

MEGATRENDS UND IHRE GESUNDHEITLICHEN AUSWIRKUNGEN



NEW WORK

Hinter dem Trend New Work steht ein neues Verständnis für (Erwerbs-)Arbeit. In Zeiten von Individualisierung, Digitalisierung und Globalisierung stehen persönliche Werte, Wünsche und Erwartungen - und damit auch individuelles Wohlbefinden und Gesundheit - stärker als früher im Mittelpunkt. Arbeit orientiert sich an den Stärken der Einzelnen, wird sinnstiftend und eröffnet Optionen, sie mit persönlichen Bedürfnissen und individuellen Lebensmodellen zu vereinbaren.

Mentale Gesundheit am Arbeitsplatz

Am Arbeitsplatz entscheiden verschiedene Faktoren darüber, wie wohl wir uns fühlen. Daher ist es wichtig, sich regelmäßig zu fragen, ob der Job glücklich macht und in welchen Bereichen man selbst etwas ändern kann. ¹



ERFÜLLENDE TÄTIGKEIT
Sinn & Berufung



KOMMUNIKATION MIT KOLLEGINNEN
Austausch & Gespräche



PAUSEN MACHEN
Frische Luft & Bewegung



WORK-LIFE-BALANCE
Job & Privatleben



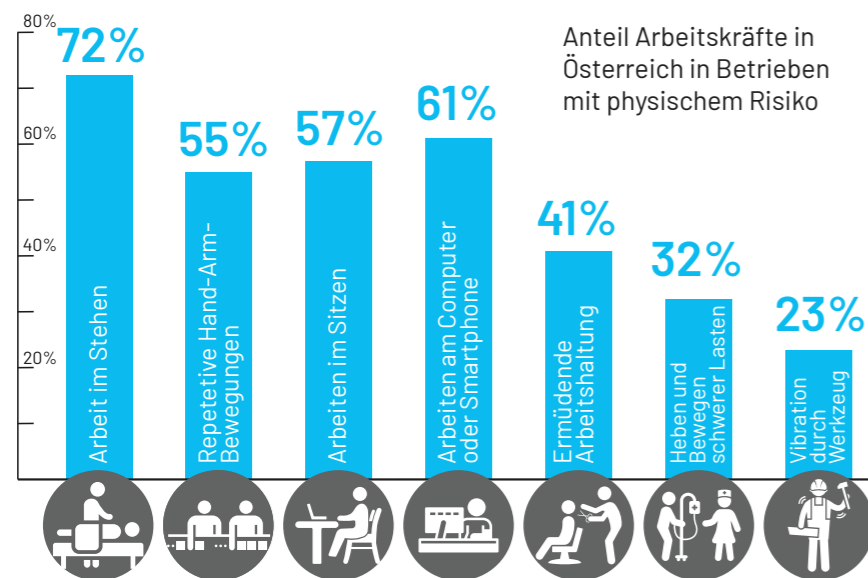
WERTSCHÄTZUNG
Feedback & Lob



ENTWICKLUNGSMÖGLICHKEITEN
Ziele & Weiterbildung

Physische Gesundheit am Arbeitsplatz

Eine ganze Reihe von Berufen bringt gesundheitliche Risikofaktoren mit sich. ⁴



Chancen & Risiken

Von der Transformation der Arbeitswelt erwarten sich Menschen sowohl Vor- als auch Nachteile. ⁵

- Bessere Work-Life-Balance
- Zeitlich ungebunden(er) arbeiten
- Arbeitsplätze werden gesünder (ergonomischer)
- Ortsungebunden arbeiten
- Größere Abhängigkeit von IT und Internetverbindung
- Man muss jederzeit verfügbar sein
- Überwachung durch neue Technologie
- Weniger Freizeit

GESELLSCHAFTLICHE TRENDS

Mobiles, flexibles Arbeiten - die Digitalisierung eröffnet neue Berufsfelder und ermöglicht das Arbeiten von überall aus. Viele Menschen nutzen die Chance, ihr Berufsleben individueller zu gestalten. Damit steigen Zufriedenheit und Wohlbefinden.

Homeoffice

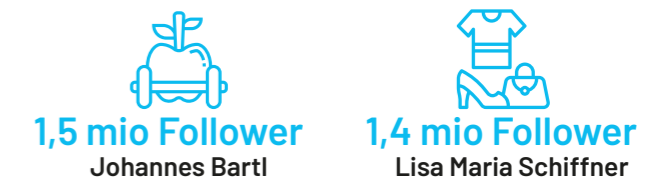
Covid-19 hat das Arbeiten in Österreich verändert:

75% Vor der Pandemie: 75% der befragten Unternehmen haben Homeoffice für wenige Einzelpersonen oder eingeschränkte Zielgruppen genutzt.

96% Während der Lockdowns 2020: 96% der Unternehmen haben Homeoffice intensiv genutzt. ⁶

Influencertum

...ein neues Berufsfeld. Influencer sind ortsunabhängig. Sie können überall arbeiten. Österreichs erfolgreichste Influencer (Stand Mai 2022): ⁷



Digitale Nomadinnen und Nomaden

...führen ein ortsunabhängiges Arbeitsleben. Beliebte Destinationen sind z.B. die Kanarischen Inseln, Lissabon, Belgrad, Austin und Bangkok. (Mai 2022) ⁸

GESUNDHEITLICHE FOLGEN

Risiken durch digitalen Stress



Sinnlos empfundene Arbeit macht krank

Arbeitsbedingte Beschwerden korrelieren u.a. mit der Sinnhaftigkeit, die Erwerbstätige in ihrer Tätigkeit verspüren. Je weniger Sinn in der eigenen Arbeit gesehen wird, umso höher sind die Gefahren für Gesundheit und Wohlbefinden. ³



Quellen: ¹ Geiger, E., 2019: 6 Faktoren für mentale Gesundheit am Arbeitsplatz. In: markonomy B2B Marketing, Kommunikation und Betrieb | <https://www.marconomy.de/6-faktoren-fuer-mentale-gesundheit-am-arbeitsplatz-a-826464/> ² Gimpel, H. et al., 2019: Gesund digital arbeiten?! Eine Studie zu digitalem Stress in Deutschland | <https://gesund-digital-arbeiten.de/> ³ Badura, B. et al. (Hrsg.), 2018: Fehlzeiten-Report 2018. Schwerpunkt: Sinn erleben - Arbeit und Gesundheit | <https://www.wido.de/publikationen-produkte/buchreihen/fehlzeiten-report/2018/> ⁴ AUVVA, 2021: Facts & Figures - Anteil Beschäftigter in Österreich in Betrieben mit physischem Risiko | <https://www.auva.at/cdscontent/?contentid=10007.86554&portal=auvportal> ⁵ IDG Business Media GmbH (Hrsg.), 2018: Studie Arbeitsplatz der Zukunft. S. 16 | https://www.arbeitsplatzderzukunft.de/wp-content/uploads/IDG-Studie_Arbeitsplatz-der-Zukunft_2018.pdf ⁶ Deloitte Österreich, Universität Wien, Universität Graz, 2020: Flexible Working Studie 2020 | <https://www2.deloitte.com/at/de/seiten/human-capital/artikel/flexible-working-studie.html> ⁷ Likeometer: Die erfolgreichsten Influencer in Österreich | <https://likeometer.co/oesterreich/influencer/alle> ⁸ Nomad List: Go nomad. | <https://nomadlist.com/>