

Corona-Krise

Homeoffice wirkt sich positiv auf Produktivität aus

Wegen der Corona-Krise mussten Millionen Arbeitnehmer ins Homeoffice wechseln. Einer Studie zufolge bedeutet das weniger Stress und mehr Zeit für die Familie.

22. Juli 2020, 7:55 Uhr / Quelle: ZEIT ONLINE, dpa, jsp / [248 Kommentare](#) / 



Von denjenigen Befragten, die mittlerweile regelmäßig zu Hause arbeiten, sagten 56 Prozent, sie seien dort produktiver als im Büro. © Grabowsky/photothek/imago images

Der Wechsel ins Homeoffice [<https://www.zeit.de/2020/25/homeoffice-buero-flexible-arbeit-digitalisierung-coronavirus>] infolge der Corona-Krise war für viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer eine positive Erfahrung. Das geht aus einer Studie der Krankenkasse DAK hervor, die der Nachrichtenagentur dpa vorliegt. Vor der Pandemie fühlten sich demnach 21 Prozent der Beschäftigten regelmäßig gestresst [<https://www.zeit.de/arbeit/2020-06/psychische-belastung-arbeitsplatz-job-fehltage-stress-ueberstunden->

homeoffice], während der Corona-Krise waren es 15 Prozent. Der Anteil der Erwerbstätigen, die nie oder nur gelegentlich gestresst waren, stieg unterdessen von 48 auf 57 Prozent.

HOMEOFFICE

Arbeit in Zeiten der Pandemie



Homeoffice

Das Büro bekommt Konkurrenz

[<https://www.zeit.de/2020/25/homeoffice-buero-flexible-arbeit-digitalisierung-coronavirus>]

Arbeitsplatz

Ein paar Quadratmeter Wertschätzung

[<https://www.zeit.de/arbeit/2020-07/arbeitsplatz-buero-arbeitsrecht-home-office-corona>]

Mehr zum Thema [<https://www.zeit.de/thema/homeoffice>]

Die Forschungsinstitute IGES und Forsa hatten für die DAK-Studie vor und während der Pandemie jeweils rund 7.000 Beschäftigte befragt. Von denjenigen, die mittlerweile regelmäßig zu Hause arbeiten, sagten 56 Prozent, sie seien dort produktiver als im Büro [<https://www.zeit.de/arbeit/2020-07/homeoffice-wohnen-gestaltung-moebel-hierarchie-arbeit>]. Zwei Drittel gaben zudem an, sie könnten Beruf und Familie besser miteinander vereinbaren. Ähnlich viele freuen sich über den Zeitgewinn, seit das Pendeln zum Arbeitsplatz weggefallen ist. 76,9 Prozent der Beschäftigten, die erst seit der Corona-Krise regelmäßig in der eigenen Wohnungen arbeiten, möchten diese Arbeitsform auch in Zukunft [<https://www.zeit.de/arbeit/2020-07/arbeitsplatz-buero-arbeitsrecht-home-office-corona>] – zumindest teilweise – beibehalten.

"Von zu Hause aus zu arbeiten, senkt nicht nur die Ansteckungsgefahr vor

Virusinfektionen, sondern zahlt sich auch für das seelische Gleichgewicht aus", sagte DAK-Vorstandschef Andreas Storm. Die positiven Erkenntnisse müsse man für die Zukunft [<https://www.zeit.de/arbeit/2020-07/arbeiten-nach-corona-homeoffice-coronavirus-zukunft-normalitaet-fraunhofer-institut>] nutzen – "ohne die negativen Aspekte des Homeoffice [<https://www.zeit.de/arbeit/2019-04/arbeitsschutz-homeoffice-jobs-un-internationale-arbeitsorganisation-arbeitnehmer>] zu übergehen, die es ebenfalls gibt". Denn fast jeder Zweite vermisst laut der Studie die klare Trennung zwischen Job und Privatleben. Bei den 18- bis 29-Jährigen bemängelt das sogar eine Mehrheit von 52 Prozent. Drei Viertel der Befragten fehlt zudem der direkte Kontakt zu den Kollegen.

Fitness - Katzenbuckel gegen Homeoffice-Kater

Gegen schmerzende Nacken hilft Bewegung: Personal Trainerin Daniela Kahl hat ein einfaches Work-out für zu Hause zusammengestellt, das auch für Anfänger geeignet ist.

© Foto: ZEIT ONLINE

STARTSEITE

[<https://www.zeit.de/index>]