende Beratung vor Ort oder online
- ... zugeschnittene Konzepte und Strategien für eure Herausforderung
- ... innovative Qualifizierungen und Lernformate
- ... Online-Seminare, Workshops und Schulungen vor Ort
- ... Informationen über weitere Förder- und Qualifizierungsmöglichkeiten

# Starten Sie in den digitalen Wandel

## **Wir unterstützen Sie**

---

[www.zukunftszentrum-brandenburg.de](http://www.zukunftszentrum-brandenburg.de)

Charlotte Kruhøffer  
[kruhoeffe@berlin.arbeitundleben.de](mailto:kruhoeffe@berlin.arbeitundleben.de)

[www.berlin.arbeitundleben.de](http://www.berlin.arbeitundleben.de)  
[twitter.com/AUL\\_BB](https://twitter.com/AUL_BB)  
[facebook.com/ArbeitundLebenBerlin](https://facebook.com/ArbeitundLebenBerlin)