

Höhere Produktivität durch reduzierte Arbeits- zeit

Wer bis spät in die Nacht arbeitet, erledigt mehr Arbeit als Kollegen, die schon lange zu Hause sind? Das Gegenteil vermuten Verfechter kürzerer Arbeitszeiten und so wird in Schweden bereits die 30-Stunden-Woche getestet.

Ein 6-Stunden-Arbeitstag in Schweden

Insbesondere in Schweden wird derzeit über eine Reduzierung der Arbeitszeit diskutiert. Durchschnittlich wird dort bisher 35 Stunden pro Woche gearbeitet. Nun soll in einem Experiment bei städtischen Angestellten in Göteborg getestet werden, ob eine 30-Stunden-Woche - bei vollem Gehalt - zu weniger Krankenzeit und schließlich mehr Produktivität führt. Ein Sechs-Stunden-Arbeitstag klingt verlockend und so wird über neue Arbeitszeitmodelle auch hierzulande gesprochen.

Untersuchungen, wie die in Schweden, sind lang überfällig. Bisher gibt es zwar viel Diskussion darüber, ob sich eine Arbeitszeitreduzierung positiv auswirkt, jedoch bisher nur wenige Forschungsergebnisse dazu.

Bisher nur wenige Forschungsergebnisse

Dabei lassen die bisherigen Ergebnisse Positives für die städtischen Angestellte in Göteborg hoffen. Die Forschung lässt darauf schließen, dass eine reduzierte Arbeitszeit mit einer besseren Gesundheit und mehr Pro-

duktivität einhergeht. Ein Beispiel ist die Auswertung der "Dritten Europäischen Umfrage über die Arbeitsbedingungen" mit über 21 000 Erwerbstätigen durch die "Gesellschaft für Arbeits-, Wirtschafts- und Organisationspsychologische Forschung e.V." (GAWO). Hier zeigten sich Hinweise darauf, dass eine kürze Wochenarbeitszeit zu weniger Beschwerden führt. Die Stressbelastung, Reizbarkeit, Ängstlichkeit, Schlafstörungen, Müdigkeit, Magenbeschwerden sowie Kopf- und Muskelschmerzen nehmen linear ab, je kürzer die Arbeitszeit ist. Ebenfalls gibt es weniger unfallbedingte Fehltag bei kürzeren Arbeitszeiten.

Wie die Autoren schlussfolgern sind die negativen Auswirkungen insbesondere bei einer Arbeitszeit von über 40 Stunden pro Woche deutlich. Allerdings zeigt sich in einem Teil der Daten bereits früher ein Knick. Demnach stellt sich die Frage, ob die Gesundheit und das Wohlbefinden bei einer Arbeitszeit von 30 bis 35 Stunden pro Woche nicht deutlich besser wären als bei 40 Stunden.

Weitere Faktoren

Städtische Angestellte müssen weniger arbeiten bei vollem Gehalt

Reizbarkeit und Schlafstörungen nehmen ab bei kürzeren Arbeitszeiten

Schließlich weist die Untersuchung noch auf einen wichtigen Punkt hin: der Zusammenhang zwischen Arbeitszeit und Gesundheitsbeschwerden besteht deutlich wird aber von weiteren Faktoren beeinflusst. So gibt es bei gleicher Arbeitszeit deutlich mehr Beschwerden, wenn die Arbeit durch Hitze, Lärm, Schichtarbeit, Monotonie oder ein stark vorgegebene Arbeitstempo bestimmt ist.

Vielversprechend klingen auch Fallbeispiele von verschiedenen Unter-

nehmen. Bei diesen sanken nach der Einführung eines Sechs-Stunden-Tags die Krankenstände und die Produktivität steigt um bis zu 50%.

Während also noch nicht vollständig geklärt ist, ob reduzierte Arbeitszeiten zu einer höheren Produktivität führen, ist vielfältig belegt, dass mitgestaltbare und flexible Arbeitszeiten die Zufriedenheit und die Produktivität erhöhen.



SANDRA WAELDIN

Mitarbeiter sollten ihre Arbeit mitgestalten können

SW - COACHING UND STRESSBEWÄLTIGUNG

